

KISCSOPORTVEZETÉS

SEGÉDANYAG

2015.07. 21-25.

CSILLAGPONT - TATA

Kedves Kiscsoportvezetők!

Ebben a kis füzetkében megtaláltok mindent, ami a csoportbeszélgetés levezetéséhez szükséges lehet.

Tanulmányozzátok alaposan és szemezgetek belőle!

A korosztályos anyagok remek támpontok lehetnek a beszélgetéshez. Nyugodtan vegyetek át ötletet más korosztályi anyagból és persze, saját anyaggal is készülhettek.

A gyakorlati tanácsokat fogadjátok meg, sok a hasznos infó!

Jó beszélgetést!

Csillagponti menetrend:

Július 19-21., vasárnap - kedd: előkészítő napok - helyszíni képzés

0. nap (július 21., kedd):

Nyitóáhítat – jégtörő játékok 19.00-20.30

1-3. nap (július 22-24., szerda - péntek):

Bemosakodás a csillagszóró vezetésével – 7.50-8.15

Főelőadás – 9.00-10.30

Csoportbeszélgetés – 10.30-12.00

Kimosakodás a csillagszóró vezetésével – 12.00-12.30

Ráhangelődés a másnapra a csillagszóró vezetésével – 17.45-18.15

4. nap (július 25., szombat):

Záró alkalom – értékelés, morzsaszedegetés 9.00-9.30, istentisztelet

Feladatkörök

Csillagszóró feladata:

- Segítés, a háttérember szerep.
- Minden kiscsoportvezető egyéni problémájával – ha megbeszélhető, forduljon a csillagszórójához! A beszélgetés nem verseny vagy teljesítménytúra. Mivel érző emberek vagyunk, a témák hatni fognak ránk. Ezekről nyugodtan beszélhetsz a csillagszóróddal. Ezért vagyunk ott. Egyéni vagy csoportos beszélgetésben.
- A csoporttagok egyéni problémájában is segítünk. Nem szakemberként, hanem emberként. Egyéni meghallgatás után, vagy komolyabb esetben a lelkipáterekhez irányítjuk az illetőt.
- Napi háromszori találka során történik a felkészítés:
 - reggeli bemosakodás – a napra, a szolgálatra hangolódás, ima
 - beszélgetés utáni kimosakodás – a friss élmények meghallgatása, segítségnyújtás
 - esti hangolódás – másnapi téma, játékok átbeszélése, felkészítés

Kiscsoportvezető feladata:

- Beszélgetés vezetése: nem tagként, hanem felkészült vezetőként
- Keretek betartása és betartatása: idő, hely, csoportszabályok
- Határok betartása: miben vagy kompetens, a határ egyben korlátoz, de véd is
- Hitelesség: be lehet ismerni, ha valamit nem tudsz, vagy nem érzel
- Empátia: nem egyenlő az egyetértéssel
- Bevonódás elkerülése: szereped van, te vagy a csoport vezetője
- Reakció: mindig érzelmekre reagálj és a konkrét szituációra, ne a személyre, és ne általánosságokra! Ne minősítsd a másik ember!
- Mindenki magával dolgozik: nem veled kell feltétlenül interakcióba kerülnie a csoporttagnak.
- Mindenki más szinten áll érzelmileg, és lehet, hogy máshol tart a történetében: nem állhatsz a másik felett/alatt, hanem az egyén mellett. Így leszel jó segítő.

Ami nem a kiscsoportvezető feladata:

- Nem szuperhős – nem tudsz megoldani mindent
- Nem mártír – ne vállald át más problémáját!
- Nem pszichiáter – nem adhatsz diagnózist, és nem adhatsz receptet
- Nem 0-24 lelkipáter szolgálat – a beszélgetés idejére köteleztél el magad, nem tovább
- Nem anekdotagyűjtemény – nincs történeted mindenre
- Nem minőségellenőr – nem döntheted el mi fontos, mi nem
- Nem tudakozó – nincs válaszod mindenre, tudhatsz mindent

- Nem kommentár - nem kell tudnod, hogy „hol van megírva” és mi Isten válasza mindenre

Alapszabály:

Ha én – a kiscsoportvezető - jól vagyok (ettem, ittam, aludtam, lelkileg felkészültem),

a csoportnak is „jól leszek”!

A főelőadás vázlata

BEVEZETŐ GONDOLATOK, IRÁNYOK:

A bizalmat lehet tanulni? Vagy úgy kapjuk? Vagy neveltetés, esetleg személyiség típus kérdése?

A bizalom *lelki formálódásunk* része.

Az Istenben való bizalom, az embertársainkhoz való bizalom, az élethez, teremtett világunkhoz való hozzáállásunk és az önbizalom mind összefüggnek, egymásra hatnak oda-vissza.

Ha megértjük az Isten mindent felülmúló szeretetét felénk, ha újra fel tudjuk fedezni, mélyebben, másképp – *sokféle érthetetlen történet átélve, minden küszködésen, kétségen átmenve, próbák között*: akkor felébred a bizalmunk Istenben és elmélyül – így ezzel a magával az Úrral való kapcsolatunk is erősebb lesz.

Ebből építkezve, ezen állva, tudunk a földi életben önmagunkban bízni, másokhoz is megújult bizalommal kapcsolódni, a nagyvilágban eligazodni és a mennyieikre reménységgel tekinteni.

Tudjuk, az igaz hit *ismeret (értelem)*, „*szívbeli bizodalom*” (*érzelem*) és *engedelmesség (akarat)* is egyben. Nem elég tudni, ismerni Istent (vagy azt hinni, hogy ismerjük), hanem egész lényünkkel rezonálni kell Rá, egész lelkünkkel rábízni magunkat, és aztán lépni, menni, amerre mondja, amerre hív. Ebben a bizalom centrum: rábízni magam Istenre – akit egyre jobban ismerek: minden csalódáson, próbán, értetlenségen, kétségen és kétségbeesésen át és ezeken túl...

Növeli-e bizalmunkat a Teremtő Atyánk jelenléte? Bizalmat gerjeszt-e bennünk Jézus lényé? Bátorít-e a bizalomra a Szentlélek munkája életünkben és mások életében?

1. FŐELŐADÁS: „BÍZOM.”

Programfüzetben szereplő felvezetés:

Ha bízom valakiben, az számára szárnyakat adhat! Ha pedig Istenben bízom, az nekem adhat szárnyakat! Bizalom nélkül nincs élet. Minden kapcsolat erre épül: így, ha nincs bizalom, a kapcsolat is haldokolni kezd.

Mégis olyan nehéz igazán bízni. Miért?

Vajon Teremtőnkben biz(hat)unk-e – és Ő vajon „ad-e bizalmat” nekünk? Egyáltalán, kiben, miben bízhatok – és bennem lehet-e bízni?

fókusz: TEREMTÉS, AZ ATYA SZEMÉLYE

Igei háttér: általában az Ószövetség – kiemelten az ember teremtése, a bűneset, Ábrahám elhívása

Ráhangelés:

[történet / példa / kép / idézet]

1.) Isten bizalmat ad és kér a Teremtésben („1.0-ás változat”).

a.) Isten nagy bizalmat adott az embernek * Felőlünk nézve igaz ez, időben és térben értelmezve

- ↪ Isten *rábízta* a kertet az emberre – emberre a teremtett világot.
- ↪ Isten *rábízta* a férfit a nőt (a nőre is a férfit) – emberre az embert.
- ↪ Isten ránk bízta azt, ami az övé – mindez nagy *ajándék, lehetőség, megbecsültség, felelősség*.
- ↪ Mindez ugyanakkor *kockázat* is – ez *emelhet, ihlethet, szárnyakat adhat; de vissza is lehet élni* vele...

b.) A bizalom, a szeretet és a szabadság légkörében élt az ember

- ↪ Nincs elválasztó fal a mennyei és földi között – *nincs bizalmatlanság*.
- ↪ Nincs elválasztó fal az ember és ember között („mezítelenek”) – *nincs bizalmatlanság, nincs szégyen, nincsenek „álarok”*.
- ↪ Isten *megbízta* az emberben, így a jó- és gonosz tudás fája ott áll a kertben – *szabadságot* adva az embernek, a szeretet szabadságát.
- ↪ Isten *bizalmat* kér – *hűséget és engedelmisséget*.
- ↪ A kapcsolat a *szeretetre* alapul – melynek „magja” a *bizalom*.

c.) Az „1.0-ás változat” ilyen volt...

- ↪ Bizalmat kapni **JÓ** dolog. (Különösen akkor nagyon jó, amikor valaki többet is lát bennünk, mint amit mi látunk magunkban – tehát meglát bennünk valami többet, és eszerint bánik velünk! Ez szárnyakat ad.)
- ↪ Ez a *harmónia* (lenne) a normális, ebben lehet *élni, szabadnak lenni, alkotni, örülni*...
- ↪ Ennek *„emléke”* lelkünk mélyén ott él.
- ↪ Lelkünkben ez hiányzik, ezt *vágyjuk, ezt keressük, ezt reméljük*...

2.) Mégis olyan nehezen tudunk bízni („2.0-ás változat”).

a.) Mégis olyan nehezen bízunk.

- ↪ *Miért?* Miért, ha bizalomban jobb lenne élni?
- ↪ Akikben az *ősbizalom* nem alakult ki újszülött kortól – különösen nehéz bízni.
- ↪ Akinek sok *negatív tapasztalata* van – keményen küszködései vannak a bizalom dolgában.
- ↪ "Az egoizmus világában nehéz bízni"

b.) A *bizalom légköre* ritka kincs, valami nincs rendben a bizalom terén: a tapasztalatunk: "jeges úr van"...

- ↪ *ember és ember között* (szülők és gyerekeik között, testvérek között, rokonok között, osztálytársak között...)
- ↪ a *világunk* is kiszámíthatatlan (mintha felborult volna valamiféle rend...; bolygónk sincs biztonságban...; télen ősz van, tavasszal tél és nyár...; már az időjárás előrejelzésben sem lehet bízni...)
- ↪ *Isten* is mintha késne, vagy csak "nem talál parkolóhelyet" (Mindaz, ami "horizontális síkon" történik, vetülete (csupán) annak, ami a "vertikális" síkon történik! Azaz Isten és ember között! Konkrétan: Isten és a te lelked között!)
- ↪ Nem marad más: "csak magamra számíthatok": "*Magamban bíztam eleitől fogva*" vagy magamban sem...

c.) A „2.0-ás változat” alaphibái

- ↪ Rossz "fejlesztési tanácsadót" fogadtunk (a sátán éppen a bizalmatlanságot gerjesztette fel Isten és ember, ember és ember között)
- ↪ "A hibajavítások nem lettek telepítve" (újra meg újra nem kellett az embernek Isten felé nyújtott, bizalmat adó és kérő keze)

d.) A „2.0-ás változat” rosszul sikerült

- ↪ Bebiztosítjuk magunkat minden téren – a biztosítók aranykorát éljük
- ↪ Ezerféle kóddal védjük magunkat
- ↪ Rácsok ajtókon, ablakokon
- ↪ Gyanú, óvatosság, álcák és álarcok világában élünk [Példák]*

3.) A bizalom nélkül nem működne a világ

a.) A bizalom átszövi a hétköznapijainkat.

- ↪ Micsoda bizalom kell ahhoz, hogy nyugodtan ki merjünk menni a forgalomba autónkkal! (Ezt abban a reményben tesszük meg, hogy mindenki betartja ugyanazokat a szabályokat. E nélkül nem menne. Ijesztő is, amikor először viszik az embert forgalomba, kezére bízva egy autót! Aztán megszokjuk... Természetes lesz. Amikor azonban jön az első félelmetes helyzet vagy éppen egy baleset, megint nehéz autóba szállni. [Történet]**)
- ↪ Nem gondolom, hogy különösebb problémát jelent felülni a buszra vagy vonatra, amikor elindulunk hazafelé, vagy beülünk más mögé egy autóba. Rábízunk magunkat egy emberre minden további nélkül...
- ↪ Kénytelenek vagyunk rábízni magunkat egy orvosra betegség, műtét idején...
- ↪ Egy barátság is csak bizalomra épülhet – különben nem barátság...
- ↪ A házasságkötésnél sincsenek biztosítékok – bizalmon alapul.

b.) A bizalom nélkül felébredni és elaludni

- ↪ Felébredni és útnak indulni - lehetetlen bizalom nélkül.

