

Med tillit PÅ VEIER I MØRKE EN INSPIRASJONSFILM



*Når veien ligger i mørke, blir TILLIT en ressurs,
tillit til seg selv, andre og til livet.*



Den blinde filmskaperen Anne Margrethe Lund vil gi sin unike erfaring med tillit videre til samfunnet gjennom en kort-film som når dypere enn ord. Tillit er en nøkkel til god kommunikasjon og harmoniske fellesskap. Der den mangler, får mistenksomhet, ulmende konflikter og misforståelser plass. Der tilliten fins, kan de utroligste ting hende. Blinde kan framstå som ressurspersoner på området tillit fordi de oftere enn de fleste må stole på andre. Gjennom en inspirerende film, kurs og gruppearbeid, vil filmskaperen sette fokus på våre indre ressurser! Det handler om den indre styrken, den vi kanskje ikke visste om før vi kom igjennom en stor utfordring. Og så handler det om å tørre å strekke ut en hånd til noen andre, noen en stoler på ...

Hvorfor tillit?

- ❖ Blinde barn som løper med liv og lyst over en gress-slette – fordi noen har fortalt at det ikke finnes vonde hindringer å slå seg i ...
- ❖ Samtaler med barn og voksne om betydningen av tillit i utfordrende livssituasjoner ...
- ❖ Kraftfull musikk skapt av synshemmede selv ...
- ❖ Illustrasjonen av tilliten mellom eier og førerhund ...

Alt dette og mye mer blir ingrediensene i en spennende kort-film på ca. 30 minutter. Filmen er tenkt som innledning til kurs, foredrag og gruppearbeid rundt den viktige grunnverdien TILLIT. Og bak det å finne

trygghet, åpner det seg en vei til styrke, styrke til å komme igjennom tøffe utfordringer ... for det er alltid så mye som vil hindre oss i å finne krefter; frykt, skuffelse, sinne ... Noen ganger må vi grave dypt, gjennom alle disse lagene for å finne styrken. Vi håper at filmen kan inspirere folk på veien til livskraft, trygghet og motivasjon.

Hvor er det behov for tillit?

... I helsevesenet, i familien, i næringslivet, i politikken, i skolen ... kort sagt, i alle fellesskap, enten det er arbeid eller privat. Når ledere viser medarbeidere tillit, kvitterer som oftest medarbeiderne ved å ta ansvar. Det samme skjer når voksne gir barn tillit. Pasienten legger seg på operasjonsbordet,



Hele vår
eksistens
er basert på
tillit



og trygghet på personalet kan minske angst og stress i situasjonen. Vi velger landets ledere og legger dermed mye tillit i deres hender, eller stoler vi egentlig på dem? ...

Blinde må ofte stole på andre – for å bli ledsaget, for å få lest post eller betalt regninger over nettet. Som regel går det bra. Tenk hvor ofte mennesker kunne ha misbrukt deres tillit! Og tenk så mye mennesker kan oppnå ved nettopp å stole på andre, ting vi ikke kunne klart alene.

Åpner for samtale

Filmen 'Med tillit på veier i mørke' er ment som informasjonsmateriell og innledning til samtaler på skoler, utdanningsinstitusjoner

og i organisasjoner. På denne måten initierer vi en spennende dialog om et tema som er viktig for alle mennesker, samtidig som vi informerer stadig nye grupper om hvordan det er å leve som synshemmet i hverdagen.

Vi vil berøre spørsmål som

- ✦ Hva gjør verdien tillit med vårt forhold til oss selv og andre?
- ✦ Hva har den å si for vår mestring av tøffe utfordringer?
- ✦ Hvordan kan den gjenopprettes der det har vært et tillitsbrudd?

“Det handler om tillit. Tillit, ansvar og glede.

Forebyggende effekt

Å sette fokus på tillit, er å drive forebyggende arbeid. Når vi møter spesielle utfordringer, er tilliten en unik ressurs. Den skaper trygghet og styrer måten vi kommuniserer på. I en tid med mange og hurtige samfunnsendringer, globale trusler og høye prestasjonskrav, tror vi at mennesker trenger en indre oppvåkning, et fokus på våre mentale ressurser.

Vi tror at filmen sammen med seminarer og kurs kan bidra til å bedre menneskelige relasjoner og utruste oss til å møte vanskelige situasjoner.

Hvem står bak?

Vår filmskaper er pedagog, artist og ledertrener Anne Margrethe Lund som selv er blind. Hun er utdannet ved Norges musikkhøgskole i Oslo, studerte psykologi ved Universitetet i Oslo og tok lederutdannelsen ved the Coaches Training Institute i California. Men en like viktig del av sin utdanning har hun gjennom sine erfaringer, både som blind og som langvarig, kreftsyk i voksen alder. "Jeg er blitt vant til å gå

i motvind. Jeg vil gjerne bringe mine erfaringer og oppmuntringer til andre som går igjennom tøffe utfordringer."

Anne Margrethe synger, holder foredrag og motivasjonskurs for næringsliv og organisasjoner. **Se www.heart-of-hearts.no**

Gjennom sin virksomhet og sine erfaringer, har hun sett behovet for å sette tillit på dagsorden – for å kunne håndtere konflikter bedre og overkomme stress.

Hun forteller: "Jeg elsker å løpe på gress. Det har jeg alltid gjort. Da jeg var liten, plasserte far meg ut på en stor gress-slette og sa: "Løp! Nå kan du bare løpe, det er ingen hindringer her. Jeg skal si ifra når du må stoppe!" Og jeg løp. Løp og løp. Kroppen visste hvordan den skulle gjøre det, selv om jeg ikke kunne se. Løping har ikke noe med øynene å gjøre, strengt tatt. Det må bare være noen en kan stole på, noen som forteller at det er klar bane, og noen som roper når jeg må stoppe. Så enkelt er det. Det handler om tillit. Tillit, ansvar og glede."

