

Meet the parents: Vertrouwen

INLEIDING

Met behulp van de bijeenkomsten in deze module gaan ouders en tieners de verbinding aan met elkaar. Jullie mogen deze verbinding faciliteren!

Dit is geen gewone module en je gebruikt de bijeenkomsten dus ook niet achter elkaar. Het mooiste is om de bijeenkomsten te spreiden. Je kunt bijvoorbeeld elk jaar één of twee tiener-ouder avonden houden, waarbij je alle groepen van 12-15 jaar én hun ouders uitnodigt.

De bijeenkomsten bestaan uit twee delen:

- In deel 1 krijgen de ouders toerusting voor de (geloofs)opvoeding via een [video](#) en gaan de tieners met elkaar in gesprek over hun ouders.
- Deel 2 bestaat uit veel (keuze)werkvormen waardoor de tiener met z'n eigen ouder in verbinding en gesprek gaat.

Deze bijeenkomst gaat over:

Hoeveel vertrouwen hebben jouw ouders in jou? En jij in hen? Voor ouders is het soms lastig vertrouwen uit te stralen naar hun tiener. Op hun beurt hebben tieners dit vertrouwen hard nodig maar weten ze niet altijd hoe ze daarom moeten vragen.

Tieners krijgen deze avond de kans om dit aan hun ouders te communiceren. Naar aanleiding van verschillende bijbelteksten gaan jullie met allerlei werkvormen oefenen met vertrouwen uitstralen naar elkaar.

INHOUD:

Programma.....	2
Vorbereiding	3
1A. Ouders – Toerusting via video	4
1B. Tieners: Werkvorm '(niet) bemoeien'	4
2. Ouders en tieners – Vertrouwen in je tiener	5
3. Ouders en tieners – Oefenen in vertrouwen	9
4. Afsluiting – met gebed.....	13

PROGRAMMA

Nr	Wat	Voor wie	Tijd
1a	Toerusting via video	Alle ouders	15 min
1b	Werkvorm '(niet) bemoeien' o.l.v. tienerleiders	Tieners (eventueel verdeeld in groepen)	15 min
2	Opdrachten rond vertrouwen in je tiener	Groepje van een paar tieners met ouders	30 min
3	Keuzeopdrachten om het vertrouwen in je tiener te oefenen	Tiener met eigen ouder	30 min
4	Afsluiting met gebed	Hele groep + groepje tieners met ouders	10 min

VOORBEREIDING

Voor het programmaonderdeel '2. Ouders en tieners – Vertrouwen in je tiener' maak je groepjes van 2/3 tieners met bijbehorende ouders. *Je kunt de tieners van wie er geen ouder aanwezig is, laten aanhaken bij een vriend/vriendin waarvan de ouder er wel is of ze volgen het programma samen met een van de tienerleiders.*

Je verdeelt ze over de ruimte en geeft ze 30 minuten de tijd.

- Zorg dat je voor elk groepje van ouders en tieners één papiertje hebt met de uitleg van de opdracht van '[vertrouwen in je tiener](#)'. Print pagina 5 in dit aantal.
- Zorg dat je voor elke deelnemer, dus elke tiener en elke ouder de bijbeltekst van Jezus achtergebleven in de tempel - verhaal hebt. Dus het totale aantal deelnemers delen door 4, zo vaak print je pagina 6.
- Zorg dat je voor elke tiener een 'veilig vertrouwen vinden' rapport hebt. Het aantal tieners delen door 4, zo vaak print je pagina 7.
- Zorg dat je voor elke ouder een 'veilig vertrouwen vinden' rapport hebt. Het aantal ouders delen door 4, zo vaak print je pagina 8.

Voor het programmaonderdeel '[3. Ouders met tiener - Oefenen in vertrouwen](#)' laat je de tiener samen met de bijbehorende ouder samenwerken.