- ↪ Elaludni azzal, hogy ugyanott felébredek, egyfajta alapbizalom nélkül lehetetlen.
- c.) Istenben való bizalom nélkül sem élni, sem meghalni nem lehet.
 - ↪ Lehet-e élni úgy, hogy van Valaki, aki végső soron kézben tartja a dolgokat, aki felettünk áll, aki gondoskodik rólunk, aki ismer, segít..., aki szeret...? *Lehet?*
 - ↪ Lehet-e úgy meghalni – hisz "az aztán egy nagy vakugrás a sötét árokba" –, hogy nem bízunk benne, hogy van tovább, valaki "elkap"...?

4.) Nem mindegy, miben, kiben bízunk

- a.) Bízunk kell, anélkül nem megy – de miben és kiben, ez a kérdés.
 - ↪ "Mondd meg, miben/kiben bízol, és én megmondom, ki vagy."
 - ↪ Neveltetésünk, sikereink, csalódásaink, küszködéseink, felismeréseink, tekintély személyek véleménye, a magunk hite nyomán alakulunk, tartunk valahol: ezek vagyunk.
 - ↪ Érdemes megnevezni mindezeket: ki vagyok itt és most – ezzel tudunk dolgozni, ezzel jelen lenni itt és most Isten számára.
- b.) Isten keresi az embert, hogy helyre álljon a bizalom Isten és ember között, ember és ember között, ember és a teremtett világ között: jön a "2.2-es verzió"!
 - ↪ Keres a *hiányunkon át*, lelkünk mélyén élő *vágyon, sóhajon át*: "Ha Isten nincs, és soha nem is volt, miért hiányzik ennyire?" (Napfény íze c. filmből)
 - ↪ Keres a *bálványainkon, pótlékainkon túl*...
 - ↪ Keres a *történeteken át* (Ábrahám és utódai bizonyosságán át [példák]; Jézuson és első követői életén át [példák]; az előttünk járt kereszt(y)ének, a Régiek történetein át... [példák]; egészen a mi történeteinkig [példák: a Csillagpont lehetőségei!])

Zárás: Nem az a kérdés, hogy bízol-e, hanem, hogy miben és kiben bízol?

* * *

Az előadás végén:

Jó az Úrban bizakodni,
Jó az Úr.
Remélj és bízz Benne!
Jó az Úr.

Miénk ez az ének? Szívből tudjuk énekelni? Hisszük és valljuk! Bízunk benne? Erre rá merjük építeni az életünket? Vagy...?

Segítség csoportbeszélgetésekhez, javasolt irányok, kérdések:

- MEGÉRKEZÉS: KIK VAGYUNK ITT ÉS MOST – a bizalom tekintetében (is)? Milyen örökségünk van a bizalom terén (mit hozunk otthonról, saját történeteinkből)?
- FÓKUSZÁLÁS A TÉMÁRA: Miért fontos számunkra a bizalom?
- KONTEXTUS: Miben, hogyan érzed a környezetben a bizalom jelenlétét vagy hiányát? Milyen pótlékokat kínál a világ a bizalom helyett?

2. FŐELŐADÁS: „BÍZOM?”

Programfüzetben szereplő felvezetés:

Csalódásaim, fájdalmas tapasztalataim, sebeim, amiket hordozok, rombolják az alapvető bizalmat bennem, elveszik lelki békességem, torzítanak.

Sokszor hittem Jézusnak, bíztam Benne, de csalódok, nem értem Őt, ahogy azt sem, mit miért enged megtörténni... Mit kezdjek ezzel? Hol van ilyenkor Isten? Hogyan bízhatnék Benne újra? Hogyan kaphatom vissza bensőm békességét?

fókusz: KERESZT /CSALÓDÁS/, JÉZUS KRISZTUS SZEMÉLYE

Igei háttér: „Pedig mi azt hittük...” (emmausi tanítványok)

Ráhangelés:

[történet / példa / kép / idézet]

1.) Csalódásaink kérdéseket, kétséget, kétségbeesést, sebeket hordoznak.

a.) Csalódunk emberekben.

- ↪ Ez sebekkel jár – amiket hordozunk, próbálva gyógyítani, elfogadni vagy elviselni. [példák]
- ↪ Ez fájdalmas kiábrándulással jár: "nem érdemes bízni". [példák]
- ↪ Ez torzulással jár: "csak magamban bízhatok", "én nem bízok senkiben". [példák]

b.) Csalódunk önmagunkban.

- ↪ Ez is sebekkel jár – amiket próbálunk *elfedni, eltagadni* vagy *felvállalni, feldolgozni*. [példák]
- ↪ Ez fájdalmas kijózanodással jár: "én sem vagyok jobb". [példák]
- ↪ Ez torzulással jár: "semmire sem vagyok jó", "lúzer vagyok". [példák]

c.) Csalódunk Istenben.

- ↪ Nem válaszolt Isten, pedig imádkoztam: "Nem érdemes imádkozni"[példák]
- ↪ Nem értem, miért nem segített: "Nem törődik velem, nem is szeret." [példák]
- ↪ Nem értem, ezt miért engedte meg: "Nem igazságos, nem jó az Isten, nem lehet rá számítani." [példák]

2.) A csalódások elkerülhetetlenek – ugyanakkor lehetőségek is.

a.) A csalódásokat nem úszhatjuk meg.

- ↪ Mert az ember ember (az emberek tökéletlenek).
- ↪ Mert Isten Isten („magasabbak az Ő gondolatai a mi gondolatainknál...”).
- ↪ Mert én pedig törékeny (ember vagyok én is: tökéletlen, bűnös...).

b.) Csalódások lesznek – de kérdés az, mit kezdünk velük.

- ↪ A sátán kifinomult módszerekkel manipulál, csüggeszt el, gerjeszti fel a bizalmatlanságot Isten és egymás iránt – ma is éppen úgy, ahogy a kezdetekben az Édenkertben.
- ↪ Van azonban egy másik lehetőségünk is...

c.) Csalódásaink lehetőségek arra, hogy...

- ↪ ...megálljunk és átgondoljuk azt, ami volt, ami van, és ami még lehet.
- ↪ ...végre kérdezzünk –fel tegyük időről-időre újra a legfontosabb nagy kérdéseket.
- ↪ ...kitekintsünk, és keressünk, figyeljünk másokat, mások tapasztalatával vessük össze a magunkét.
- ↪ ...tanuljunk magunkról.
- ↪ ...átgondoljuk és újrarendezzük kapcsolatainkat.
- ↪ ...tanuljunk Istenről, hogy "újratanuljuk" Istent.

3.) Isten mellettünk marad, mellettünk van a csalódásaink között is.

a.) Isten ismer, ért, együtt érez velünk (a 139. Zsoltár valósága)

- ↪ Isten jól ismer minket.
- ↪ Isten elől nem lehet elbújni.
- ↪ Isten kézben tartja az eseményeket.

b.) Jézus mellénk lép, velünk halad az úton.

- ↪ Jézus először csak "*mellénk szegődik*", és *hallgatja*, amit beszél(get)ünk. (Jézus *jelenlétét* nem mindig fedezzük fel, érzékeljük, gondolunk rá, hisszük vagy tudatosítjuk magunkban. A bánatával elfoglalt lélek nem mindig kész meglátni Istent.)
- ↪ Jézus sokszor *kérdez* (különböző módokon)
- ↪ Jézus *meghallgat* minket (bármilyen furcsát is mondjunk): "*Pedig mi abban reménykedtünk...*"
- ↪ Jézus kész (újra) szólni és *tanítani* minket.

c.) Jézus felfedi magát, jelenvaló lesz. ("...amikor *asztalhoz telepedett* velük, *vette a kenyeret, megáldotta, megtörte* és nekik adta")

- ↪ A Jézussal szomorkodó, kételkedő Szív számára érzékelhető lesz Jézus jelenléte.
- ↪ Az Úrvacsora beszél hozzánk; abban a Kereszt(halál) beszél hozzánk; abban Jézus lényé ragyog fel előttünk; abban Isten szeretete árad ránk...
- ↪ ... "hevülni kezd" a Szívünk, és visszatér, helyreáll a bizalom.
- ↪ ... akkor már Jézussal együtt imádkozunk: "*legyen meg a Te akaratod*".
- ↪ ... és akkor a sebeink (is) beszélni kezdenek.
- ↪ ... majd Jézus jelenlétében a sebeink "útítársainkká", sőt "barátainkká" szelídülnek.
- ↪ Ekkor megújul a lelkünk.

Zárás: Csalódtál-e Istenben? Hogy folytatnád: "Pedig én azt hittem..."? Hogyan tudnál továbblépni?

* * *

Az előadás végén:

Jó az Úrban bizakodni,
Jó az Úr.
Remélj és bízz Benne!
Jó az Úr.

Miénk ez az ének? Szívből tudjuk énekelni? Hisszük és valljuk! Bízunk benne? Erre rá merjük építeni az életünket? Vagy...?

Segítség csoportbeszélgetésekhez, javasolt irányok, kérdések:

- MEGÉRKEZÉS: KIK VAGYUNK ITT ÉS MOST – a csalódások tekintetében (is)? Milyen csalódásokat, sebeket hordozunk? Hogy folytatnád: "Pedig én azt hittem..."? [inkább csendes elmélkedés, és utána nem-kötelező megosztás]
- FÓKUSZÁLÁS A TÉMÁRA: Miért csalódunk Istenben, emberekben? [előkészület az esti áhítat üzenetére] Milyen válaszaink vannak a "Miért engedte akkor Isten..." kezdetű kérdésekre?
- TOVÁBBSEGÍTÉS: Hogyan lehetne feldolgozni csalódásainkat? Mit adhat ebben Isten? Hogyan lehetnének "barátainkká" sebeink?

3. FŐELŐADÁS: „BÍZOM!”

Programfüzetben szereplő felvezetés:

Ismerem-e Istent? Megismerhetem-e Őt egyáltalán?

Olyan jó lenne MÉGIS bízni – hogyan lesz erre erőm? Mit mondj, mit ígér Isten arra nézve, hogy hinni, bízni tudjak hűségesen, „csakazértis”?

„Nincs elméleti bizalom, csak annyi, amit megélünk belőle.” Hogyan élhetnék bizalommal teljes életet? Jó lenne őszintén a Szentlélek által énekelni: „Jó az Úrban bizakodni...”

fókusz: ÚJ TEREMTÉS /HELYREÁLLÍTÁS/, A SZENTLÉLEK SZEMÉLYE

Igei háttér: ApCsel Kiemelten: 1,7-9: "Így válaszolt: "Nem a ti dolgotok, hogy olyan időkről és alkalmakról tudjatok, amelyeket az Atya a maga hatalmába helyezett. Ellenben erőt kaptok, amikor eljön hozzátok a Szentlélek, és tanúim lesztek Jeruzsálemben, egész Júdeában és Samáriában, sőt egészen a föld végső határáig." Miután ezt mondta, szemük láttára felemeltetett, és felhő takarta el őt a szemük elől."

Ráhangelés:

[történet / példa / kép / idézet]

[utalás az előző esti áhítat képére: "a vak eldobja botját"]

1.) A felnőtt hitű tanítvány bizalmának jele Isten mélyebb megismerése.

- a.) A mélységek megkérdőjelezzik és sokszor összerombolják, amit addig gondoltam, tudtam, hittem.
- b.) Az összeomlott hit darabjait meg kell vizsgálni: fel lehet használni az újrakonstrukcióban vagy el kell vetni.
- c.) Egyre inkább már személyesen enyém, amit gondolok, tudok, hiszek és vallok.
- d.) Egyre tisztábban Isten Kijelentésére, ígéreteire alapozok.
- e.) Ugyanakkor már elfogadjuk, hogy nem tudunk mindent, nem látunk mindent ("Nem a ti dolgotok...hogyan tudjatok"; "felhő takarta el őt a szemük elől").
- f.) Istent ismerni csak a szereteten át lehet.

2.) A felnőtt hitű tanítvány bizalmának jele az odaszánás.

- a.) A "szívbeli bizalomban" is megerősödünk: "rá merem tenni" az életem.
- b.) „Nincs elméleti bizalom, csak annyi, amit megélünk belőle.”
- c.) Istent szeretni csak *elköteleződve* lehet: "MÉGIS", "AKKOR IS", "MINDEGY, HA".

3.) A felnőtt hitű tanítvány bizalmának jele az engedelmesség.

