

# Spørsmål om identitet

## **VIDEO: Kan du fortelle litt om sykdommen ME?**

1. Se for deg hvordan det ville vært å få sykdommen som Sigrid beskriver som 13-åring. Hvordan tror du at du ville reagert?

## **VIDEO: Hvordan har det vært å leve med ME?**

1. Hvordan tror du det å få ME på ungdomsskolen ville forandret hvordan du ser på livet og fremtiden?
2. Sigrid forteller i videoen at hun opplever at selv om Gud ikke har helbredet henne fra sykdommen så opplever hun at Gud helbreder hjertet hennes jevnlig. Hva tror du hun mener med det?

## **VIDEO: Hvordan har det å ha ME påvirket dine tanker om identitet?**

1. Sigrid forteller at hun plutselig stod på «bar bakke», uten å kunne bidra til fellesskapet og gjøre de tingene hun var god til. Hva har hun lært av det?

## **VIDEO: Hvorfor bør man være bevisst på hva man blir påvirket av?**

1. Sigrid forteller i videoen om hvorfor det er viktig å være bevisst på hva man blir påvirket av. Kan du gi eksempler på hva og hvem du tror påvirker dine tanker om hvem du er og hvordan du bør være?
2. Reklamen fokuserer på å skape misnøye for så å tilby et produkt som skal gi «hjelp». Hva tror du reklamen gjør med hvordan vi ser på oss selv?

## **VIDEO: Hvilke konsekvenser får det man tenker om seg selv for resten av livet?**

1. Sigrid sier at det man tenker om seg selv får konsekvenser for hvordan vi behandler andre, og nevner baksnakking som et eksempel. Hvorfor kan det å ha et dårlig selvbilde føre til at man snakker stygt om andre?
2. I videoen sier Sigrid at hvis man ikke tror at man er verdt å elske eller verdt å frelse så kan det legge hindringer for å ta imot Guds kjærlighet og nåde. Les det som står i Johannes 3, 16: «For så høyt har Gud elsket verden at han gav sin Sønn, den enbårne, for at hver den som tror på ham, ikke skal gå fortapt, men ha evig liv.»

og Sefanja 3, 17:

«Herren din Gud er hos deg,  
en helt som har makt til å frelse.  
Han gleder og fryder seg over deg  
og gir deg på ny sin kjærlighet.  
Han jubler over deg med fryd.»

Hva sier disse versene om hvordan Gud ser på deg?

**VIDEO: Hvilke faresignaler tror du finnes blant jenter i kristne miljøer i forhold til identitet?**

1. Som kristne burde vi vært flinkere til å bygge hverandre opp, men på grunn av usikkerhet så bryter vi kanskje heller hverandre ned for å føle oss bedre selv, sier Sigrid. Hva kan hver enkelt gjøre for å skape et miljø der man heier på hverandre og bygger hverandre opp?
2. Hva er flink-kristen-pike-syndromet?
3. Sigrid sier hun tror at ønsket om å tjene kan bli blandet sammen med ønsket om å få bekræftelse og bli anerkjent for det man gjør. Hvordan går det an å bli mer bevisst på hva motivasjonen bak det man gjør er?

**VIDEO: Hvilke råd vil du gi til de som alltid sier ja til ting de blir spurt om?**

1. Kan du gjengi med egne ord rådene Sigrid gir? (*spill gjerne av videoen en gang til*)

**VIDEO: Hvordan er det mulig å få et godt og sant selvbilde?**

1. Hva nevner Sigrid at man kan gjøre selv for å ha et godt og fundament som man bygger identiteten sin på?
2. Hvordan kan vi hjelpe hverandre til å være kritiske til det vi møter i reklame og ellers?
3. Sigrid forteller at hun mange ganger har stoppet opp i noen sekunder etter å ha kommet inn et sted og bedt inne i hodet: «Kjære Gud nå må du hjelpe meg til å ta vekk de tingene som prøver å ta over og fortelle meg hvem jeg er. Du må være den som bestemmer hvem jeg er og hva jeg er verdt.» Tror du en slik bønn kan hjelpe? Kanskje dere kan formulere en egen bønn slik at dere har den klar til situasjoner der det er lett å bli usikker?