

livet i
INNERSTADEN

En hälsning från Svenska kyrkan • fokus ungdomar





3 SNABBA till Karin

Hej Svenska Kyrkan i Lidköpings kyrkherde Karin Enerbäck. Vad tycker du ...

.. är bäst med ditt jobb?

– Det viktigaste är att få träffa alla olika människor och få göra en insats i både glädje och sorg, i livets olika skeenden.

... är kyrkans främsta styrka?

– Att vi bär tillsammans! Ideell, förtroendevald och anställd. De som är engagerade och del av olika verksamheter till den som stöttar kyrkans arbete genom sitt medlemskap. Vi gör detta tillsammans!

... ungdomslivet i Lidköping

– Utvecklingen är oroande och det behövs fler mötesplatser där ungdomar kan umgås och växa tillsammans. Det blir hoppfullt när det finns trygga förebilder som har tid att lyssna.



LÅT PRESTATIONEN VILA

I en jämn ström spanar ungdomar in varandras flöden på sociala medier – vems tonårsliv är mest lyckat? Prestation efter prestation i skolan, på fritiden och i hemmet. Enligt Folkhälsomyndigheten har den psykiska ohälsan fördubblats hos ungdomar sedan 1980-talet och varannan 15-åring lider av ångest och psykiska besvär.

– Vi ställer aldrig frågan om vad du är bra på eller vad du kan bidra med, utan vi undrar istället: Vem är du och vad vill du ha hjälp med?, berättar Martin Westlin.

TEXT & FOTO: DOTTER & DÖSE

Hos Svenska kyrkan i Lidköping arbetar Martin Westlin och Sonja Morin som konfirmand- och ungdomsledare. En roll som innebär att de dagligen träffar barn och ungdomar som kommer till kyrkan av olika anledningar.

– Kyrkan är som en motpol mot samhällets övriga utveckling, där allting handlar om att man ska ha en fin fasad, alltid vara lycklig, glad, snygg och fantastisk. Till kyrkan kan man komma och säga att idag är livet skit, eller jag behöver någon som kan leka med mig, be med mig eller spela fotboll, berättar Martin.

VÅGAR PRATA

Inom Svenska Kyrkan arrangeras det ofta föreläsningar för ungdomar, varav suicidprevention är en av dem.

– Våra ungdomar lider av mycket psykisk ohälsa. Vi kan inte ignorera det och hoppas på att det försvinner eller växer bort, i tron om att det bara är ett stadie under ungdomslivet. Eftersom det ökar så mycket så är det viktigt att vi pratar om det, menar Sonja. Skrämmande statistik från Suicide Zero, visar att självmord ökar hos yngre. För unga tjejer (15-24 år) har självmorden ökat med cirka 1 pro-

cent per år de senaste 25 åren, och för unga killar (15-24 år) är självmord den vanligaste dödsorsaken.

NORMERNAS FRISTAD

Vissa av aktiviteterna under konfan är obligatoriska i Svenska kyrkan.

– Jag minns hur hen uttryckt stress över att ha mycket bokat, med både skola och idrott. Därför behövde denna person inte närvara, för att minska stress och press. Då vänder sig hen till mig och säger: Men jag vill vara med! Det är bara här jag kan koppla av och vara mig själv. Även om det är mycket aktiviteter i ett ungdomsliv, så väljer man ändå att komma hit. Jag tänker att vi blir en fristad från samhällets normer och tryck och att det finns plats för att få vara sig själv, berättar Martin.

EN PLATS FÖR ALLA

Svenska kyrkan är öppen för alla. Det finns alltid plats, det blir aldrig fullt.

– Här finns det tid till att inte göra något. Det finns tid till samtal, som jag upplever att man inte har någon annanstans, och det finns tid till att hitta på roliga saker tillsammans. Är man nyfiken så är det bara att komma och testa, avslutar Sonja.



◀ MARTIN WESTLIN
SE HELA INTERVJUN!

Här finns

ALLTID EN TRYGG VUXEN

I Svenska kyrkan finns trygga vuxna när du behöver någon att prata med.

Här finns utbildad personal som lyssnar och ger stöd. Det kan handla om sorg, ensamhet, oro eller relationsproblem.

– ENSKILT SAMTAL –

I ett enskilt samtal möter du en präst eller en diakon. I kyrkan kallas ett sådant samtal för "själavårdssamtal".

Lika mycket som kroppen behöver omvårdnad, behöver också själen det. Kyrkan är van att möta människor i kris och sorg. Inga journaler eller anteckningar förs, och en präst har absolut tystnadsplikt. Att få dela sina tankar med någon kan göra skillnad. Du kan tala om vad du vill – sorg, ensamhet, självmordstankar, ångest eller något annat som du brottas med.

– UNGA LEDARE –

Konfirmanderna möter ett 30-tal unga ledare.

De har alla genomgått en ledarskapsutbildning och finns med som stöd och goda förebilder för de ungdomar som är delaktiga i kyrkans konfirmandgrupper.

– UNGDOMSAKTIVITETER! –



- Ungdomsband
- Ungdomsgrupp
- Ledarutbildning
- Konfirmation
- ungdomskören

– REGNBÅGSLINJEN –

Regnbågslinjen är en samtalsjour via telefon och digitala brev.

Volontärerna som svarar är HBTQI-personer som är utvalda och utbildade för att möta dig där du befinner dig. Regnbågslinjen riktar sig till dig som definierar dig inom HBTQI-spektrumet, till anhöriga, närstående och allierade till HBTQI-personer. Telefon är öppen tisdagar och torsdagar kl. 18–21 på 0770-55 00 10.

NÄTVANDRARCHATTEN – FÖR DIG MELLAN 12-25 ÅR

Nätvandrarchatten leds av stiftelsen Kyrkans SOS. Alla nätvandrare är anställda inom Svenska kyrkan, men kan ha olika roller i sin vardag.

Det kan vara en pedagog, musiker eller kanske en ekonom. Tillsammans ska de lyssna, stötta och stärka unga via nätet. Att vara kyrka och medmänniska handlar mycket om att möta upp i samtal om livet, och att finnas där för den som ropar, viskar, talar. Ibland kan det vara skönt och enkelt att ta steget och prata med en vuxen över nätet, via skriven text. Att prata med en nätvandrare kan också vara första steget till att prata med en vuxen i närmiljön.



– JOURHAVANDE PRÄST –

Jourhavande präst erbjuds som en samhällstjänst under tiden på dygnet när många andra verksamheter är stängda.

Du når jourhavande präst mellan kl. 22.00–06.00, genom att slå larmnumret 112. Jourhavande präst är närvarande, lyssnar och delar det bekymmer du vill prata om. Prästerna är, liksom du, anonym.