- a.) Az elköteleződés *hűséggel* válik hitelessé: "MINDVÉGIG".

b.) A Szentlélek által engedelmeskedünk már ("*erőt kaptok, amikor eljön hozzátok a Szentlélek*")

c.) Friderika: Hűség c. dala

Egy életen át, van néhány pillanat, mikor egy felhő áthalad.
És percekig ül árnyék a szívemen, vándor módján megpihen.
Félnem kellene, mégsem teszem, mert Te vagy velem.

A szívemen át egyetlen út vezet, és az Hozzád visz közel.
Egy életen át, sok minden meglehet, de én nem vesztitek el.
Tehozzád láncolom az életem, tudom, jól teszem.

*Refr.: Rád bízom az életem, bármit kérsz, én megteszem.
Oltalmam, Te vagy nekem, várok Rád, hűségesen!*

Egy életen át örökké kész vagyok, hogyha hívsz, én indulok.
Tán hosszú az út, én mégis megteszem, te adsz erőt énnekem.
Tehozzád láncolom az életem, tudom, jól teszem.

4.) A felnőtt hitű tanítvány bizalma jel.

a.) Minket is "bizonyosságok fellege" vesz körül bennünket (Zsid 12,1)

↳ Az Anyaszentegyház közege ez: Régiek illetve kortársaink (gyülekezetünkben, vagy itt most a Csillagponton); velünk egy felekezetű, kegyességű illetve tőlünk különböző kereszt (y) ének,

↳ Ebből meríthetünk: *erőt, reményt, ihletet* (ugyanaz a *Lélek* volt bennük!).

b.) "*Lesztek tanúim*"

↳ Ennek lehetünk mi is tagjai (jó társaság, ereje van ennek a közösségnek!)

↳ Lehetünk mi is a mégis-bizalom hirdetői és tanúbizonyosságai társadalmunkban!

↳ A Szentlélek visz, vezet, tanít és épít fel bennünket.

Zárás: Ismerni? Hinni? Szeretni? Bízni? A Szentlélek erőterében? Hol tartasz ebben most?
Mi kellene a te "mégis"-edhez?

* * *

Az előadás végén:

Jó az Úrban bizakodni,
Jó az Úr.
Remélj és bízz Benne!
Jó az Úr.

Miénk ez az ének? Szívből tudjuk énekelni? Hisszük és valljuk! Bízunk benne? Erre rá merjük építeni az életünket? Vagy...?

Segítség csoportbeszélgetésekhez, javasolt irányok, kérdések:

- MEGÉRKEZÉS: KIK VAGYUNK ITT ÉS MOST – tanúságtétel tekintetében (is)? Kiknek a példája adott már neked erőt, megújulást? Miről tudnánk mi "tanúskodni", miről prédikál a mi életünk?
- FÓKUSZÁLÁS A TÉMÁRA: Mit jelent a "felnőtt hit", "felnőtt bizalom"?
- TOVÁBBSEGÍTÉS: Mi kellene a te "mégis"-edhez?

Gyakorlati tanácsok

Hogyan kérdezzünk? Nyitott kérdések

Zárt kérdés – csak egy helyes válasz van, eldöntendő és sok esetben előre meghatározott.
„Hány katonája lett végül Gedeonnak?”

Nyitott – sok lehetséges, egyformán helyes

A válaszok után így lehet folytatni: „És még?”

A válaszadót abban akarjuk megerősíteni, hogy az ő véleményére, gondolatára vagyunk kíváncsiak a maga megfogalmazásában.

Kérdezzünk ezekkel a kérdésekkel:

Sokféle vélemény lehet?

Izgalomba hoz (?)

Lehet rá értelmesen válaszolni?

„Vajon miért ivott az a 300 a tenyeréből!?” !

Nem szégyeníthet meg? „Látom, te erősnek érzed magad, miért?”

Értő figyelem

- Teljes testbeszédem fejezze ki a figyelmet!
- Fogadjuk el, amit érez!
- Kérdezzünk vissza a lényeges kijelentésekre, azzal a céllal, hogy helyesen értem-e, és ő is hallja, hogy szerintem mit mondott
- Kérdezzünk rá, hogy ha ezt így érzi/gondolja, mit szándékozik tenni?

Kommunikációs gát – amit kerüljünk:

- Ítélezés (kritizálás, címkézés, diagnosztizálás, értékelő dicséret)
- Megoldások közlése (utasítás, fenyegetőzés, moralizálás, zárt kérdések, tanácsadás)
- A másik aggodalmának megkerülése (elterelés, logikai érvelés, megnyugtatás)

Kényes témák – amelyek kerüljünk

Karizmatikus irányzatok

Melegek

Rasszizmus - cigánykérdés

„Meg van írva?”-betű központú hívő lét

Ha ezek a témák felmerülnek, sok vitát válthatnak ki. Azonban a három nap valamelyik délutánján lesz róluk fórumbeszélgetés. Oda irányítsátok őket!

Lelkigondozók és kiscsoportvezetők kapcsolata:

A lelkigondozóknak a helyszínen lesz külön sátruk és be is fognak mutatkozni. Megkülönböztető pólót fognak hordani.

Egy közösségbe tartozunk, más feladatkörrel, a lelkigondozó a szakember (nem mi), ezért az egyéni problémáikért ők felelnek. A kiscsoportvezető a csoportért felelős.

Hogyan vezesd elő a lelkigondozói segítséget?

- Keresd meg a csillagszóródat, hisz ezért vagyunk. Később a csillagszóró segítségével lehet bevonni a lelkigondozókat.
- Soha ne küld, hanem kísérd a csillagszóróhoz a delikvenst. Nem szabad magára hagyni senkit!
- Ne a csoport előtt, hanem személyes megkeresésre, sok empátiával, hozd szóba a dolgot, hisz a magyar ember szerint, aki pszichológushoz jár, tuti hülye.
- A köztudatban a negatív tartalmú megnevezéseket kerüljük „dilidoki” „pszichomókus” ... Használjuk a „segítő” kifejezést.

Néhány hasznos tipp:

- 90 perc adott a beszélgetésre, ezt az időt mindenki úgy ossza be, hogy legyen idő a gyülekezésre, majd jöjjön a felvezetés, játék, tartalmi beszélgetés és a végén egy levezető összegzés! Ilyenkor lehet „házi feladatot” is adni, ami már a következő alkalomra hangol.
- Szövetségkötés: alkalom arra, hogy megalkossátok a csoport működési módját. Mi az, amit szeretnél, hogy történjen a kiscsoport-beszélgetésen?, és Mi, amit nem szeretnél? témakörök segítenek eligazodni a csoport igényeit illetően. Fontos, hogy a szabályokat az elején rögzítsétek, mert a továbbiakban ehhez lehet igazodni! Érdemes papíron rögzíteni a megállapodást, így ha új tag érkezik a közösségbe, láthatja, hogy mihez kell igazodnia. Jó, ha ezzel kezdtétek a közös munkát!
- A kiscsoportvezető mindig előbb érkezzen, mint a csoport! Várjuk őket, és ne ők várjanak ránk!
- Egy alkalom felépítése: Gyülekezés – várakozás alatt lehet énekelni, beszélgetni
Téma, fő gondolat bemutatása – az előadás max. 1-2 mondatos összefoglalása
Ráhangoló játék
Téma feldolgozása – feladatok, beszélgetés
Lezárás – a csoportbeszélgetés rövid összegzése
Esetleg házi feladat, ami a következő napra hangol rá.
- Ahogy a pontos kezdés, úgy a pontos zárás is fontos. Bárkinek lehet megbeszélte időpontja a beszélgetés után és ilyenkor kínos fölállni és elmenni. A 60 perc védett idő!
- Közös megegyezésen alapulhat az éneklés és az imaközösség rendje is.
- Érdemes a napi témához ragaszkodni, hogy ne legyen parttalan a beszélgetés.

- A csoportban felmerülő kérdésekre, a csoport igyekezzen megtalálni a válaszokat, a csop.vez. elég, ha koordinálja a beszélgetést. Akkor jó egy beszélgetés, ha a vezető hallgat.
- A kérdések lehetnek provokálók, de fontos tudni, hogy ezek a csoport előtt hangzanak el és nem a csoportról szólnak. Fontos, hogy senki ne érezze magát kirekesztve azért, mert másként gondolkodik dolgokról.
- Vannak jó csöndek, amikor nem kell beszélni (nem a folyamatos szórakoztatás a feladat), de vannak kínos csöndek, amelyekre érdemes rákérdezni, mert így lehet a legkönnyebben feloldani azokat.
- Mindig lesznek elmaradó és becsatlakozó tagok, ezt a helyzetet rugalmassággal és nyitottsággal kezeljük, ezek nem a csoportvezetőnek szólnak.
- A csoporttagok egyenrangúak a csoportban.
- Ha valakivel a csoporton túl is sokat barátkozunk, előfordulhat, hogy kitüntetettnek fogja érezni magát, ami később visszaüthet a beszélgetéseken.
- Fontos, hogy ismerjük a saját határainkat! Elsődleges feladatunk a csoport együttműködésének elősegítése. Egyéni problémákat, főleg, ha azok súlyosak, nem szabad a vállunkra vennünk, mivel nem vagyunk szakemberek. Ebben az esetben a csillagszóró bevonásával a lelkigondozók gondjaira bízunk az illetőt.
- Az esti evangelizáció szorosan kapcsolódik a főelőadáshoz és a beszélgetésekhez. Bátran hívogassuk rá a csoporttagokat!

Elsősegélycsomag: (= hasznos, ha van nálad, de ezekről az eszközökről magadnak kell gondoskodni)

festék és ecset	olló
lapok, újságok	ragasztó
kendő	fehér A4-es lapok
rongy	fonal vagy spárga
gyurma	1-2 csomag színes
post-itek	ceruza, filctollak

Gyakorlati tanácsok a problémás emberekhez

Minden csoportban lesznek olyanok, akik sokat szeretnek beszélni, és mások, akik csendesebbek.

Néhányan időnként könnyen elveszítik a beszélgetés fonalát és szinte bármiről képesek beszélni - kivéve a megvitatásra váró témát. Mások imádnak vitatkozni, és álláspontjuk igazát bizonygatni.

Kiscsoportvezetőként hamar rá fogsz ébredni, hogy problémák pattannak ki itt is, ott is a beszélgetés során. A mód azonban, ahogyan a felmerülő problémákat kezeled hatással lesz a csoport törődő közösséggé való fejlődésére, és az egyes csoporttagok egyéni növekedésére egyaránt.

Néhány használható gyakorlat:

Visszaautalni a szövetségkötés megfelelő pontjaira a legtöbb esetben segít.

Például:

- Abban állapotunk meg, hogy nem oktatjuk ki egymást, ezért kérlek, magadról beszélj, neked is izgalmas lehet a kérdés... (demagóg, kulturálisan eltérő, misszionárius)
- Abban állapotunk meg, hogy tartjuk az előadások által megjelölt irányt, ezért most inkább ne hozzuk be ezt a kérdést. Csak vitákat szülne, és nem tudnánk a lényegről beszélgetni... (demagóg, kulturálisan eltérő, misszionárius)
- Nagyon izgalmas, amiket mondasz, de kérlek tömörebben, szeretnénk, hogy mindenki szóhoz jusson (hasbeszélő)
- Amiről beszélsz. úgy érzem nagyon komoly kérdés a számodra, ezért most megállunk és imádkozunk ezért. (lelki roncs, magáról beszél)
- Kérlek, beszélj arról, mit jelent számodra a kérdés! (közhelyes)

Néhány tanács a különleges típusokhoz:

1. Valaki túl sokat beszél / Valaki meg se szólal

Talán ez a két probléma fordul elő legsűrűbben a beszélgetések során. Hogyan lehet tapintatosan megkérni a sokat beszélőt, hogy hallgasson egy kicsit, és engedje, hogy mások is hozzászólhassanak a témához? Amikor valaki túl sokat beszél, köszönd meg az illető állásfoglalását, majd add át valaki másnak a szót: „*Ez egy jó gondolat Tamás. Mi lenne, ha most valaki olyan szólna hozzá, akinek még nem hallottuk a hangját? Van valakinek más elképzelése? Jakab, olyan csendben voltál ma este, te mit gondolsz a kérdésről?*” A vezető esetleg a bőbeszédű személy mellé is ülhet, és így könnyebben tudja tekintetével hozzászólásra buzdítani a többieket.