- Print de [oefeningen](#) (pag. 10 t/m 12) een aantal keer uit, knip ze uit en maak stapeltjes van dezelfde oefeningen. Zorg dat je in totaal ongeveer het dubbele aantal hebt van het aantal tieners.
- Leg bij de oefening 'angst' een aantal kleine kaartjes klaar. Denk aan licht gekleurd dikker papier. Dit worden de 'voornemenskaartjes'.
- Leg bij de oefening 'Ik kan het!' een stapel groene en een stapel rode/roze papiertjes of post-its klaar. Van beide kleuren heb je er ongeveer 2 per deelnemer nodig.
- Bij 'Versier je tiener: 'Jij kan het!' stukjes vlaggenlijn (ongeveer 1 per tiener).

Laat de tieners kiezen welke oefening ze gaan doen met hun ouder, ze krijgen 30 minuten de tijd, dus zodra ze klaar zijn kunnen ze een nieuwe kiezen.

1A. OUDERS – TOERUSTING VIA VIDEO

Bekijk met elkaar de [video](#) waarin je als ouders toerusting krijgt over vertrouwen in je tiener.

1B. TIENERS: WERKVORM '(NIET) BEMOEIEN'

Waar mogen je ouders zich wel of niet mee bemoeien?

Verdeel de groep in groepjes van 5-10 tieners, elk met één tienerleiding.

Schrijf op een groot vel of whiteboard aan de ene kant 'niet-bemoeien' en aan de andere kant 'bemoeien'. Jullie gaan met elkaar een lijst maken van dingen waar je ouders zich echt niet mee moeten bemoeien en een lijst met dingen waar ze zich wel een beetje mee mogen bemoeien.

- *Niet bemoeien:* dingen waarbij je ouders te veel 'in je space zitten', waar ze elke keer over doorzeuren terwijl je het echt wel zelf kan.
Bijvoorbeeld: de keuze van je vrienden en met wie je omgaat, je huiswerkplanning, hoe je kamer eruit ziet, hoe lang je op je mobiel zit, wat voor kleding je draagt, hoe laat je naar bed gaat ...
- *Bemoeien:* dingen waar je af en toe wat hulp bij kan gebruiken en waar je ouders zich best een beetje in mogen mengen. Misschien wel iets wat je ouders gewoon helemaal aan jou overlaten maar waar je best eens advies over zou willen krijgen.
Bijvoorbeeld: hoe je omgaat met die vervelende opmerking van een vriend(in), je helpen om een bijbaantje te vinden, met je meedenken over je vakkenpakket of studiekeuze, je helpen herinneren aan dingen op je agenda: sportwedstrijden of toetsen die eraan komen, ...

Bespreek:

- Bij de dingen waar je ouders zich te veel mee bemoeien, heb je het idee dat ze je daar ook niet in vertrouwen? Er niet op vertrouwen dat je het zelf wel kan? Waar zou je best wat meer vertrouwen in willen krijgen?
- Heb je weleens het idee dat je ouders te bezorgd of bang zijn? Wat doet dat met jou? Zou je het weleens fijn vinden als ze je gewoon zelf 'op je bek laten gaan'?
- Zijn er dingen waar je ouders zich niet mee bemoeien maar waar je misschien wel graag wat hulp of advies bij zou hebben?

2. OUDERS EN TIENERS - VERTROUWEN IN JE TIENER

Opdrachten rond veilig vertrouwen vinden.

Verdeel de groep in groepjes van twee ouders met hun bijbehorende tieners. *Is je ouder niet aanwezig? Sluit dan aan bij een vriend/vriendin waarvan de ouder er wel is.*

5 min Lees met elkaar het verhaal van de 12-jarige Jezus die achterblijft in de tempel in Jeruzalem, terwijl zijn ouders al weer naar huis vertrokken zijn. Dit staat in Lucas 2: 41-52. Een ouder leest de paarse tekst, een tiener de blauwe tekst en één iemand leest de zwarte tekst (maakt niet uit wie).

5 min Bespreek: "Herkennen jullie je in de situatie en de reactie van Jezus en zijn bezorgde ouders? Hebben jullie weleens zo iets meegemaakt: dat je ouders heel bezorgd waren, terwijl er volgens jou geen enkele reden was tot bezorgdheid?"

