

Relaties en vriendschap

Voor de jeugdleider

Doel van deze ID: Nadenken over de thema's relaties, verkering en huwelijk. Leren dat het belangrijk is om mensen te accepteren zoals ze zijn.

Dit programma maakt deel uit van een serie van drie ID's rond relaties en seksualiteit. Het is goed om deze drie programma's na elkaar te houden zodat er een opbouw is in zwaarte van het onderwerp. In deze ID gaat het er om dat tieners meer over zichzelf nadenken en ook wie je bent in relatie tot de ander. Ieder mens is verschillend, en of het nu in liefdes- of vriendschapsrelaties is, je moet het samen doen. Iedereen als uniek mens, geschapen door God.

Liefde en seksualiteit is een teer onderwerp. Voor tieners, maar eigenlijk voor iedereen. Je kunt zelf natuurlijk het beste inschatten of en wanneer je groep toe is aan dit item. Spreek van tevoren met elkaar af dat er natuurlijk wel gelachen mag worden als het een beetje spannend wordt, maar dat een ander nooit uitgelachen mag worden. Spreek ook af om met respect over elkaar en over het onderwerp te praten zodat het niet plat of grof kan worden.

Dit onderdeel gaat over relaties en vriendschappen. Je kent je groep tieners zelf het beste, sommige onderdelen zullen gevoeliger liggen dan andere, zoals het onderdeel echtscheiding. Die nadruk zal bij de ene groep zwaarder zijn dan bij de andere.

De CGJO heeft een gratis (alleen verzendkosten) boekje over dit onderwerp: *Het Boekje*, voor iedereen die door wil lezen over seksualiteit en jongeren.

<https://webshop.cgjo.nl/product/het-boekje/>



Start

Starter 1 – Fysiek samenwerken

Doel: Ontdekken dat door goede samenwerking en op de ander letten je soms meer bereikt dan alles op je eigen tempo en manier doen.

Tijd: 5 minuten

Maak tweetallen, als het kan jongens en meiden bij elkaar en laat de tieners met hun ruggen tegen elkaar zitten. Iedereen houdt elkaar vast met de armen in elkaar gegrepen en de knieën wat opgetrokken. Nu is het de bedoeling om zo soepel mogelijk op te staan zonder elkaar los te laten.

Tip: als je allebei even snel gaat lukt dit, niet als de één sneller wil dan de ander.

Dit is nog eens te herhalen: ga nu met de gezichten naar elkaar toe zitten, de voeten met de tenen tegen elkaar. Pak elkaar bij de onderarm en kom omhoog. Gelukt? Ga dan ook zo weer zitten!

Starter 2 – Actief samenwerken

Doel: Ontdekken dat je doel bereiken niet automatisch betekent dat een ander dat niet kan. Kijken naar en letten op een ander kan daar bij helpen.

Tijd: 10 minuten

Zorg er voor dat je voor iedere deelnemer een lege fles(zonder dop) hebt. Hiermee wordt een spel gespeeld. Er worden vier groepen gemaakt en iedere groep krijgt een eigen opdracht die de andere groepen niet mogen kennen:

- Zet alle flessen in de hoek van de ruimte.
- Zet alle flessen op de kop.
- Zet alle flessen in een kring op de vloer.
- Zorg dat iedereen die bij je groep hoort elke fles een keer boven zijn of haar hoofd heeft getild.

Alle deelnemers staan met hun fles in een kring. De opdracht moet worden uitgevoerd, maar dit zal nog wel wat strijd opleveren. Er mag namelijk niet over de opdracht gepraat worden. Leg na een tijdje het spel stil en geef de hint dat alle opdrachten uitgevoerd kunnen worden zonder dat je de andere groep dwars zit. Laat het de groepen nog eens proberen om zonder te praten hun doelen te bereiken. Als het dan nog niet lukt dan mag het mét praten.

Begin met 'de jongens tegen de meisjes'. Dit is het leukst als de groep een beetje gemengd is. Als één meid het op moet nemen tegen de rest (of andersom) is dat minder leuk natuurlijk.



Bijbeltekst

Lees met elkaar Prediker 4: 7-12

Wat vind je van de visie van Prediker?



Video

Doel: Nadenken over samenwerken

Tijd: 5 – 10 minuten

Bekijk het filmpje over wat je (positief en negatief) samen kunt bereiken:

https://www.youtube.com/watch?v=fUXdrI9ch_Q

Heb je zelf voorbeelden van situaties waarin je beter samen had kunnen werken? Of doe je alles liever alleen?



Persoonlijk

Tijd: 5 minuten

Waar ben jij goed in? deel dat met de groep. Vertel hoe je dat gebruikt of kunt gebruiken om anderen te helpen. Vertel ook waar je niet goed in bent en waarbij je hulp kunt gebruiken of krijgt. Hoe is het om te ontvangen en om ergens niet goed in te zijn? (In de Bijbeltekst staat zelfs dat dit noodzakelijk is!)