Néha az egyedüli módja annak, hogy szólásra bírd a szégyenlős vagy csendes embereket a csoportban (legalábbis a kezdetekben) az, ha egyenest nekik teszed fel a kérdést: „*Jolánka, te mit gondolsz erről a versről?*” Egy másik módszer az, ha a vezető a hallgatag taggal szemben foglal helyet (feltételezzük, hogy a csoport egy körben ül), hogy tekintetével és mozdulataival egyaránt szólásra ösztönözze az illetőt.

2. A beszélő túl általános vagy ködösen fogalmaz

Időnként az emberek nehezen tudják kifejezni azt, amit igazán mondani szeretnének. A legjobban talán úgy segíthetsz gondolatuk pontosításában, ha megkéred őket, hogy világítsák jobban meg az elmondottakat: „*Tudnál mondani erre egy példát? Általában véve jó az elképzelésed, de talán konkrétabbá tehetnénk egy kicsit. Tud valaki példát mondani erre?*” Esetleg neked kell saját szavaiddal újra fogalmazni az elhangzottakat, azért, hogy világosabb és érthetőbb legyen.

3. Eltértünk a beszélgetés eredeti témájától

A beszélgetés vezetésének egyik legnehezebb része a csoporttagok témánál tartása. Az emberek általában szeretnek arról beszélni, amit ismernek, még akkor is, ha nem pont azt beszélitek meg éppen. Ezt is mondhatod: „*Juliska, ez egy érdekes gondolat, de nem igazán függ össze a mostani témával.*” Ezt követően tegyél fel egy olyan kérdést, ami az eredeti témához kapcsolódik, hogy újra visszatérjen a beszélgetés a kerékvágásba.

4. Néhányan vitakozni kezdenek

Mindenekelőtt le kell szögeznünk, hogy a kiscsoportban kirobbanó viták nem mindig negatív hatásúak. Időnként segítenek letisztázni az elhangzottakat, és arra ösztönözhetik a csoportot, hogy komolyabban átgondoljon egy Igerészt vagy egy megbeszélendő témát. Mindazonáltal különbség van az egészséges vita és az indulatos szóváltás között. Vezetői szerepedhez tartozik a beszélgetés figyelemmel követése és megszakítása, ha túlságosan hevessé válna: „*Béla és Gyula, úgy gondolom, mindnyájan tisztában vagyunk az álláspontjaitokkal, de sajnos tovább kell mennünk. Talán az alkalom után még jobban kivesézhetitek a témát.*” Előfordul, hogy a vita nem indulatos, csak éppen nem lehet egyszerűen vagy gyorsan elsimítani.

Két ember egy konkrét Igerésről két különböző véleményen lehet, és az is elképzelhető, hogy mindkettőjüknek igaza van. Ebben az esetben megint csak rövidre kell zárnod a vitát, és vissza kell terelned a beszélgetést eredeti témátokhoz.

5. Valaki állandóan viccelődik

Néhányan imádnak vicceket mesélni, és szellemeseket mondani, és nem kizárt, hogy tényleg nagyon mulatságosak. Lehet, hogy Isten egy olyan személyt helyezett a csoportodba, akinek jó humorérzéke van és képes szinte minden helyzetben valami tréfásat találni. Az ilyen emberek nagyon hasznosak lehetnek a megfelelő környezetben, mivel segíthetnek a „jégtörésben”, amikor túl komollyá vagy unalmassá válik az alkalom.

Azonban ha az illető megállás nélkül ontja a poénokat, és minduntalan a középpontban kíván lenni, akkor hamar problémássá válik. Beszélj vele négy szemközt és mondd el, mennyire értékeled a „segítségét”, amikor beragad a beszélgetés, vagy kényessé válik, ám egyúttal állítsd fel a megfelelő viselkedés korlátait is. Gyakran nem is veszi észre, hogy gondot okoz. Semmiképp se utalj arra, hogy ő a probléma, inkább fogalmazz úgy, hogy nehezebb a többieknek figyelni, és részt venni, amikor szüntelen viccelődik!

6. Valaki nem figyel, vagy valami mással van elfoglalva

Ha valaki unottnak vagy érdektelennek tűnik, próbáld egyenesen hozzá intézett kérdésekkel bevonni a beszélgetésbe: „*Sári, még nem hallottuk a véleményed. Mit gondolsz?*” Ha egyértelmű, hogy valami másra figyel (papírok között turkál, sms, facebook, stb.), akkor próbáld meg így bevonni az aktuális beszélgetésbe: tegyél fel neki jó sok kérdést, hogy ne legyen ideje a figyelmét elvonó dologra koncentrálni. Ha azonban ez folytonosan megismétlődik, akkor talán jobb, ha négy szemközt is beszélsz vele, rámutatva arra, hogy viselkedése udvariatlan a többiekkel szemben.

7. Ketten „privát” beszélgetést folytatnak egymással

Több módja is van „elhallgattatásuknak”. Például megkérheted őket, hogy osszák meg gondolataikat a csoport többi tagjával (természetesen azt feltételezed, hogy a témáról beszélgettek). Egy másik megoldás az, ha több kérdést egyenesen nekik teszel fel, s így abba kell hagyniuk az egymással folytatott beszélgetést, hogy válaszolni tudjanak az egész csoport előtt. Ha ez állandó problémává nő ki magát, akkor külön-külön mindkettőjükkel beszélned kell, és fel kell világosítanod őket, hogy társalgásuk zavaró a csoport számára.

0. NAP – Nyitó alkalom

Az első alkalom a találkozás, ismerkedés, „szövetségkötés” alkalma. Itt lehet a szabályokat, az feltételeket megszabni és megbeszélni. Lehet a találkozás a csoport „munkájának” megalapozása és egyben célkitűzése.

Ismerkedő játékok

Egymás bemutatása

Párokban beszélgetnek, utána egymást bemutatják.

Kérdezzünk szokatlan kérdéseket, pl: szokatlan képesség, olyan étel, amit képtelen megenni, hobbi, nagy gyerekkori élmény, stb.

Találjatok ki kreatív kérdéseket és infót magatokról

Országos térkép

Álljon körbe a csoport. Képzelden a középre egy Magyarország térképet, és mindenki álljon oda, ahol született. Utána menjen át oda, ahol jelenleg él.

Csomózás

Körbe áll a csoport.

Mindenki előre nyújtja a kezét, becsukott szemmel elindulnak középre, és keresnek egy szabad kezet, addig, amíg mindenki mindkét kezével fog egy másikat.

Itt a csoportvezetőnek legyen nyitva a szeme, és rendezze el a rosszul kapaszkodó kezeket.

A csoport próbálja kibogozni magát, addig, hogy körben állon.

A csoportvezető NE adjon instrukciókat, próbáljanak együttműködni, felfedezni a megoldást.

Utána beszéljétek meg. Milyen volt, együttműködési szempontból mit tanultak.

Születési dátum szerint körbe állni, némán

Álljon rendezetlenül a csoport.

A csoportvezető adja ki a feladatot:

Mostantól senki sem beszélhet!

Rendeződjünk el körbe, születési dátum szerinti sorrendben – a napok is számítanak!

Becsukott szemmel nagyságrendben sorba állni (ha van még idő)

Hasonló az előzőhöz. Most sorba kell állni, és nagyság szerint. NEM mondjuk meg, hol legyen a sor, stb. Nekik kell (már becsukott szemmel) kitalálni.

A csoportvezető külön áll, figyeli a szabály betartását, és fényképeket készít □.

Csak úgy izgalmas, ha nem nyitják ki a szemüket.

Szövetségekötés

Ez most csak a Csillagpont 4 napjára létrehozott társaság. Különböző hátterekből jöttünk, ezért biztosan vannak nézetkülönbségek.

Szeretnénk, hogy a beszélgetéseinkben ne egymást próbáljuk meggyőzni, hanem mindenki törekedjen a saját életében felismerésekre, döntésekre jutni.

Ezért fogadjuk el, hogy

- meghallgatjuk egymást, közbeszólás nélkül

- nem oktatjuk ki egymást

- tartjuk az előadások által kijelölt irányt stb.

Ezekre az egyszerű szövetség-szabályokra sokféle problémás személy esetén vissza lehet utalni!

A szövetségkötést egy záró rituáléval lehet lezárni például: **Csoportunk együttműködése jeleként most kézen fogva elmondjuk a Miatyánkot.**

4. NAP – Záró alkalom

A záró alkalom az összegzés, a morzsaszedegetés ideje. 30 perc áll rendelkezésükre.

Játékok:

1. Milyennek láttad a melletted ülőt az elmúlt pár napban?

2. Kút-háló-börönd játék: egy lapra mindenki felrajzolja a három dolgot, lelkes kiscsoportvezetők előre kivágott formákat is vihetnek magukkal a beszélgetésre.

Kút- mit hagysz itt?

Ide írod azokat a dolgokat, amit nem akarsz magaddal vinni, negatív élmények, emlékek stb.

Háló – mi fogott meg?

Ide írod azokat a dolgokat, amelyek megragadtak és még továbbgondolásra alkalmasak.

Börönd – mit viszel magaddal?

Ide írod azokat a dolgokat, amelyek kincsek lettek, amelyeket örömmel fogsz kibontani otthon.

Bizalom, és ami mögötte van (korosztályi sajátosságok)

Erik Erikson Freud tanítványa volt, aki az ember életének fő témáját az identitáskeresésben látta (tudom, hogy ez a 2013-as Csillagpont témája volt ☺). Úgy képzelte el, mint egy egész életen át tartó folyamatot, amelyben minden szakasz az előtte lévőre épül: azt gazdagítja, szervezi újjá vagy abból emelkedik ki. Freud fejlődési szakaszai véget érnek a serdülőkorral, míg Eriksonnál az identitás kialakulása tehát egy egész életen át tartó folyamat. Az egyes ciklusokat kritikus időszaknak nevezi, mert minden állomáson át kell esnünk egy krízisen: erőfeszítéseket kell tennünk annak érdekében, hogy az adott szinten megjelenő képességeinket megfelelően kiterjesszük és birtokba vegyünk.

Ha valaki nem harcolja meg a harcát, akkor a korábbi szakaszok valamelyikére csúszik vissza (ezt regresszióknak nevezik). Ezek a krízisek nehézségek, hiszen mindig egy újabb „feladatot” kell megoldani, amelyre nincs séma. Ezekben a harcokban lehet sérüléseket szerezni, de ugyanakkor nagy lehetőségként is értelmezhetőek, hiszen egy új probléma-megoldási stratégia megalkotására hívják az embert, amihez kitartásra, erőre és tanulékonyagra van szükség. Ahhoz, hogy - a teljesség igénye nélkül - biztonságosan átlássuk az emberi élet szakaszait, érdemes tanulmányozni a következő táblázatot.