5 min Ouders vinden het soms lastig om hun kinderen in vertrouwen los te laten. Maar je hebt het wel nodig dat je ouder je vertrouwt om dingen te doen. Daarom gaan we een: 'veilig vertrouwen vinden' rapport invullen.

Vul het als tiener eerst voor jezelf in: 'wat kan je zelf wel, maar zitten je ouders alsnog bovenop?'. Je ouder gaat raden wat de tiener gaat antwoorden op de vragen en vult dat voor zichzelf in.

10 min Ga tegenover elkaar zitten. Laat als tiener eerst je antwoorden zien. Bespreek: 'Waarom heb je dit opgeschreven? Hoe kunnen je ouders hierin verbeteren? Wat doen en weten je ouders al goed?'

Laat dan als ouders de antwoorden zien. Bespreek: "Komt het overeen? Waarom niet en waarom wel? Wat kunnen jullie samen verbeteren en afspreken, zodat jullie communicatie beter wordt?"

Jezus achtergebleven in de tempel - verhaal

Jezus gaat mee naar Jeruzalem

Elk jaar gingen Jozef en Maria naar Jeruzalem om het Joodse Paasfeest te vieren. Op een keer ging Jezus met zijn ouders mee. Hij was toen twaalf jaar.

Na het feest gingen Jozef en Maria naar huis. Maar Jezus bleef in Jeruzalem, zonder dat zijn ouders dat wisten. Ze dachten dat hun zoon met familie of vrienden meeleiep. Pas 's avonds gingen ze hem zoeken. Maar ze konden hem nergens vinden. Toen gingen Jozef en Maria terug naar Jeruzalem, om Jezus daar te zoeken.

Jezus is in de tempel

Jozef en Maria vonden Jezus na drie dagen. Hij zat in de tempel bij de leraren die daar waren. Hij luisterde naar hen en stelde vragen. Iedereen die hem hoorde praten, was verbaasd. Want hij zei heel verstandige dingen.

Toen zijn ouders Jezus vonden, waren ze onder de indruk. Maria zei: 'Jongen, waarom heb je dat gedaan? Je vader en ik waren ongerust. We hebben je overal gezocht.' Jezus antwoordde: 'Waarom hebben jullie mij gezocht? Ik moet doen wat mijn Vader bepaald heeft. Dat weten jullie toch?' Maar Jozef en Maria begrepen niet wat hij bedoelde.

Toen ging Jezus met zijn ouders mee terug naar Nazaret, en hij was hun gehoorzaam. Toch bleef zijn moeder nadenken over alles wat er gebeurd was. Jezus groeide op, en hij werd steeds wijzer. God hield van hem, en de mensen ook.

Jezus achtergebleven in de tempel - verhaal

Jezus gaat mee naar Jeruzalem

Elk jaar gingen Jozef en Maria naar Jeruzalem om het Joodse Paasfeest te vieren. Op een keer ging Jezus met zijn ouders mee. Hij was toen twaalf jaar.

Na het feest gingen Jozef en Maria naar huis. Maar Jezus bleef in Jeruzalem, zonder dat zijn ouders dat wisten. Ze dachten dat hun zoon met familie of vrienden meeleiep. Pas 's avonds gingen ze hem zoeken. Maar ze konden hem nergens vinden. Toen gingen Jozef en Maria terug naar Jeruzalem, om Jezus daar te zoeken.

Jezus is in de tempel

Jozef en Maria vonden Jezus na drie dagen. Hij zat in de tempel bij de leraren die daar waren. Hij luisterde naar hen en stelde vragen. Iedereen die hem hoorde praten, was verbaasd. Want hij zei heel verstandige dingen.

Toen zijn ouders Jezus vonden, waren ze onder de indruk. Maria zei: 'Jongen, waarom heb je dat gedaan? Je vader en ik waren ongerust. We hebben je overal gezocht.' Jezus antwoordde: 'Waarom hebben jullie mij gezocht? Ik moet doen wat mijn Vader bepaald heeft. Dat weten jullie toch?' Maar Jozef en Maria begrepen niet wat hij bedoelde.

