



## UKM 07/21 VEVD TRO - UNGDOM TRYGG PÅ SIN KRISTNE IDENTITET

På veien mot å bli myndig, er kirken et sted som kan ha språk for noen av de brytningene ungdommene kan oppleve. Aktuelle temaer kan være identitet, forankring og oppbrudd, tilhørighet, selvilde, være og gjøre, alene og sammen. Det å gi rom for at ungdommer kan være på sporet av seg selv og sin identitet som kristen, er en kirkelig oppgave. Kirken har en oppgave i å forkynne evangeliet slik at troen oppleves relevant for ens eget liv, og dermed kan utruste ungdom for motgang og spørsmål om de store tingene i livet slik som tro, tvil og tilhørighet. Når troen oppleves relevant for eget liv, blir troen vevd inn i livet.

Som et ungt menneske på vei til å bli voksen, utfordres man til å gjøre valg og å finne ut av hvordan man vil leve livet sitt. Dette gjelder også for troen. Tro er alltid i utvikling, og den utviklingen må kirken være med på. Å ha en tro i utvikling innebærer å kjenne eierskap til troen, og at den er integrert i eget liv.

Kristen livstolkning og livsmestring er begrepene som brukes om dette i menighetens trosopplæring.

Gjennom forskjellig kristent ungdomsarbeid får ungdommene mulighet til å reflektere over egen tro og hvordan den kan være relevant for ens eget liv.

### Prestasjon uten glede

Det at ungdommer ønsker å gjøre det beste ut fra sitt utgangspunkt er ikke noe nytt, men den nyeste trenden er at vår tids ungdommer har nesten ubegrensede valgmuligheter, og det ligger en tydelig forventning om at man skal prestere og være veldig god på mange områder samtidig, enten det handler om relasjoner, frivillig engasjement, skole, trening eller anerkjennelse gjennom sosiale medier. I kirkelig sammenheng har mange unge opplevd å kjenne på en viss forventning til hvordan en praktiserer troen sin, hvor mye man engasjerer seg i sin lokale menighet og lignende. En del opplever at det er vanskelig å finne balansen mellom at troen ikke skal være en prestasjon, men samtidig så skal troen praktiseres.

Sosiale medier gir også andre muligheter for å prestere enn før, og ungdommer er utsatt for mange forventninger på mange ulike områder slik at det blir vanskelig å mestre helheten av forventningene de står overfor. I frykten for å feile og ikke innfri det opplevde kravet om å prestere godt drives mange unge til å prestere uten at de har noe særlig glede av det. Mange unge ser ut til å fokusere mer på det de ikke har fått til fremfor det de har fått til. Da blir det lite tid til å glede seg over det en gjør, oppnår og opplever. Dette kan også gjelde engasjement i kirken, og har nok blitt spesielt relevant på grunn av koronapandemien hvor alt det sosiale rundt frivillig engasjement har blitt borte.

Ungdata-undersøkelser viser at helseutfordringer for ungdom i dag primært er stress og psykisk helse. Ungdommens helseplager har ofte sammenheng med at de opplever redusert mestringsfølelse, prestasjonskrav på for mange områder og krevende familiesituasjoner. Muskelsmerter, hodepine, angst, depresjon, utmattelse og pusteproblemer er noe av det som kjennetegner vår tids ungdommer.

Under koronapandemien melder blant annet Mental Helse Ungdom om større pågang fra unge mennesker etter at landet stengte ned i mars 2020. Mange unge mennesker sliter med psykiske problemer som depresjon og angst.





Pandemien har også ført til begrenset sosial kontakt, og på grunn av smittevernregler har mange unge ikke kunnet delta i sine fritidsaktiviteter. Aldersgruppen 18 - 30 år skårer i tillegg lavt på flere faktorer som ensomhet, mental og fysisk helse, økonomi og opplevelsen av utenforskap. Dette ble bekreftet av SHoT-undersøkelsen<sup>1</sup> som ble foretatt i 2021. Her sier 18% av studentene at de har psykiske plager og 44% savner noen å være sammen med.

## Kirken som fristed

Det kan ofte være press på å prestere i kirkelige miljøer, kanskje spesielt ligger det ofte en forventning om at en skal engasjere seg frivillig i kirken, eller være veldig sosial. Det er viktig at kirken også rommer unge og unge voksne som trenger et hvilested og et fristed fra forventningene om å bidra. UKM behandlet i 2019 saken “Ung diakoni - å være og å gjøre” hvor UKM ønsket seg en kirke hvor man ble sett, hørt og tatt på alvor som hele mennesker<sup>2</sup>. Når hverdagen ofte består av stress, press og forventninger, er det viktig at kirken kan vært et sted hvor man kan ha fokus på å være, og ikke prestere. Kirkens ungdomsarbeid er et sted som ofte er, og kan være, et fristed for ungdommer som rommer både hvile, tro, tvil og engasjement.

Når ungdommene blir for gamle til å være med i det eksisterende ungdomsarbeidet forsvinner de ofte ut fordi det er så få tilbud til unge voksne i de lokale menighetene. Unge voksne finner seg ofte ikke til rette i “voksenarbeidet” og trenger målrettede tiltak, ikke bare tilbud om frivillige oppgaver. Det er viktig at kirken fortsetter å være en motkultur til prestasjonskulturen blant unge mennesker, også når ungdommene blir studenter og opplever nye faser i livet.

Det siste året har man blant annet sett engasjement rundt Black Lives Matter, klima og psykisk helse. Unge mennesker er engasjerte mennesker, og for at kirken skal være et sted som rommer hele livet må det være rom for unge menneskers engasjement og erfaringer. Slik blir også troen relevant og integrert i hele livet.

## Tanker til diskusjon

- Hvilken rolle spiller tro i ditt liv?
- Hvordan kan kristent ungdomsarbeid i større grad bidra til en relevant tro, integrert i eget liv?
- Hvordan tror du at kirken kan være en motkultur til det ungdommer opplever i livet som handler om prestasjon og forventninger?
- Hvordan kan spørsmål som ungdom er opptatt av få større plass i kirkelige aktiviteter, slik at kristen tro erfarer som relevant?
- Hvordan kan kirken bidra til at kristen tro kan være en forankring i livet og ikke noe ungdommene må «prestere» selv?
- Hvordan fremheve verdien av fellesskapet slik at fokus blir på fellesskapets beste og på inkludering?
- Hvordan kan kirken fortsette å være relevant når ungdom går over i en ny fase av livet?

---

<sup>1</sup> Studentenes helse og trivselsundersøkelse

<sup>2</sup> UKM 2019, sak 06/19: Ung diakoni - å være og å gjøre