Életkor (hozzávetőlegesen)	Freud és a pszichoszexuális fejlődés szerint	Erikson és a szociálpszichológia szerint	Jelentős kapcsolatok tengelye
0-2 év csecsemőkor	<u>orális szakasz</u> A száj az élvezetes érzékletek központja pl. szopás, harapás.	bizalom ↔ bizalmatlanság kialakuló erő: REMÉNY megtanulja hogyan kell kapni és elvenni megtanítja az anyát adni „Az vagyok, amit kapok.”	Anya
2-3 év kisgyermekkor	<u>anális szakasz</u> A szobatisztaság, a kontroll elsajátításának időszaka.	autonómia ↔ szégyen kialakuló erő: AKARAT lehetővé válik az izomműködés akaratlagos irányítása - átélheti, hogy az anyától független, autonóm lény „Az vagyok, amit akarok.”	szülők

<p>3-6 év óvodáskor</p>	<p><u>fallikus szakasz</u></p> <p>- A szexuális kíváncsiság kialakulásának és felfedezésének időszaka, amely büntudattal társul.</p>	<p>kezdemenyezés ↔ büntudat</p> <p>kialakuló erő: SZÁNDÉK</p> <p>- Freud szerint az lehet a konfliktus és büntudat feloldása, ha a gyerek az azonos nemű szülővel azonosul</p> <p><i>„Az vagyok, amit elképzelek magamról.”</i></p>	<p>család</p>
<p>6-12 év kisiskoláskor</p>	<p><u>latencia szakasz</u></p> <p>A szexuális késztetések elnyomódnak, és érdeklődővé válnak a világ nagy összefüggései iránt.</p>	<p>teljesítmény ↔ kisebbség</p> <p>kialakuló erő: KOMPETENCIA</p> <p>- A gyerek élvezi, hogy aktív, produktív és alkot</p> <p>- ha ezt nem tudja átélni, kisebbségi érzés alakul ki benne</p> <p><i>„Az vagyok, amit megtanulok.”</i></p>	<p>szomszédság, iskola</p>
<p>12-20 év serdülőkor</p>	<p><u>genitális szakasz</u></p> <p>A (felnőtt) nemi vágyak kialakulásának ideje.</p>	<p>identitás ↔ szerepkonfúzió</p> <p>kialakuló erő: HŰSÉG, HITELESSÉG</p> <p>- Az egyik legfontosabb és legtöbb harccal járó szakasz</p> <p>- felnőtté érés harca</p> <p>- nemi érés harca</p> <p>- a korábbi tapasztalatok, minták integrálása</p> <p>- pályaválasztás harca</p> <p><i>„Az vagyok, aminek mások szemével látom magam.”</i></p>	<p>kortárs csoportok és idegen csoportok, vezetői modellek</p>

<p>20- 35 év</p> <p>fiatal felnőttkor</p>		<p>intimitás ↔ izoláció</p> <p>kialakuló erő: SZERETET</p> <p>- az érett párválasztás időszaka</p> <p>„Az vagyok, amit/akit szeretek.”</p>	<p>társak a barátságban, a párkapcsolatban, a versengésben és az együttműködésben.</p>
<p>35-65 év</p> <p>felnőttkor</p>		<p>alkotóképesség ↔ stagnálás</p> <p>kialakuló erő: GONDOSKODÁS</p> <p>- az utódokról való gondoskodás időszaka</p> <p>- a szükséges vagyok érzése</p> <p>„Az vagyok, amit teszek.”</p>	<p>munkamegosztás és közös háztartás.</p>
<p>65+ év</p> <p>öregkor</p>		<p>integritás ↔ kétségbeesés</p> <p>kialakuló erő: TELJESSÉG</p> <p>- megbékélt bölcsesség</p> <p>- a személyiség elfogadott egységének megjelenése</p> <p>„Az vagyok, ami fennmarad belőlem.”</p>	<p>„emberiség”, „saját fajtám”.</p>

Az emberi élet kezdetén találkozhatunk a bizalom problémájával: a csecsemők vagy megtanulnak megbízni abban, hogy mások gondoskodnak alapvető szükségleteikről, vagy bizalmatlanok lesznek. A további társas kapcsolatok szempontjából is meghatározó ez a szakasz. Ahhoz, hogy ez működjön, és ez az első pszichoszociális krízis megoldódjon, az anyára nagy szükség van. Ebben az időszakban a csecsemő számára az Anya jelenti a világot: ő az, akinek a segítségére siet, aki a szükségleteit kielégíti, amelyek egyben az életben maradás feltételeit is jelentik a számára pl. táplálja, ezt nevezik ösbizalomnak. Ha sikerül egymásra hangolódniuk, akkor kialakul a bizalom, ha nem, akkor megjelenik a bizalmatlanság. A következő szakaszba való lépéshez segítő erő: a remény „megtanulása”.

Kiemelten a Csillagponton megjelenő korosztály jellegzetességeivel foglalkozunk a továbbiakban.

További szociálpszichológiai kutatások:

A szociálpszichológia és a szociológia rendszerezte a különböző nemzedékek sajátosságait, értékeit, jellegzetességeit is. A gyakori ellentét és bizalmatlanság a generációk tagjai között azzal magyarázható, hogy más környezetben történ, más nehézségekkel és más megoldási stratégiával dolgoznak az emberek. Ahhoz, hogy ezt a különbözőséget a helyén lehessen kezelni, érdemes időt szánni a jelenség vizsgálatára.

A Csillagponton résztvevő emberek családi háttere:

1. A „**veteránok**” **nemzedéke** a '20-as, '30-as évben született, akik ma már déd- és nagyszülők. Vannak közöttük, akik nyitottak és megpróbálnak alkalmazkodni a környezetükhöz, de többségük idegenkedve fogadja az új technikai vívmányokat.

Az ő idejükben jellemző volt, hogy egy munkaadónál, egy szakterületen dolgoztak egész életükben, ahol megbecsülték a munkájukat. Akkor egy új világot építettek fel, ahol értékes tudást és tapasztalatot halmoztak fel, azonban ma előfordul, hogy ragaszkodnak a régen jónak tűnő megoldásokhoz.¹

2. **Baby boom-nemzedéknek** nevezzük az 1946 és 1964 között születetteket, akiknek az életében nagyon sok változás zajlott.

Ők még aktívan részt vettek a szocializmus építésében. Ez jellemző rájuk: a munkahely tisztelete, a poroszos tekintélyelvűség a munkában és a gyerekeknevelésben, Merev hierarchiához és kemény munkához szoktak.

Fontos érték számukra az emberiség, a kapcsolatok, a tisztesség és a szeretet. Sokat számít nekik a képzettség, nagy jelentőséget tulajdonítanak a diplomának, de a tapasztalat számukra az igazi érték. Egy tekintélyelvű rendszerben nőttek fel, így a munka világába is ezekkel az elvekkkel érkeztek. „A jó vezető kihasználja és értékeli sok éves tapasztalatukat, és mindezt tisztelettel teszi. A most 50-60 évesek számára a munkaidő nem csak egy irányadó szám, de komolyan is veszik azt.”² Ma ők a lassan nyugdíjba menő korosztály, ugyanakkor a munkaerőpiacon még sokan aktívak közülük, akik nem akarnak öregemberként élni.

¹ <http://www.hrportal.hu/hr/hogyan-motivalhatoak-a-kulonbozo-generaciok-tagjai-20100804.html>

² <http://www.cvonline.hu/xyz2-generacio-hogyan-legyunk-jo-vezetok/a.html>

3. **Az X generáció** tagjai – az 1965 és 1975 között születettek, akik most vannak a teljesítőképességük csúcsán. Tudásuk, tapasztalatuk, bölcsességük, munkafegyelmük és lojalitásuk olyan érték, amely bármilyen és bármekkora céget a legjobbak közé emelhet.³

Az X generáció szintén átélte a biztonság elvesztését, hiszen látta szülei példáját. Abban a világban nőttek fel, ahol láthatták, hogy mennyire fontos a versenyhelyzet és a megmérettetés, amelyben csak saját magukra számíthattak. A generáció tagjai tisztában vannak azzal, hogy nincsenek odaragasztva a munkahelyükhöz. Nagyon sokat dolgoznak, mert a pénzt folyamatosan ki kell termelni. Megtapasztalták, hogy az állásinterjúkon akkor járnak sikerrel, ha elég asszertívak és csapatjátékosként tüntetik fel magukat. Állandóan naprakész információkkal kell rendelkezniük, különben lemaradnak, és kellemetlen helyzetbe kerülnek. Az emberi kapcsolatrendszerük átalakult, mert rájöttek, hogy érdekkapcsolatokra van szükségük ahhoz, hogy érvényesülni tudjanak. Ezek a kapcsolatok nem hasonlítanak a megszokott baráti kapcsolatokhoz, mert ezekben az emberek egymás riválisai.

Tari Annamária a következőképpen fogalmazza meg az X generáció tipikus jellemzőit: „Részese már a technológiai fejlődésnek. Látta, hogy az írógépet felváltotta a számítógép, de még szívesen ír kézzel és telefonál az e-mail helyett. Felnőttként azt éli meg, hogy a régi közösségi formák letűnően vannak. Fontosak a barátai, de egyre kevésbé van ideje beszélgetős programokra. Állandóan hajt, sokszor hétvégén is dolgozik annak ellenére, hogy sokszor fáradt, és időnként nem látja az egész értelmét. Megtanult együtt élni a szorongásokkal. Elszomorítja, hogy a barátaival sem lehet mindig őszinte.”⁴

A Csillagponton résztvevő generációk sajátosságai:

Az Y generáció tagjai: a 1976-95 között, mások a '82 után születetteket értik ez alatt. Számukra természetes a számítógépes világ és az internet használata. Ők a digitális nemzedék első hullámának képviselői, ami azt jelenti, hogy napi szinten használják az internetet információforrásként, vagy kommunikációs csatornaként.

Elsőrendű fontosságú számukra a siker, a karrier, a pénz, mert megtanulták, hogy a fogyasztói társadalomba ez visz előre. Sokszor öntörvényű munkaerők, akinek a munkahely csak egy a sok közül, amit bármikor meg lehet változtatni. Nem szívesen dolgoznak olyan helyen, ahol a szervezet túlzott lojalitást vár el az alkalmazottaitól. Élvezni szeretnék a munkát, és a maguk képére akarják formálni a munkahelyet.

Időnként negatív érzelmeket váltanak ki kollégáikból, mikor a munkaidő végeztével hazamennek, hiszen az X-ek még emlékeznek arra, hogy a tanulás és a karrierépítés érdekében sokszor túlóráztak. Ennek ellenére a munkaerőpiacon komoly kihívást jelentenek az X generáció számára, mert minőségileg új szintet képviselnek. Szeretnek egyszerre több feladatot végezni, és a munkaidejük egy része kötetlen.

³ <http://www.hrportal.hu/hr/hogyan-motivalhatoak-a-kulonbozo-generaciok-tagjai-20100804.html>

⁴ Tari (2010): 22.

Gyakran olyan életre vágnak, amelyben megjelenik a biztonság, ugyanakkor, ahol keménynek és határozottnak kell lenni. Az interneten keresztül „kapcsolódnak közösségekhez” például a közösségi portálokon. Van, aki már fiatal szülő közülük, és nagyon sokat tudnak a digitális világról.⁵

Magukban bíznak és nem a körülöttük lévő világra és intézményekre támaszkodnak. A korábbi generációkhoz képest ők a szkeptikusok, akik a saját képességeik és tudásuk növelésével erősítik társadalmi helyzetüket és biztonságukat. Nem félnek a változástól, a saját személyes érdekeiket a munkahelyi érdekek elé helyezik. Kevésbé lojálisak, mint szüleik, gyorsan és könnyen döntenek és tovább állnak, ha jobb ajánlatot kapnak.⁶

A fogyasztói társadalom megszilárdulásával új értékek alakultak ki. Ezekhez ők könnyebben alkalmazkodnak, mint az elődeik.

Az *Y generáció* tipikus képviselője keményen dolgozik, elismerésre vágyik, és a „nyitott ajtók” elvének a híve. Számára a motiváció fő forrásai: a változatosság, a különlegesség és a lazább keretek.⁷

A Z generáció:

Ők általában az X generáció gyermekei, akik most állnak munkába, de a szülők között találunk fiatalabb baby boomereket, és idősebb Y-kat is.⁸

Szakaszai:

a. **1995-2000:** ott voltak a digitális korszak kezdetén, amikor elkezdődött a fokozott internet-használat. Értének a technikához, amit rugalmasan és okosan használnak. Ők azok, akik hamarosan gyakornokokként lesznek jelen a tantestület életében.

b. **2005-2010:** már a digitális világba születtek bele. Természetes, hogy jelen vannak a közösségi oldalakon, és természetes számukra az érintő képernyő használata.

A magánélet fogalma mást jelent számukra, mint a korábbi nemzedékek számára: személyes dolgaikat közzszemlére teszik például a Facebookon. A következő, alfa generáció, akik most születnek vagy most kisgyerekek (2010-2020) lesznek az első valóban 21. századi generáció tagjai még képzettebbek lesznek a technika terén.

A Z generáció tagjai már teljes egészében beleszülettek a digitális technológiák világába. Nevét nem véletlenül az angol „zappers”, azaz „kapcsolgató, ugráló” kifejezésből kapta. Sokkal gyorsabb ritmusban élnek, mint elődeik, és ha nem tetszik nekik valami készek az

⁵ Tari (2010): 20-24.

⁶ <http://www.hrportal.hu/hr/hogyan-motivalhatoak-a-kulonbozo-generaciok-tagjai-20100804.html>

⁷ <http://www.cvonline.hu/mivel-motivalhatoak-az-uj-generacios-munkavallalok/a.html>

⁸ Tari (2011): 15.

azonnali változtatásra. Egy teljesen más világot képviselnek: a modern technikák, az informatika, az online világ velük együtt vált nagykorúvá, és személyiségük része lett.⁹

⁹ Tari (2011): 25.