Toen ging Jezus met zijn ouders mee terug naar Nazaret, en hij was hun gehoorzaam. Toch bleef zijn moeder nadenken over alles wat er gebeurd was. Jezus groeide op, en hij werd steeds wijzer. God hield van hem, en de mensen ook.

Jezus achtergebleven in de tempel - verhaal

Jezus gaat mee naar Jeruzalem

Elk jaar gingen Jozef en Maria naar Jeruzalem om het Joodse Paasfeest te vieren. Op een keer ging Jezus met zijn ouders mee. Hij was toen twaalf jaar.

Na het feest gingen Jozef en Maria naar huis. Maar Jezus bleef in Jeruzalem, zonder dat zijn ouders dat wisten. Ze dachten dat hun zoon met familie of vrienden meeleiep. Pas 's avonds gingen ze hem zoeken. Maar ze konden hem nergens vinden. Toen gingen Jozef en Maria terug naar Jeruzalem, om Jezus daar te zoeken.

Jezus is in de tempel

Jozef en Maria vonden Jezus na drie dagen. Hij zat in de tempel bij de leraren die daar waren. Hij luisterde naar hen en stelde vragen. Iedereen die hem hoorde praten, was verbaasd. Want hij zei heel verstandige dingen.

Toen zijn ouders Jezus vonden, waren ze onder de indruk. Maria zei: 'Jongen, waarom heb je dat gedaan? Je vader en ik waren ongerust. We hebben je overal gezocht.' Jezus antwoordde: 'Waarom hebben jullie mij gezocht? Ik moet doen wat mijn Vader bepaald heeft. Dat weten jullie toch?' Maar Jozef en Maria begrepen niet wat hij bedoelde.

Toen ging Jezus met zijn ouders mee terug naar Nazaret, en hij was hun gehoorzaam. Toch bleef zijn moeder nadenken over alles wat er gebeurd was. Jezus groeide op, en hij werd steeds wijzer. God hield van hem, en de mensen ook.

Jezus achtergebleven in de tempel - verhaal

Jezus gaat mee naar Jeruzalem

Elk jaar gingen Jozef en Maria naar Jeruzalem om het Joodse Paasfeest te vieren. Op een keer ging Jezus met zijn ouders mee. Hij was toen twaalf jaar.

Na het feest gingen Jozef en Maria naar huis. Maar Jezus bleef in Jeruzalem, zonder dat zijn ouders dat wisten. Ze dachten dat hun zoon met familie of vrienden meeleiep. Pas 's avonds gingen ze hem zoeken. Maar ze konden hem nergens vinden. Toen gingen Jozef en Maria terug naar Jeruzalem, om Jezus daar te zoeken.

Jezus is in de tempel

Jozef en Maria vonden Jezus na drie dagen. Hij zat in de tempel bij de leraren die daar waren. Hij luisterde naar hen en stelde vragen. Iedereen die hem hoorde praten, was verbaasd. Want hij zei heel verstandige dingen.

Toen zijn ouders Jezus vonden, waren ze onder de indruk. Maria zei: 'Jongen, waarom heb je dat gedaan? Je vader en ik waren ongerust. We hebben je overal gezocht.' Jezus antwoordde: 'Waarom hebben jullie mij gezocht? Ik moet doen wat mijn Vader bepaald heeft. Dat weten jullie toch?' Maar Jozef en Maria begrepen niet wat hij bedoelde.

Toen ging Jezus met zijn ouders mee terug naar Nazaret, en hij was hun gehoorzaam. Toch bleef zijn moeder nadenken over alles wat er gebeurd was. Jezus groeide op, en hij werd steeds wijzer. God hield van hem, en de mensen ook.

Veilig vertrouwen vinden	Tiener
Dit kan ik wel zelf... Geef me maar vertrouwen!	
Dit kan ik met hulp... Wil je even meekijken?	
Dit kan ik nog niet, ook niet met hulp... Vraag dit niet van me!	