Maak in je verhaal ook de link naar liefdesrelaties. Alle mensen zijn aan elkaar gegeven, maar als je een stel bent is dit ook erg belangrijk.



Verwerking

Kernkwadranten

Doel: Ontdekken wat jouw kwaliteiten zijn.

Tijd: 10 minuten

Laat iedereen een kernkwadrant invullen. Geef als voorbeeld je eigen kwaliteit en het schema dat daar bij hoort. Als je niet goed weet hoe het werkt: op internet staan talloze voorbeelden. Het is niet moeilijk en leuk om te doen. Op het verwerkingsblad staat een leeg exemplaar om te printen.



Opdracht

Presenteren

Doel: Je gekregen kwaliteiten benoemen en presenteren.

Tijd: +/- 20 minuten

Laat iedereen zijn of haar kernkwadrant presenteren. Bespreek daarna de uitkomsten. Er is van alles te ontdekken. Probeer bijvoorbeeld te benoemen wie heel goed zou kunnen samenwerken en leren van elkaar. Je kunt ook concluderen dat mensen in elkaars allergie-zone zitten. Dan is bijvoorbeeld jouw valkuil een ander zijn allergie. Hoe ga je hier mee om en scheelt het dat je dit nu weet?

Wat ook leuk is: bepaal wie een perfect koppel zou kunnen zijn in de liefde en wie nooit iets met elkaar zou moeten beginnen op basis van deze opdracht (maar neem het niet te serieus).



Bidden

Voorbeeldgebed 1

Vader in de Hemel, wij zijn zo verschillend zoals we hier zitten. Toch heeft u ons allemaal gemaakt. We vragen, wilt u ons helpen om elkaar met die ogen te zien, als kinderen gemaakt door u. Soms is dat gemakkelijk, als we plezier met elkaar hebben, maar soms is dat ook moeilijk. Vergeef ons als we een ander niet behandelen zoals het zou moeten. Here Jezus, als u terug komt is alles weer goed. Dan zijn alle dingen die nu niet goed zijn tussen mensen weer heel. Dan is de relatie van God met de mensen weer zoals die bedoeld is toen we gemaakt werden.

Dank u wel dat u met ons een relatie aan wilt gaan. En dat u daarin nooit teleurstelt zoals wij mensen wel vaak doen.

Amen

Voorbeeldgebed 2

Laat iedereen opschrijven waar hij of zij voor zou willen bidden rond dit onderwerp. Dit mag heel persoonlijk zijn en niemand hoeft het te weten (het mag wel natuurlijk). Je kunt best ergens mee zitten als het gaat om relaties: ruzie met je vrienden, je buiten de groep voelen staan, zorgen om ouders die niet goed met elkaar om gaan of het verlangen naar een vriend of vriendin.

Alle briefjes worden verzameld in een ondoorzichtige pot of vaas. Tieners mogen de briefjes, als ze zich daar beter bij voelen, ook vast verscheuren voor ze verzameld worden.

Verbrand de briefjes - buiten of op een andere veilige manier - en laat iedereen zijn of haar gebed in gedachten nemen. De rook stijgt op. De woorden zijn weg en zijn veilig bij God.



Liedsuggesties

- Trinity, Ik wens jou
<https://www.youtube.com/watch?v=G9Ns5fC8CuM>
- Casting Crowns , Broken together
<https://www.youtube.com/watch?v=ZAAvPDgKf30>
- Francesca Batistelli, Hundred More Years
<https://www.youtube.com/watch?v=W0ED0dsABRI>
- Hillsong, Nothing like your love
<https://www.youtube.com/watch?v=wJLdeCzBbAY>



In gesprek

- Samen leven is niet altijd gemakkelijk. Kijk maar om je heen. Heb jij in je omgeving een goed voorbeeld van hoe het wel kan?
- Misschien ken je of ben je iemand van wie de ouders gescheiden zijn. Heb je er begrip voor dat het in relaties lastig kan zijn om samen te leven en te werken? Waarom wel of niet?
- Wat doet het met je als je mensen in je omgeving moeite hebben met samenleven?
- Hoe ziet een goede (liefdes-)relatie er volgens jou uit?
- Mensen die in jouw allergie (zie kernkwadranten) zitten, hoe ga je daar in Bijbels licht mee om: uit de weg gaan of juist mee om gaan? Hoe en waarom?
- Hoe ziet jouw ideale levenspartner er uit (van binnen en van buiten)?
- Wat is dat drievoudige snoer waar Prediker het over heeft?
- Hoe belangrijk vind jij die Derde in de relatie met je (toekomstige) partner?



On the road

Ga thuis eens aan de slag met de uitkomsten in je kernkwadrant. Wees je extra bewust van je sterke punten en waar je nog in kunt groeien. Hoe kun je dit voor een ander inzetten?