Korosztályos sajátosságok, amikre érdemes odafigyelni

14 – 18 éves korosztály:

Serdülőkor (12-18 év) a „még nem, már nem korszaka”:

Ebben a nehéz, változásokkal teli életkori szakaszban a társas kapcsolatok nagymértékben átalakulnak. Ennek elsődleges színtere: a család, amelynek szerepe fellazul, és átveszi a helyét bizonyos mértékben a kortárs csoport. Ez a leválás egy fontos állomása, melyben a serdülő saját autonómiájáért küzd, amely gyakran indulati kirohanásokkal (acting out), dühös megnyilvánulásokkal, nagy indulatokkal jár. Egy családterapeuta szerint a páncélját levetett homárhoz hasonlít a kamasz, aminek következtében védtelenné, érzékenyé válik, miközben számos fejlődési feladatot kell megoldania. Ebben az időszakban gyakran az elfogadás a legmegfelelőbb magatartásforma, amelynek talán az a legfontosabb üzenete, hogy „akármit teszel, attól még az én gyermekem vagy”.

A kamasz alapvető félelme, hogy ha nem képes új kapcsolatra szert tenni, akkor kisgyermekként szülein fog függeni az idők végezetéig. Úgy érzi, ha nem válik önállóvá, akkor csődöt mond. Előfordul, hogy értelmetlennek tűnő dolgokat csinál (ital, dohányzás, csavargás), amelyek gyakran arról szólnak, hogy kipróbálja magát, feszegetse a határait. Gyakran nem tud mit kezdeni magával és a körülötte lévő helyzetekkel, mert a gyermeki bizalom még él benne, hogy „a jók győznek, és a gonoszok elnyerik méltó büntetésüket”. Ha nem így történik, akkor elbizonytalanodik.

Régebben a felnőtté váláshoz kapcsolódott egy-egy rítus, vagy beavatási szertartás, amely hozzásegítette a serdülőt és a környezetét is ahhoz, hogy az új identitást elfogadják. Ennek hiánya a 21. században nehézséget, bizonytalanságot és konfrontációt eredményez.

Divatos a serdülőkort a lázadás időszakának nevezni, azonban ez jellemzően olyan kevésbé lényeges kérdésekben mutatkozik meg, mint a hajviselet vagy éppen az öltözködés. Meghatározó érzés azonban ebben a korban a büntudat és a szégyen. A büntudat a tilalom megszegésekor keletkezik, szégyent viszont akkor érzünk, ha egy cél elérésében vallunk kudarcot, ha egy velünk szemben támasztott pozitív elvárásnak nem tudunk eleget tenni.

Gyakran a serdülő felnőtt jogokat és gyermeknek járó elbírálást követel magának. Más nézőpontból szemléli a világot, mint a szülei, és rendszerint ez a nézőpontkülönbség vezet konfliktushoz. A szülők egyensúlyt követelnek a függetlenség és a felelősség között, míg a serdülő felelősségvállalás nélküli függetlenségre vágyik.¹⁰ Ugyanakkor a felnőttek világában megjelenő konfliktusokkal nem tud mit kezdeni, ezért hátrítja azokat. Nem beszélve arról, hogy nagyon sok csonka családban a gyerek a hétköznapiakból hiányzó felnőtt szülő feladataival küzd, mert ez a szerepkör van ráruházva pl. a szülő anyagi, munkahelyi, esetleg párkapcsolati konfliktusaiba is be van vonva, amelyek kezelésére nincs eszköze, nincs mintája ezek megoldására.

¹⁰ Horváth- Szabó K. (2007): 162.

Az az egyik legfontosabb feladat ebben a korban, hogy a kamasz átalakítsa a szülőkkel való kapcsolatát úgy, hogy miközben vívja velük a saját „szabadságharcát”, a bizalom ne sérüljön a kapcsolatukban, hanem megtartó erőként jelen legyen még akkor is, ha az adott konfliktus miatt ez nem mindig látszik. A kapcsolatban egyre inkább megmutatkozó partnerség nemcsak azt jelenti, hogy a serdülők egyenrangú partnerként tárgyalnak az éppen aktuális problémákról, vagy a jövőjéről kapcsolatos kérdésekről, hanem azt is, hogy a szülők a saját nehézségeik megoldásába esetenként bevonják a gyermekeiket is.

A szociálpszichológia szerint ők a Z generáció tagjai (ld. fentebb).

Kérdései: Milyennek látnak mások? Meg tudok felni az elvárásoknak, vagy csalódást okozok magamnak és másoknak egyaránt? Kikben bízhatok, és kik azok, akikre nem számíthatok? Ki bízik bennem?

18-25 éves korosztály

Fiatal felnőttkor I. (18-25)

A felnőtt identitás kialakulásának időszaka ez, amikor már olyan felelős döntéseket kell hozni, amelyeknek hosszú távú és komoly következményei lehetnek pl.: hol tanuljak tovább, mi legyen a foglalkozásom, miből fogok élni, kivel szeretnék élni stb. Ezeket a döntéseket általában egyedül, kell meghozni, így ezekben a szülők leggyakrabban csak tanácsadóként szerepelnek.

Mérlegre kerülnek a régi és új kapcsolatok, régi és új szerepek.

Meg kell tanulni alkalmazkodni, és a kihívásoknak megfelelni, amely két irányban is történhet:

- a. a külső világot igazítja magához, a saját elvárásaihoz
- b. saját magát igazítja a külső világhoz, és meg akar felelni

Ez az egymáshoz igazítás sok nehézséggel és konfliktussal jár. A túlzott ragaszkodás vagy mindentől való függetlenedés eredménye az elmagányosodás.

A helyes arány megtalálásakor, kialakul az „énerő”, amely megtartja, motiválja a fiatalt, hogy a további életszerepeit elsajátítsa. Keresi az identitását, próbálja saját magát mind egyént elfogadni, és megtalálni a helyét a világban. Ezeknek a kérdéseknek a meggarcolásához

Jellemző erre az életszakaszra a célokba és teljesítménybe vetett hit.

Azonban meg kell említeni, hogy a kamaszkor kitolódásával, gyakran a szülőktől való anyagi kiszolgáltatottság miatt, a leválást több nehezítő körülmény is lassítja. Hiszen ha valaki tanul, akkor nem tud teljes állásban munkát vállalni, így nem lesz az önfenntartáshoz elég jövedelme. Ha mégis megpróbál elköltözni otthonról, hogy önálló életet kezdjen, akkor meg előfordul, hogy a tanulásban nem tud megfelelő teljesítményt nyújtani.

A szociálpszichológia szerint ők szintén a Z generáció tagjai (ld. fentebb)

Kérdései: Ki vagyok? Milyennek kellennem, hogy a helyemen legyek? Alkalmas vagyok arra, aminek lennem kellene?

25+ éves korosztály

Fiatal felnőttkor II. (25-35)

A már meghozott döntésekkel való szembesülés időszaka ez, így dominánsan a 30+-os korosztályt érinti. Legfőbb feladata: a párválasztással való megküzdés, a családi élet megszervezése és az életszínvonal megszilárdítása. Sokféle szerep feszülhet egymásnak: dolgozó ember, szülő, gyerek, házas(társ), barát, alkalmazott, főnök stb.

A korábban megfogalmazott életprogram újragondolása a legfőbb feladat. Ha jól vette eddig az akadályokat, akkor ez a lecsendesedés és a kiteljesedés időszaka lehet. Ha nem, akkor továbbra is az előző életszakaszokban, élethelyzetekkel időzik, és nem tud továbblépni. Ekkor azonban már számolni kell a társadalmi előítéletekkel: „azért nincs családja, mert karrierista” vagy „azért nem vállalnak gyereket, mert még biztos utazgatni akarnak” stb. Ezek és az ezekhez hasonló mondatok komoly önbizalomhiányt eredményeznek.

Kérdései: Az vagyok, aki lenni akartam? Olyan életet élek, amit elképzelttem? Hogy találom meg az egyensúlyt a sokféle szerepem között? Amiben most élek, az így fog már maradni? Jogom van megmásítani az eddigi utamat?

Felhasznált és ajánlott irodalom:

- Aronson, Elliot: A társas lény, Akadémia Kiadó, Budapest, 2008
- Bakó T. (2004) Titkok nélkül, Psycho Art, Budapest, 41.o
- Buda B. (2003) Az iskolai nevelés – a lélek védelmében, Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest
- Cole, Michael – R. Cole, Sheila: Fejlődéslélektan, Osiris Kiadó, Budapest, 2006
- Horváth - Szabó K. (2007) A házasság és család belső világa, Párbeszéd (Dialogus) Alapítvány, Budapest
- <http://www.cvonline.hu/mivel-motivalhatoak-az-uj-generacios-munkavallalok/a.html>
- <http://www.hrportal.hu/hr/hogyan-motivalhatoak-a-kulonbozo-generaciok-tagjai-20100804.html>
- <http://www.sulinet.hu/tovabbtan/felveteli/2001/18het/pszicho/pszicho18.html>
- Tari Annamária: Y generáció, Jaffa Kiadó, Budapest, 2010
- Tari Annamária: Z generáció, Tericum Kiadó, Budapest, 2010

Készítette: Nagy Márta, pedagógiai szakértő, RPI, 2015

14-18 éves korosztály

1. NAP – Bízom.

Az előadás témája: teremtés és bizalom, az Atya személye

Kulcs: Isten bízik bennünk

Célkitűzés: Felismerni, hogy végső soron mindenki bízik valamiben/valakiben. A döntő kérdés, hogy miben/kiben?

Nem az a kérdés, hogy bízunk-e, hanem hogy kiben, miben bízunk.

Ráhangoló játékok:

1. Vezetős: Egy vállalkozó kedvű résztvevő kicsit menjen távolabb úgy, hogy a többiek ne hallja! A csoporttagok közül 2 ember legyen a kiválasztott segítségére, 2 pedig próbálja meg a rossz irányba terelni! A terelők a terület négy sarkán álljanak, és nem mozduljanak el a helyükről! A többiek képezhetnek akadályt magukból az úton. A feladat: a kiválasztott ember bekötött szemmel, A-ból B pontba jusson úgy, hogy csak szavakkal lehet irányítani. A feladat nehézsége az, hogy el kell döntenie, kinek a szavára hallgat. Utána érdemes megbeszélni a tapasztalatokat.

2. Rajzolás: Párokat alkotva úgy kell a másik arcképét megrajzolni, hogy nem nézhetnek a rajzlapra. A feladatot 2 perc alatt kell elvégezni. A cél: az alkotás és ismerkedés öröme, és a másik vonásainak megfigyelése, valamint az, hogy kiről milyen képet tudunk alkotni akkor, ha nem vagyunk a „teljes ismeret” birtokában...

Kiegészítő feladat: Ha nem ismerik egymást a csoporttagok, akkor az első benyomás 2-3 szavát fel lehet jegyezni a párról, hogy milyen típusnak tűnik. Érdekes lehet ránézni erre a feladatra a zárónapon.

Beszélgetési témák, kérdések:

Mit jelent a bizalom?

Van olyan, akiben feltétel nélkül megbízol? Hogyan lehet megbízni valakiben? Megelőlegezett vagy kiérdemelt bizalomról van szó? Esetleg mindkettőről?

Mi az, ami először eszetekbe jut a bizalomról? Miért pont az?

Tudtok e (meghatározó) példát mondani arra, amikor bizalmat, vagy bizalmatlanságot éltetek meg?

Honnan ered az emberi bizalmatlanság? Nálad van második esély?

Mi kell feltétlenül a bizalomhoz?

Mit mond a teremtéstörténet a bizalomról? Emlékeztek miről beszélt az előadó? Mit jelent ez ma? Milyen feladataink lehetnek Isten bizalmából kifolyólag? Tudnátok még történeteket mondani a Bibliából, melyek a bizalommal kapcsolatosak?

Hogyan lehet a teremtés története a bizalom egyik legfontosabb?

Honnan ered az emberi bizalmatlanság?
Mi lenne, ha teljes bizalmatlanságban élnék?
Kiben/Miben bízol?

Záró feladat:

Oda lehet ajándékozni a másiktól készült portrét. ☺

Egyéb beszélgetési témák:

- teremtésvédelem
- bio - gyülekezetek
- előadó javaslatai a beszélgetéshez (lásd előadás végén)

Eszközök:

- kendő
- lapok, tollak

2. NAP – Bízom?

Az előadás témája: a bizalmunk sérülései: a csalódás. Jézus személye.