Veilig vertrouwen vinden	Tiener
Dit kan ik wel zelf... Geef me maar vertrouwen!	
Dit kan ik met hulp... Wil je even meekijken?	
Dit kan ik nog niet, ook niet met hulp... Vraag dit niet van me!	

Veilig vertrouwen vinden	Tiener
Dit kan ik wel zelf... Geef me maar vertrouwen!	
Dit kan ik met hulp... Wil je even meekijken?	
Dit kan ik nog niet, ook niet met hulp... Vraag dit niet van me!	

Veilig vertrouwen vinden	Tiener
Dit kan ik wel zelf... Geef me maar vertrouwen!	
Dit kan ik met hulp... Wil je even meekijken?	
Dit kan ik nog niet, ook niet met hulp... Vraag dit niet van me!	

Veilig vertrouwen vinden	Tiener
Dit kan ik wel zelf... Geef me maar vertrouwen!	
Dit kan ik met hulp... Wil je even meekijken?	
Dit kan ik nog niet, ook niet met hulp... Vraag dit niet van me!	

Veilig vertrouwen vinden	Ouder: wat antwoordt je tiener?
Dit kan ik wel zelf... Geef me maar vertrouwen!	
Dit kan ik met hulp... Wil je even meekijken?	
Dit kan ik nog niet, ook niet met hulp... Vraag dit niet van me!	

Veilig vertrouwen vinden	Ouder: wat antwoordt je tiener?
Dit kan ik wel zelf... Geef me maar vertrouwen!	
Dit kan ik met hulp... Wil je even meekijken?	
Dit kan ik nog niet, ook niet met hulp... Vraag dit niet van me!	

Veilig vertrouwen vinden	Ouder: wat antwoordt je tiener?
Dit kan ik wel zelf... Geef me maar vertrouwen!	
Dit kan ik met hulp... Wil je even meekijken?	
Dit kan ik nog niet, ook niet met hulp... Vraag dit niet van me!	

Veilig vertrouwen vinden	Ouder: wat antwoordt je tiener?
Dit kan ik wel zelf... Geef me maar vertrouwen!	
Dit kan ik met hulp... Wil je even meekijken?	
Dit kan ik nog niet, ook niet met hulp... Vraag dit niet van me!	

Veilig vertrouwen vinden	Ouder: wat antwoordt je tiener?
Dit kan ik wel zelf... Geef me maar vertrouwen!	
Dit kan ik met hulp... Wil je even meekijken?	
Dit kan ik nog niet, ook niet met hulp... Vraag dit niet van me!	

3. OUDERS EN TIENERS – OEFENEN IN VERTROUWEN

Keuze-opties voor ouders en tieners

Zorg dat je de voorbereiding, die bij dit onderdeel hoort, gedaan hebt.

In dit onderdeel ga je als tiener en ouder samen oefenen met vertrouwen: ervaar dat je tiener te vertrouwen is en ervaar als tiener om dit vertrouwen te vragen. Maar dan wel op een leuke en interactieve manier!

Laat de tiener kiezen welke oefening hij gaat doen met zijn eigen ouder. Ze krijgen 30 minuten de tijd, dus zodra ze klaar zijn kunnen ze een nieuwe oefening kiezen.

Angst

Als Gods liefde in ons is, hoeven we niet meer bang te zijn voor zijn oordeel. Volmaakte liefde laat alle angst verdwijnen. Angst betekent dat je bang bent voor Gods straf. Wie daar bang voor is, heeft geen volmaakte liefde in zich. (1 Johannes 4:17-18)

Alle ouders en verzorgers zijn bezorgd over hun kinderen. Deze bezorgdheid kan echter ook omslaan in angst. Hoe komt dit over op je kind? Je tiener kan hierdoor het gevoel krijgen dat hij niet wordt vertrouwd en dit is niet goed voor zijn zelfvertrouwen.

Voor de tiener:

- Waarin heb jij het idee dat je ouders te bezorgd zijn?
- Waarin heb jij het gevoel dat je ouder je geen vertrouwen geeft?
- Waarin zou je graag meer vertrouwen ontvangen van je ouder?

