

Focus

Er is veel dreiging en onrust in de wereld. Bij God mogen we rust vinden, bij Hem zijn we veilig.

PPT

Bij deze bijeenkomst is een PowerPointpresentatie beschikbaar die je kunt aanpassen aan je eigen programma.

Onderdelen kiezen

Je kunt zelf kiezen welke werkvormen je gebruikt. Zorg dat je bij elk onderdeel (Vanuit ons leven – Naar de Bijbel – Terug naar ons leven – Chill & connect) tenminste één werkvorm gebruikt.



Chill & connect

Tijd voor ontspanning en ontmoeting

Een goede band met elkaar is belangrijk om de diepte in te kunnen gaan. Maar het ervaren van gemeenschap en verbinding is ook een boodschap in zichzelf! Geef daarom aandacht aan elkaar door te kletsen, samen wat te drinken of te eten.



Vanuit ons leven

Aansluiten bij onze leefwereld

☐ Safe spot

- Wat is voor jou de veiligste plek op aarde? En waarom?
Dit kan bijvoorbeeld je huis, je slaapkamer, een bepaalde plek in de natuur of juist een situatie zijn, zoals in het gezelschap van familie of vrienden zijn.
- Wat geeft jou een rustig gevoel als er veel onrust, ruzie of oorlog in deze wereld is? Wat helpt jou om rustig te blijven? Muziek luisteren, praten met iemand, bidden, of...

☐ Gevoelsspiegel

1. Schrijf op een vel papier (of flap-over): **ONRUST IN DE WERELD**.
2. Geef elke jongere een rode, blauwe, groene en gele post-it.

3. Bekijk met elkaar de [korte samenvatting](#) van de eerste grote toespraak van Mark Rutte als secretaris-generaal van de NAVO.
 4. Als jij naar de toespraak van Mark Rutte luistert, wat voel je dan? Plak de post-its die bij jouw gevoel passen op het vel papier:
 - Rood: Ik voel me onveilig en machteloos.
 - Blauw: Ik verlang naar vrede.
 - Geel: Ik haal mijn schouders op, het boeit me niet zo.Je mag meerdere post-its plakken.
- Wat valt jou op als je naar de post-its kijkt?
 - Herken jij iets in de gevoelens van anderen?
 - Wat doet het nieuws over onrust in de wereld met jou?



Naar de Bijbel

Inspiratie vinden in Gods Woord

☐ **Wanhoopskreet**

In de Psalmen gaat het vaak over oneerlijkheid en onveiligheid.

Lees Psalm 10 en hou plekken in gedachten waar het momenteel oorlog is. Bijvoorbeeld Oekraïne.

- Wat valt je op? Waar word je warm van? Waar heb je moeite mee?
- Welke overeenkomsten met de oorlog in Oekraïne zie je in deze Psalm?

Poetin heeft goede banden met de Russisch orthodoxe kerk en de leider van die kerk vindt dat Poetin juist handelt.

- Wat zegt deze Psalm jou daarover?

☐ **Rust van boven**

Lees met elkaar Psalm 62: 2-7.

- Herken jij momenten van kwetsbaarheid en machteloosheid? Waar vind jij dan kracht?

David schrijft deze Psalm in een spannende tijd en hij ervaart dat God er is. Hij ervaart dat God rust geeft. Bij God voelt hij zich veilig.

- Hoe zou jij iets van die rust kunnen ervaren ook als het onrustig is in de wereld?
- Op welke momenten in jouw leven heb je ervaren dat God je rust kan geven?

Als we naar deze Psalm kijken, dan lijkt het alsof de dichter anders naar het leven gaat kijken omdat hij God gaat vertrouwen. Hij zegt zelfs 'Er kan mij geen kwaad overkomen'.

- Wat vind je van die uitspraak?

Net als in de tijd van David zijn er veel mensen die liegen en vol haat zijn.

- Hoe blijf jij eerlijk en liefdevol?

☐ **Gebedsvorm – Kyrie Eleison**

Vanuit de vroege kerk is het de gewoonte om te bidden met de woorden 'Kyrie eleison'. Dat is Grieks en betekent 'Heer, ontferm U'.

1. Luister naar het lied [Kyrie - van Sela](#).
2. Bid daarna in een kringgebed om de beurt voor situaties van onrust in de wereld: Oekraïne, vluchtelingen, de leiders in de wereld, enz. Sluit elke bede af met 'Heer, ontferm U'.

☐ **Gebedsvorm – Psalm 62**

Door te bidden kun je veiligheid ervaren, ook al leef je in een tijd waarin we veel horen over oorlogen en oorlogsdreiging. Laat iedereen een zin uit Psalm 62: 2-7 kiezen en die uitspreken als een gebed.



Terug naar ons leven

De koppeling maken met onze leefwereld

☐ **Junk journal**

Benodigheden: Stevig papier, lijm, schaar, mooie stiften, verf en allerlei rommelmaterialen zoals oud papier, restjes textiel, grassprietten, droogbloemen enz.

1. Geef iedereen een vel papier en de materialen.
2. Laat de tieners op [Google afbeeldingen](#) zoeken naar voorbeelden van een 'junk journal'.
3. Maak in de vorm van een junk journal een plek die symbool staat voor rust en veiligheid. Dit mag een echte plek zijn, zoals een kamer of natuurgebied, maar ook een abstract beeld dat hun gevoel van veiligheid en vertrouwen uitdrukt.
4. Vraag hen om woorden of zinnen uit de Bijbel te verwerken in hun junk journal, bijvoorbeeld: 'Ik krijg rust bij God' of 'Hij beschermt me'.
5. Luister ondertussen naar [Tot je veilig bent](#).



Chill & connect

Tijd voor ontspanning en ontmoeting

☐ Landveroverij (Ik verklaar de oorlog aan...)

Deze werkvorm kun je alleen buiten uitvoeren en je hebt er een stuk asfalt voor nodig, een aantal stoepkrijtjes en een bal.

Misschien hebben jullie het vroeger wel gespeeld op het schoolplein: 'Ik verklaar de oorlog aan..' of 'Landrovertje'. Jullie gaan dit *old school* weer spelen. Ken je het niet? Op internet vind je de spelregels wel, bijvoorbeeld [hier](#).

☐ Sokken-oorlog

1. Verdeel de groep in twee teams.
2. Maak met schilderstape twee grote vakken op de vloer.
3. Leg in elk vak tien paar opgerolde sokken.
4. Zet een timer, bijvoorbeeld op drie minuten.
5. De teams moeten de sokken naar het vak van het andere team proberen te gooien en hun eigen vak leeg proberen te houden.
6. Als de timer gaat, tel je hoeveel paar sokken zich er in elk vak bevinden. Het team met het minste paar sokken, wint de oorlog!

Ging elke oorlog maar zo...

Chillen

Sluit ontspannen af met gezelligheid, tijd en aandacht voor elkaar, voor wat er leeft en naar boven is gekomen.