Kulcs: Nem vagyunk egyedül a csalódásban sem.

Célkitűzés: A csalódás érzéséhez mindenkinek joga van. A kérdés az, hogy mit kezdünk vele.

Ráhangoló játékok:

1. Szavazás kövekkel – 4 pohárban lehet szavazni, hogy ki, miben csalódott már.

4 verzió: Isten, barátok/szerelem, család, önmagam → beszélgetés indítása, hiszen mindenki találkozott már ezzel az érzéssel. Melyikben van a sok, melyikben van kevesebb? Vajon mi lehet ennek az oka?

2. Három lapot kell előkészíteni a következő feliratokkal: múlt – jelen – jövő. A feladat, hogy post-itekre (vagy előre összevágott papírcetlikre) mindenki írja fel, hogy milyennek látták őt régen, milyennek látják most, és milyennek képzelel a jövőjét. Mindenki ragassza föl a szavait arra a papírra, amelyikre gondolja! (Jó, ha a kiscsoportvezető kezdi, hogy mindenki számára egyértelmű legyen a feladat. Ha mindenki kész, egyszerre is felragaszthatják a három lapra.) Érdemes ránézni, hogy a csoport közösen milyen „tapasztalatokkal” rendelkezik.

3. Igaz-hamis:

a. Szavazni kell, hogy igazak-e az állítások.

Pl.: Van élet más bolygókon. Csillagpontra jövet találkoztál egy régi osztálytársaddal. A Jeti létezik. Ha este lefekszem aludni, holnap biztosan felébredek. A világegyetemet Isten teremtette. stb.

Ha biztosak valamiben, akkor egész fűszállal szavazhatnak, ha nem akkor féllel, stb. A végén lehet értékelni az eredményt, és innen tovább lehet vinni a beszélgetést.

b. Mindenki meséljen magáról egy képtelennek hangzó, de igaz és egy képtelen állítást vagy történetet. A csoport szavazzon, hogy vajon melyik az igaz/hamis?

Beszélgetési témák, kérdések:

Régebben milyenek láttak mások, és szerinted milyenek látnak most?

Megbízható embernek tartod magad? Ismersz ilyen embert? Miért tartod annak?

Hogy látom én magam, és milyenek képzelem el a jövőmet? Mi akartam lenni kiskoromban?

És ahhoz képest hol tartok most?

Hogy lehet tovább menni, amikor minden összeomlik?

Mi alapján szoktuk eldönteni, hogy mit higgyünk el, miben bízunk?

„Bizonyíték nem ígélet...”? Mi az, ami kézenfekvő?

Mennyire lehet építeni ezekre a szempontokra?

Hogyan lehet felállni/túllépni a csalódásainkon?

Záró feladat:

Homokba kell írni, amivel megbántott más... ☺, ha nincs homok, akkor egy lapra, és össze lehet tépni.

Vagy vidd el a kövedet, amivel szavaztál, és gondold végig, miért raktad oda, ahova!

Egyéb beszélgetési témák:

- hogyan/kivel/miben éljük meg a bizalmat (család, barátok, erő, rendszerek stb.)
- előadó javaslatai a beszélgetéshez (lásd előadás végén)

Eszközök:

- 4 pohár, kövek;
- 3 lap: múlt / jelen / jövő felirattal (1 felirat/lap), post-itek (vagy előre összevágott cetlik)
- fűszál/kövek
- homok / lap

3. NAP – Bízom!

Az előadás témája: helyreállítás, a Szentlélek személye

Kulcs: A körülmények és a kockázat mértéke ellenére való bizalom.

Célkitűzés: A felnőtt bizalom megfogalmazása.

Ráhangelő játékok:

1. Szoborpark a helyreállításról: párosával jelenítsék meg, hogy mit jelent számukra a helyreállítás és/vagy az újjáteremtés és/vagy a bizalom szó.

2. Páros játék: az egyik embernek be van kötve a szeme, és a másik (látó) ember segítségével előre meghatározott, különböző helyre tett tárgyat kell összegyűjtenie úgy, hogy csak a bekötött szemű érintheti meg azokat. A feladat lényege: ha mindenki a maga feladatára koncentrálna, akkor lesz sikeres a küldetés.

Beszélgetési témák, kérdések:

Hogyan éreztétek magatokat a játékokban?

Milyen érzés az, amikor a káoszból rend lesz? Tudnátok rá példát mondani? (koliszoba takarítása stb.)

Mit jelent ez lelki értelemben?

Ezen a héten is valami ilyesmi játszódott le. 1. nap alapvetés, 2. nap káosz és kérdések, kételyek, a mai előadás a helyrerakásról szólt. Mert igaz a mondás, hogy rend a lelke mindennek... Mit gondoltok erről.

Isten egy felborult rendet tett helyre Krisztussal és azóta a Szentlélek az állandó figyelmeztetőnk, hogy igyekezzünk fenntartani ezt a rendet magunkban és magunk körül.

Szerinted neked milyen feladatot szánt ebben Isten a családotokban, iskolában, baráti körben?

Milyen szerepe lehet mindebben a bizalomnak?

Az eltelt napok alapján hogyan változott a bizalomról alkotott képed?

Záró feladat:

Egy-egy igés kártyát lehet készíteni a csoporttagoknak (akár lehet házi is, hogy a kedvenc igéjüket írják le egy lapra), és az utolsó alkalomra adják oda a tőlük bal kézre ülőnek úgy, hogy közben ráteszik a vállukra a kezüket (áldásként).

Eszközök: igés kártyák

Egyéb beszélgetési témák:

- KT: Miért volt szükség arra, hogy Isten új eget és új földet teremtsen? Azért, mert a régi megromlott. Végignézni ezt bibliai történeteken keresztül.
- KT: Kik végezték az egyház megújítását? Az egyház megújítását reformátor atyáink végezték. Reformátorok és szerepük. Reformátusok és szerepünk?!

18-25 éves korosztály

1. NAP – Bízom.

Ráhangoló játékok:

1. A bizalom kialakulásához egymás megismerése is szükséges. Hogy a csoport tagjai közelebb kerüljenek egymáshoz, fontos, hogy legyenek ismereteik egymásról. A csoport egy tagjai mutasson egy mozdulatot, ami jellemző rá. A mellette álló ismétlje meg ezt a mozdulatot, és tegye hozzá a saját, rá jellemző mozdulatát. Folytatódjék a kör, és a soron következő a már előtte elhangzó összes nevet és mozdulatsort ismétlje, mielőtt a sajátját hozzátenné. Így a nevek is rögzülnek, és az ismerkedés is elkezdődik.

2. Mindenki gondoljon egy rá jellemző tulajdonságra. Amikor sorra kerül valaki, álljon fel, mondja el magáról az előre kigondolt tulajdonságot, majd álljanak fel azok a csoportból, akikre szintén jellemző. Kerüljön sorra mindenki!

Beszélgetési témák, kérdések:

Miben/kiben bízol?

Miért abban/benne bízol?

Kik, milyen események, tapasztalatok hatottak rád a bizalom kialakulásában/elvesztésében?

„A bizalom szárnyakat ad.” Személyes tapasztalatok megosztása. (Valaki megbízott benned, és ez szárnyakat adott, valakiben megbíztál, és láttad, hogy szárnyakat ad neki a bizalmad.)

Milyen érzéseket, gondolatok ébreszt benned, hogy Isten bízik benned?

Milyen érzések, gondolatok vannak benned azzal kapcsolatban, hogy Isten bizalomra hív bennünket?

Záró feladat: Éneklés: Jó az Úrban bizakodni, jó az Úr. Remélj és bízz Benne, jó az Úr!
Többször egymás után, imádságképpen.

2. nap – Bízom?

Fókusz: a bizalmunk sérülései: a csalódás. Jézus személye. Nem vagyunk egyedül a csalódásban sem.

Ráhangolódás a csoportra:

1. Szociometria - A kiscsoport helyszínén kijelöl a csoportvezető két pontot, lehetőleg a terület két egymással szemben állópontját, és nevezze ki az egyiket a „Nagyon igen” a másikat a „Nagyon nem”pontnak. Ezután kérje meg a csoport tagjait, hogy a kérdésekre válaszként keresse meg a helyét a két végpont között. Ha egy kérdésre megvan helye, érdemes rákérdezni 2-4 emberre: Te miért oda álltál?

Kérdés: Hogy éreztél magad tegnap? Milyen hangulatban keltél? Mennyire tudtál az előadásban elhangzottakkal azonosulni?- saját kérdések- Cél: felmérni a csoport állapotát, sokatmondó az emberek testtartása.

2. Állapotkép – Te most egy szobor vagy, kérlek, vedd fel egy tetszőleges pózt, amely kifejezi a pillanatnyi lelkiállapotodat!

Bizalomjátékok

INGA - (5-10 perc, 10-20 fő között)

Szorosan záró kört alkotunk. A kör közepére beáll valaki, akinek bekötjük a szemét, majd megkérjük, dőljön el valamilyen irányba. Biztosítsuk róla, hogy bármerre dől, megtartjuk. Miután eldőlt, akik eddig tartották, tovább passzolják a mellettük állónak, és így halad egészen körbe. A végén kérdezzük meg, milyen érzés volt középen lenni, és mikor éreztél leginkább biztonságban magad. (Akkor érzi nagyobb biztonságban magát, ha minél nagyobb felülettel támasztják meg.) Cserélhetünk.

VAKON A KÖRBEN – (10-15 perc, 15-30 fő)

A terem mérete által megengedett legnagyobb körben állunk. A kör közepén csukott szemmel álló játékosársunk megindul (egyenletes tempóban) valamelyik irányba. A körben állók feladata, hogy a hozzájuk érkező, vakon járó társukat könnyedén megfogják és visszafordítják egy nekik tetsző irányba. A körben "közlekedő" játékos ily módon cikk-cakkban halad. Cserével folytatjuk. A játék végén kérdezzük meg, mit éreztél a vakok bolyongásuk közben.

BIZALOM KÍGYÓ – (5-15 perc, 8-15 fő, Megjegyzés: A játék nagy figyelmet igényel!)

A kiscsoportok tagjai egymás mögé egy sorba beállnak, mindenkinek a keze az előtte lévő vállán legyen. Csak az első ember szeme lehet nyitva, (ő vállalja a csoportért a teljes felelősséget), a többiek becsukják a szemeiket. Az elől álló vezetésével keresztülmennek a csoport helyszínen, áthaladnak a felállított akadályokon, átmennek egy másik terembe vagy kimennek a szabadba. Eközben a vezető nem verbális jelzéseket adhat a mögötte állónak. (Ha szükségesnek látja, meg is tapogattathatja vele az általa látottakat.) A jelzéseket tovább kell adni hátrafelé. A kígyót nem szabad becsapni, pl. ha akadály, gödör van, a fejet be kell húzni. A vezető ne menjen gyorsan! Egy idő elteltével az első leghátulra megy, és az addigi második lesz az új vezető. Fontos: A játék elég nagy idegfeszültséget ébreszthet. Senki ne kösse be a szemét kendővel, azért, hogy szükség esetén gyorsan kinyithassa a szemeit.

A játékok után mindig legyen körkérdés: Hogy éreztél magad a játékban? Szerintetek hogyan kapcsolódik ez az előadásban elhangzottakhoz? (nincs rossz válasz ☺)

Beszélgetéshez témák, kérdések

Ahhoz, hogy a csalódásainkat tudjuk a helyén kezelni fontos megismernünk saját magunkat, a reakcióinkat,

1. Kik vagyunk mi most?
2. Csalódtunk már valakiben, vagy valamiben?
3. Miért tudunk csalódnunk másokban?
4. Mit tettél, amikor csalódtál, hogyan próbáltad feldolgozni, túllépni rajta?
5. Miért csalódtunk Istenben? Velel előfordult már ez?

Záró feladat: (a következő napra: A mai nap folyamán beszéljess a csoportból egy olyan emberrel, akit még nem igazán ismersz!

3. NAP – Bízom!

Ráhangoló játékok:

1. Dixit kártyákból (ha nincs, akkor egy vagy több magazin képei közül) válasszon ki magának mindenki egyet, és mondja el, hogy számára mit ábrázol ki a kép a bizalomról.