Voor de ouder: luister naar je tiener en bedenk naar aanleiding hiervan één voornemen waarin je meer vertrouwen gaat uitstralen naar je tiener toe. Schrijf dit voornemen op een 'voornemenskaart', die je eventueel versiert. Geef de tiener de kaart zodat die hem terug kan geven als er niet aan het voornemen gehouden wordt.

'Ik kan het!'

*Hanna begon te bidden:
'Ik ben blij met wat de Heer voor mij doet! Ik ben sterk, want hij is bij mij.
Mijn vijanden lach ik uit. Ik ben gelukkig, want de Heer helpt mij.'
(1 Samuel 2:1)*

Pak per persoon 2-3 roze papiertjes en 2-3 groene papiertjes.
Schrijf of teken op minstens 2 roze papiertjes: wat zorgt ervoor dat je zelfvertrouwen daalt? Bijvoorbeeld: als mensen zeggen dat... als ik iets moet doen wat... als dit gebeurt...

Schrijf of teken op minstens 2 groene papiertjes wat voor dingen ervoor zorgen dat je zelfvertrouwen stijgt, dat het groter wordt. Bijvoorbeeld: als mensen zeggen dat... als ik iets moet doen wat... als dit gebeurt...

Controlefreak

*Geef al je zorgen aan de Heer.
Hij zal voor je zorgen.
Hij laat zijn vrienden nooit in de steek.
Hij zorgt ervoor dat ze nooit zullen vallen.
(Psalm 55:23 (BasisBijbel))*

Je ouder loopt op een muur af met de ogen dicht. Het vertrouwen wordt gelegd in de tiener, als je ouder bijna bij de muur is zeg jij duidelijk 'Stop!'. Lukt het om de controle los te laten en je tiener te vertrouwen?

- Hoe was dit? Hoe vonden jullie het gaan?
- Wie van jullie is een echte controlefreak? Wie wil altijd de touwtjes in handen houden?
- Wat is het sterke punt van controlefreaks?
- Wat is een uitdaging voor controlefreaks?
- Wat vinden jullie van de Bijbeltekst?

Versier je tiener: 'Jij kan het!'



*Geef al je zorgen aan de Heer.
Hij zal voor je zorgen.
Hij laat zijn vrienden nooit in de steek.
Hij zorgt ervoor dat ze nooit zullen vallen.
(Psalm 55:23 (BasisBijbel))*

Je gaat als ouder(s)/verzorger(s) je tiener versieren! Pak een stukje vlaggenlijn en schrijf hier een aantal positieve dingen voor je tiener op.

Denk aan:

- Waar ben je trots op?
- Hoe zie ik jou (in de toekomst) de wereld een beetje verbeteren?
- Waarin geef jij (in de toekomst) betekenis aan de wereld en de mensen erin?
- Wat wil je jouw tiener graag meegeven?

Laat je leiden

Je moet op de Heer vertrouwen. Denk aan hem bij alles wat je doet, dan zal hij je helpen. Denk niet dat je alles zelf kunt. (Spreuken 3:5-6)

Jullie gaan een vertrouwensoefening doen. Bedenk met elkaar een parcours met een begin en een einde. Je mag het met hindernissen zo lastig maken als je wilt: bijvoorbeeld onder de tafel door. Als ouder doe je de ogen dicht, je tiener gaat je door het parcours leiden.

- Hoe was dit? Hoe vonden jullie het gaan?
- Wat spreekt jou aan in de tekst uit Spreuken 3?
- Vertel aan elkaar wanneer je het moeilijk of makkelijk vindt om op God te vertrouwen.

4. AFSLUITING – MET GEBED

De avond afsluiten en in groepjes bidden

Ga weer terug naar de groepjes waarin je het tweede onderdeel hebt gedaan (2. Ouders en tieners – Vertrouwen in je tiener) en sluit samen af met een kringgebed. De ouders bidden voor hun eigen tiener en de tieners bidden voor hun eigen ouder. Je kunt bijvoorbeeld vragen of God jullie wil helpen om elkaar te vertrouwen en uit te spreken dat je samen je vertrouwen in God wil leggen.