

Sapatti 19

KUULUMISEN TUNNE VAHVISTAA ITSETUNTOA

Avaintekstit: 1 Moos. 1:27; 1 Sam. 16:7; Matt. 10:29-30; 26:69-75; Joh. 3:16; Ap.t. 10:34-35; 1 Kor. 6:19-20.

Tavoitteet

Nuori:

1. ymmärtää itsetunnon merkityksen ja alkuperän.
2. oppii, miksi kristityn käsitys itsetunnosta eroaa maailman käsityksestä siitä.
3. tarkastelee arvoamme Jumalan näkökulmasta.

Tarvittavat materiaalit

Paperia, kyniä, merkkituotteita (esim. merkkilenkkarit tai -farkut, kuuluisaa hajuvettä, taidetta tms.) ja halpa jäljitelmä samasta tuotteesta, julkkisurheilijoista, -näyttelijöistä tai -poliitikoista kertovia lehtiartikkeleita.

Johtajalle

Olemme tärkeitä Jumalalle, koska Hän on tehnyt meidät. Hän rakasti meitä niin paljon, että oli valmis antamaan kaiken puolestamme, myös oman poikansa. Eikö meidänkin siis pitäisi arvostaa elämää, jonka Hän on meille antanut? Kun valmistaudut pitämään tämän viikon nuortenluokkaa, ajattele Kristuksen uhrausta ja etsi tapoja, joilla voit rohkaista nuoria säilyttämään positiivisen kuvan itsestään tuon lahjan vuoksi.

Aloituis

- A. Tämän tehtävän voi tehdä liitutaalulle tai antaa nuorten tehdä se itse paperille. Anna kolme otsikkoa: (1) Mitä voin omistaa, (2) Mitä voin tehdä, ja (3) Ihmiset, jotka haluaisin tuntea. Selitä, että useimmat ihmiset hakevat arvostusta itselleen näistä jonkun kautta. Pyydä nuoria listaamaan kunkin otsikon alle asioita, jotka tekisivät heistä onnellisempia.
- B. Jaa paperiarkkeja ja pyydä nuoria kirjoittamaan jokaisen läsnä olevan nimi paperille. Pyydä heitä sitten kirjoittamaan yksi tai useampi myönteinen luonteenpiirre jokaisen nimen perään. Korosta sanaa *myönteinen*. Pyydä heitä kertomaan vastauksensa. Nuoret voivat hämmästyä, mitä kaikkea hyvää toiset heissä näkevät.
- C. Jos nuoria on vähemmän kuin 10, voitte aloittaa keskustelun 'kuulumisharjoituksella'. Pyydä jokaista käymään 10 minuutin ajan eri sapattikoululuokissa – vauva-, tarha-, koululais- tai aikuisten luokalla. Sopikaa aika, jolloin kokoonnutte taas yhteen keskustelemaan kokemuksista. Tuo esiin, että yleensä koemme olomme epävarmaksi vieraillessamme toisissa ryhmissä. Olemme niin tottuneita olemaan omassa tutussa ja turvallisessa piirissämme, että muu maailma – vaikka se olisi viereisessä huoneessa – voi tuntua oudolta ja uhkaavalta. Keskustelkaa seuraavista:
 - Mitä vierailemassasi luokassa tapahtui?
 - Miltä tuntui käydä toisessa luokassa vierailulla?
 - Onko turvallisemman tuntuista olla omien ystävien kanssa? Perustele.
 - Jos mielestäsi olisi hyödyllistä laajentaa kenttää johon voit kokea kuuluvasi, mitä voisit tehdä asian suhteen? Anna yksityiskohtaisia esimerkkejä.

Sanaan uppoutuminen

- A. Näytä jokin nuorten arvostama esine, esim. merkkilenkkarit tai -farkut. Näytä sitten halpa jäljitelmä samasta tuotteesta. Pyydä nuoria tutkimaan tuotteita ja tunnistamaan, kumpaa

pidetään arvokkaampana. Tuo esiin, että ainakin jossain määrin esineen valmistaja määrittelee sen arvon. Anna jokaiselle paperia. Pyydä nuoria etsimään 10 minuutin aikana mahdollisimman monta Raamatun jaetta, jossa puhutaan Jumalasta Luojana ja meidän arvostamme Jumalan silmissä. Pyydä heitä lukemaan löytämänsä jakeet.

- B. Keskustelkaa, miten omahyväinen minuuus (käsitys itsestä) ja itsetunto hengellisessä mielessä eroavat toisistaan. Miten käsitys itsestä vaikuttaa hengelliseen elämään ja toimintaan? Vertailkaa Raamatun henkilöiden itsetuntoa seuraavissa teksteissä ja miten heidän itsetuntonsa vaikutti heidän päätöksiinsä:

1 Samuel 17:22-29

1 Samuel 15:17-20

2 Samuel 12:7, 9, 13

Ps. 51:10-14

Matt. 27:3-5

Matt. 26:69-75

- C. Lukekaa ääneen Room. 12:4-5. Tämä teksti kuvaa Paavalin näkemystä siitä, miten yksilö ja seurakuntayhteisö sopivat yhteen. Hän vertaili suhdetta ruumiiseen, joka koostuu monista osista, mutta jokaisella osalla on oma tehtävä. Toimiakseen kunnolla kaikkien osien on tehtävä yhteistyötä. Keskustelkaa seuraavista:

- Miten saan selville, mikä osa ruumiista minä olen?
- Mitä, jos tiedän, mikä ruumiin osa olen, mutta en halua olla sitä? Voinko valita, miten sovin mukaan?
- Mitä etuja seurakuntaan kuulumisesta on?
- Onko seurakuntaan kuuluminen sama kuin Jumalalle kuuluminen? Perustele.

Kysymyksiä keskusteltavaksi

1. Jos teot puhuvat sanoja selvemmin, mitkä Kristuksen teot todistavat Hänen rakkautensa meitä kohtaan?
2. Missä määrin Kristuksen pelastustarjous voi vaikuttaa itsetuntoomme? Miten?
3. Mitä Kuninkaan lapsena oleminen tarkoittaa?
4. Miten tietoisuus omasta itsestä voi helpottaa saadun kritiikin käsittelemistä?
5. Millä tavoilla positiivinen ajattelu voi muuttaa elämäsi?
6. Miten Raamattu voi parantaa kuvaa, joka sinulla on itsestäsi?
7. Saako vauraus, asema tai kuuluisuus ihmiset todella tuntemaan olonsa paremmaksi? Selitä.

Lopetus

Lehtien otsikoita apuna käyttäen pyydä nuoria nimeämään kuuluisia ihmisiä, joilla tuntuu olevan kaikkea, mutta jotka eivät kuitenkaan ole saavuttaneet onnellisuutta, jota tavoittelevat. Urheilijat ovat saaneet viime vuosina paljon huomiota hormonien ja huumeiden, jopa murhien, vuoksi. Muistuta nuoria, että he voivat kohottaa käsitystään itsestään Jumalan avulla. Jotkut asiat heissä muuttuvat itsestään ajan kanssa, jotkut asiat täytyy hyväksyä sellaisina kuin ne ovat. Rohkaise nuoria tekemään listan henkilökohtaisista myönteisistä tavoitteista, joihin he voivat pyrkiä. Päätäkää rukoukseen, jossa kiitätte Jumalan meille osoittamasta rakkaudesta.

Crystal Earnhardt