Beszélgetési témák, kérdések:

1.) A felnőtt hitű tanítvány bizalmának jele Isten mélyebb megismerése.

Mit teszel Isten megismerése érdekében? Mi segít, mi hátráltat a megismerésben? A nehézségek megfogalmazásakor a csoport tagjai tanácsolhatják is egymást, ha valaki már megküzdött azzal a problémával, amivel egy másik társa éppen szembenéz.

2.) A felnőtt hitű tanítvány bizalmának jele az odaszánás.

Mit szánsz oda önmagadból az Istennel való kapcsolatodra? Életednek melyik területét nehéz átengedni Istennek? (erre a kérdésre papíron válaszoljanak, és csak az ossza meg, aki szeretné)

3.) A felnőtt hitű tanítvány bizalmának jele az engedelmisség.

Milyen érzéseket, gondolatokat vált ki belőled az engedelmisség szó? Keressünk példákat, amikor nehéz volt engedelmeskedni/nem sikerült engedelmeskedni! (Nem kell mindenkinek megszólalnia!) Ha volt, akkor mi volt a következménye az engedelmisségnek, engedetlenségnek?

4.) A felnőtt hitű tanítvány bizalma jel.

Kik azok körülötted, akik Istenbe vetett bizalommal/bizalomban élik az életüket? Segített-e a példájuk neked valamilyen módon? Megihletett-e? Kaptál-e már olyan visszajelzést, hogy az Istenbe vetett bizalmadat észrevették, valaki számára jel volt hited?

Záró feladat: - imaközösség

Egy lapra írják fel a következő mondatokat:

„Uram, köszönöm, hogy...”

„Segíts, kérlek abban, hogy...”

Írjanak egy „imádságot”, összehajtvá tegyék középre, aztán mindenki vegyen ki egyet, és olvassa fel.

25+ korosztály

1. nap – Bízom.

Jégtörő játékok:

A 0. napi találkozáskor már történik valamiféle feloldódás, találkozás, erre lehet építeni.

-Vedd át a mozdulatot!

Eszközigény: egy kalap

Becsült játékidő: 5-10 perc

Mozgásos játék. A csoport fölállva kezdi a játékot. Az egyik csoporttag fején kalap van. Mindenki azt a mozdulatot végzi, amit a kalapos csoporttárs. Egy idő után a kalapot átteszi más valaki fejére, innentől kezdve ő a „karmester”, mindenki őt utánozza, amíg át nem adja a kalapot. Érdeemes addig játszani, amíg mindenki fejére legalább egyszer fölkerül a kalap.

-Embervekker

Eszközigény: Egy másodpercmutatóval rendelkező óra

Becsült játékidő: 10-15 perc

Milyen pontos a mentális óránk? Gyors és szórakoztató feladat. Úgy helyezkedjenek el a csoport tagjai, hogy egyetlen óra se legyen látható. A csoportvezetőnél viszont van egy óra vagy stopper. A csoportvezető jelt ad, a feladat pedig az, hogy mindenki maga becsülje meg, hogy mikor telik el egy perc. Ezt karfelemeléssel jelezzék. A csoportvezető jegyezze meg a karfelemelések sorrendjét, ha lehetséges. Amikor mindenki végzett, adja meg az egyéni eredményeket vagy az első és az utolsó játékos közötti intervallumot, aztán a csoport próbálja meg újra!

-Én még sohasem...

Eszközigény: nincs

Becsült játékidő: 15-30 perc

A társaság körben ül; eggyel kevesebb szék van, mint ahány játékos. A középén álló egy mondatot mond, mely úgy kezdődik, hogy "Én még sosem...", és igaz állításra végződik. Pl.: "Én még sosem voltam Afrikában." A mondat elhangzása után mindenkinek, akire ez nem igaz (tehát már volt Afrikában), fel kell állnia, és új helyet kell keresnie, mialatt a középén álló megpróbál leülni valahova. Akire a mondat szintén igaz (vagyis nem volt Afrikában) maradhat a helyén. A helycserék után új ember kerül középre, és most neki kell egy "Én még sosem..." kezdetű mondatot mondania. A játék kulcsa az őszinteség, ezért a játék elején mindenképpen kérjük meg a résztvevőket, hogy mindenre őszintén reagáljanak!

Beszélgetést vezető kérdések:

- Kinek mi volt a megkapó, elgondolkodtató a történetben? (Nem feltétlenül az előadót kell bírálni!)
- Valóban bizalmat vált ki a teremtés ténye?
- Értékesnek találjuk magunkat, mint a Teremtő által teremtett emberek?
- A bizalom alapja valóban a megbecsülés, a kölcsönösség?
- Miben/kiben tudunk mi megbízni?
- Bizalmatlanság tényezőink?
-

Irodalom: Max Lucado: Értékes vagy

Lezárás

Gyűjtsünk jellemzőket közösen:

1. Milyen az emberi bizalom?
2. Milyen Isten bizalma az ember felé? (vízözön utáni ígéret, prófécia)

Ige: Gen 1-2.

2. nap – Bízom?

Jégtörő játék:

- Megvagy

Eszközigény: nincs

Becsült játékidő: 5-10 perc

Ez a gyakorlat egy egyszerű foglalkozásindító és figyelemfelkeltő játék majdnem minden csoport számára, a gyerekektől kezdve a vállalati programokig. A résztvevők kört alkotnak, a karok oldalt. A bal tenyér felfelé néz, a jobb mutatóujja hegyét pedig mindenki a jobboldali szomszédja kinyújtott tenyeréhez érinti. A csoportvezető valami ilyesmit mond: „Amikor azt mondom: rajta, akkor tegyetek meg két dolgot... kapjátok el a bal tenyereitekben lévő ujjat, és akadályozzátok meg, hogy a jobb mutatóujjatokat a szomszédotok megfogja. ... 1 ... 2 ... 3 ... (kis feszültség) ... Rajta!”. Ismétlje meg néhányszor! Fektesse a gyakorlatba sok energiát és csinálja a saját stílusában... Ezzel a gyakorlattal mindig sikerül felkelteni mindenki figyelmét, és a jelenre irányítani a figyelmüket. A trükk a „Rajta!” dramatizálása, és a feszültség kialakítása, sokan belemennek a mókába.

Variációk: Próbáljon ki egy másik indítószt, esetleg használhatja a „nap szavát” is vagy az aktuális témát.

Bizalomjátékok

- Elengedett karok

Eszközigény: nincs

Becsült játékidő: 15 perc

Hárman alkotnak egy-egy csapatot. Egy ember a széken ül, ketten mellette állnak a jobb és bal keze felől. A feladat az, hogy az álló csoporttagok átmozgassák az ülő társuk kezét. Bármilyen mozdulatot végezhetnek (karkörzés, integetés, stb.). Ahhoz, hogy ezt megtehessek, az ülő embernek lazán kell tartania a karjait. A mozgatóknak óvatosnak kell lenniük, hogy fájdalmat, sérülést ne okozzanak. Pár perc után a csoportvezető megállítja a játékot, és helyet cserélnek a tagok. Harmadszorra is ugyanez történik.

Játék utáni kérdések:

- Hogy érezted magad a játék során?
- Melyik helyzetben érezted magad jobban?
- Hagytad-e magad mozgatni, vagy nehezedre esett az irányítás átadása?

- Vakvezetés

Eszközigény: nincs

Becsült játékidő: 15 perc

Miután mindenki választott magának egy párt, az egyikük behunyja a szemét, és a párjára bízza magát. A „vakok” kinyújtják a jobb kezüket tenyérrel fölfelé. A „látók” az egyik ujjukat a párjuk tenyerébe téve irányítanak, vigyázva, hogy senki se menjen neki a másinak. Pár perc után a csoportvezető megállítja a játékot és azt az utasítást adja, hogy a „látók” csak akkor érjenek a párjuk tenyeréhez, amikor irányváltásra van szükség. Egyébként a „vakok” sétáljanak maguktól. Néhány perc után ezt is megállítjuk, és a csoportvezető ismerteti az utolsó változat szabályait. Itt már nincsenek párok, csak „vakok” és „látók”. Mindenki szabadon sétál. A „látók” az összes „vakért” felelősek. Bárkinek a tenyeréhez hozzá szabad érní és a helyes irányba vezetni. A következő körben szerepet cserélnek a csoporttagok, aki eddig „vak” volt, látó lesz és fordítva.

Akkor vezessünk bizalomjátékot, ha van már tapasztalatunk benne. Csoportvezetőként világosan kell megfogalmaznunk a szabályokat és figyelniük kell a csoporttagok biztonságára.

Játék utáni kérdések:

- Ki hogyan érezte magát a játékban? (Pozitív és negatív érzések is megfogalmazódnak)
- Melyik szerepet éreztem inkább a magaménak?
- Mennyire esett nehezemre vagy ment könnyedén, hogy rábízzam magam a társamra vagy a csoporttársaimra?

Beszélgetést vezető kérdések:

- Miért remeghet meg az ember bizalma egy másik emberben?
- Miért lesz bizalmatlanná az ember Istennel szemben?
- Milyen csalódás síkokat ismerünk? (felszíni, mély, feldolgozott, feldolgozatlan)
- Miért éljük meg tragédiának a bizalom elvesztését?
- Valóban mindenkinek csak egy esélye van a bizalmamban?
- Hogyan tudok túllépni a bizalmatlanságon?
- Csalódásaim
- Krisztus valóban megélte az elhagyatottságot a kereszten?
- Krisztus elhagyatottságát mi hogyan éljük meg?
- Miért vált ki félelmet a bizalmatlanság?

Zárás:

Alkossatok bizalomkört: mondjatok bizalomgerjesztő tulajdonságokat, és próbáljatok meg kapcsolódni egymáshoz vagy érzésben, vagy tudatosan, és alakítsatok ki egy kört! Így lehetne elmondani a végén a Miatyánkot.

Ige: Mt 27.

3. nap – Bízom!

Jégtörő játék:

- Két igaz, egy hamis

Eszközigény: papírok, tollak
perc

Becsült játékidő: 10-15

Egy lapra mindenki összesen három állítást ír magáról: két igazat, egy hamisat. Lehetőleg ne nagyon egyszerűeket írjanak, hanem olyat, ami érdekes, és nem elsőre kitalálható. Amikor mindenki kész a 3 állításával, elindul a kör, mindenki fölolvassa a saját állításait, a többiek pedig megpróbálják kitalálni, hogy melyik volt igaz és hamis.

Rávezető játék:

A csoport szobra

Eszközigény: nincs

Becsült játékidő: 15 perc

A csoportot osszuk két részre, hogy öt-hat ember alkosson egy csapatot. Kérjük meg őket, hogy jelenítsék meg egy szoborban, hogy A) mit éltek át eddig a Csillagponton. vagy B) hogy érzik magukat ebben a pillanatban C) mire vágynak most a leginkább. Hagyjunk egy kis időt a csapatoknak a tervezésre, aztán mutassák be egymásnak. A másik csapat először próbálja meg kitalálni, hogy mit szerettek volna kifejezni a szoborral a társaik. Ezután beszéljék meg, hogy mi volt az eredeti elgondolás!

Beszélgetést vezető kérdések:

- Isten tapasztalataink
- Hogyan munkálkodik a Szentlélek az ember életében? Hogyan lesz kézzel foghatóvá, megérthetővé?
- Hogyan akadályozhatjuk meg a Szentlélek bennünk való munkálkodását?
- Miért akadályozzuk a Szentlélek bennünk való munkálkodását?
- Mi jelent a reménység? Miben reménykedhetünk?
- Mit ígért a Szentháromság Isten nekünk?

Zárás:

Fogalmazd meg egy mondatban a saját ars poétikádat!

Pl.: Összegző gondolatok: Indulhat az ember bárhonnán, talán véletlennek tűnő, elhibázottnak hitt helyzetekből, Isten jót tud kihozni abból is, és mindezt az ő üdvtervének kiteljesedésére fordíthatja a nemzet, a család tekintetében is.

Ige: ApCsel 8, 26-40

Tartalomjegyzék

Feladatkörök:.....	2
A főelőadás vázlata	5
Gyakorlati tanácsok:.....	15
Gyakorlati tanácsok a problémás emberekről	18
0. NAP – Nyitó alkalom	21
4. NAP – Záró alkalom	22
Bizalom, és ami mögötte van (korosztályi sajátosságok)	23
14-18 éves korosztály.....	33
18-25 éves korosztály.....	37
25+ korosztály.....	40