



Läs först texten om Ahmed i helgrupp, gå sedan varvet runt så att de som vill kan ge en kommentar på texten kan göra det.

Läs högt: *Ahmed sätter sig upp med ett ryck. Tittar på klockan på mobilen. 03:11. Mardrömmarna blir värre när det är mycket i skolan. Han ligger flera sidor efter i matten och känner sig helt dum i huvudet.*

Han kommer aldrig ihåg vad han drömt. Psykologen tror att det har med familjens flykt att göra. Ahmed säger inte emot, men tycker att det låter konstigt. Han minns den inte alls, och hemma pratar de aldrig om den. Nu har de uppehållstillstånd. De är svenskar och ska aldrig tillbaka dit. Visst händer det att han funderar över hur det skulle vara, men inte så ofta.

Ahmed kan inte somna om. De här idiotiska mardrömmarna. De gör honom så trött att han inte ens orkar hänga med kompisar, och absolut inte vara i skolan. Psykologen tycker att han ska prata med någon lärare, skolsköterskan eller kuratorn. Kanske kan han få hjälp att hänga med bättre. Ahmed tycker det är en bra idé, men vem skulle han prata med? Tänk om de inte fattar? Om de säger att han bara ska skärpa till sig eller att det nog går över. Allra värst, tänk om de inte vill lyssna?

I texten drabbas Ahmed av mardrömmar, de påverkar hur det går i skolan och han känner sig nedstämd. Hans psykolog uppmanar honom att ta kontakt med en vuxen på skolan men han är osäker på vem han kan vända sig till och är rädd för hur personen skulle reagera.

Ibland när vi behöver prata med någon kan det kännas svårt att ta det där första klivet och vi kan behöva hjälp.

I bibeln står det om Esther, en judisk kvinna som var gift med kungen. Hon hade fått i uppdrag att prata med kungen för att rädda Judarna från ett planerat folkmord. Att oinbjuden gå in till kungen var mycket farligt, hon var rädd, och för att förbereda sig fastade hon och bad till Gud. (Esther 4:23–25, 30) Hon bad "Tänk på oss, Herre, och visa oss i nådens stund vem du är; ge mig mod, du gudarnas konung som härskar över alla världar. Ge mig de rätta orden när jag står inför lejonet... rädda oss med din starka hand, och hjälp mig som är ensam och inte har någon annan än dig, Herre... Gud du som är starkare än alla, hör de förtvivlades rop, befria oss ur uslingarnas våld och gör mig fri från min skräck."

Precis som Esther kan vi ibland behöva hjälp inför att prata med någon, vare sig det är med en lärare, kuratorn på skolan, BRIS, en förälder, eller en ledare. Kanske kan du då ta hjälp av en kompis för att ta kontakt med en lärare? Eller en faster eller ett syskon kan stötta dig i att prata med en förälder? Eller kanske söker du styrka och mod genom att vända dig till Gud i bön.

Du som ledare kan inleda bönen såhär:

Tack gud för idag, tack för alla scouter och alla ledare. Tack för att vi får samlas och prata om sånt som tar plats i våra liv. Hjälp oss att se på varandra och oss själva med omtanke och kärlek. Ge oss mod att våga be om hjälp och hjälpa andra omkring oss.

Sedan kan alla stämma in i scoutbönen:

*Livets Gud som ser till alla,
Du som ser till var och en,
Till vad än du vill mig kalla,
Är jag redo bli din vän,
Tack för staden och naturen,
Och för glädje varje dag,
Tack för människor och djuren,
Hjälp mig följa scouters lag,
Amen.*