

TUNTEET YSTÄVYYSSUHTEISSA



AVAINTEKSTIT

5. Moos. 31:6; Sananl. 17:17; Matt. 5:43-48; Gal. 6:2; Fil. 1:3, 4; 1. Joh. 4:11, 12.



TAVOITTEET

Nuori:

1. ymmärtää Jumalan suunnitelman siitä, miten voimme käsitellä tunteitamme itseämme ja ystäviämme kohtaan.
2. tutkii, miten tunteet vaikuttavat ystävyys-suhteeseemme Jumalan kanssa.
3. kehittää itsetuntoaan sen tosiasian perusteella, että Jeesus on hänen paras ystävänsä ja oppii soveltamaan tätä myös ystävyys-suhteisiinsa.



MATERIAALIT

Paperia, "Jeesus"-lappuja, kyniä, Raamattuja, liitu- tai tussitaulu.



JOHTAJALLE

Tunteet syntyvät ajatuksista. Se, mitä ihminen ajattelee itsestään ja muista vaikuttaa heidän ajatuksiinsa Jumalasta. Jos he uskovat, että Jumala rakastaa vain täydellisiä ihmisiä, heillä on taipumus pitää Jumalaa pelottavana sekä vaatia täydellisyyttä itseltään ja muilta. Tällainen "usko" saa aikaan kielteisiä tunteita ihmistä itseään sekä muita ihmisiä kohtaan.

Jos taas ihminen uskoo, että Jumala rakastaa epätäydellisiä ihmisiä ja auttaa heitä kasvamaan sellaisiksi, joiksi heidät on tarkoitettu, hän voi hyväksyä itsensä ja luottaa epätäydellisen elämänsä rakastavan Jumalan johdettavaksi. Varmoina Jumalan rakkaudesta, he voivat myös hyväksyä muut epätäydelliset ihmiset ja luottaa siihen, että Jumala johtaa myös heitä.



LÄMMITTELY

A. Jaa oppilaat kahteen yhtä suureen ryhmään. Jokainen oppilas valitsee itselleen toiseen ryhmään kuuluvan parin. A-ryhmän oppilaat kirjoittavat luettelon asioista, joita he haluaisivat sa-

noa "pahimmalle viholliselleen". B-ryhmä poistuu sen ajaksi huoneesta.

Jaa B-ryhmän oppilaille taitetut laput, joissa lukee: "Jeesus". Sovi heidän kanssaan, että he ottavat lapun esiin ja pitävät sitä edessään sovitun merkin nähtyään (sopikaa merkki etukäteen). Kun A-ryhmän luettelot ovat valmiita ja B-ryhmä on saanut ohjeet "Jeesus"-lappujen käytöstä, pyydä B-ryhmä takaisin huoneeseen ja anna aiemmin valittujen parien asettua istumaan yhdessä.

A-ryhmäläiset kuvittelevat, että heidän parinsa on heidän "pahin vihollisensa" ja purkavat tälle mieltään laatimansa luettelon avulla. Kannusta oppilaita vapaaseen tunteiden ilmaisuun.

Kun A-ryhmäläiset ovat päässeet hyvään vauhtiin, tee ennalta sovittu merkki, jolloin B-ryhmäläiset nostavat eteensä "Jeesus"-lapun. B-ryhmäläiset pysyvät hiljaa koko harjoituksen ajan. Kun A-ryhmäläiset rauhoittuvat, aloita keskustelu siitä, mitä juuri tapahtui.

B. Jaa oppilaille paperia ja kyniä. Pyydä jokaista oppilasta:

- Kirjoittamaan paperille ruoan, joka on hänen mielestään ällöttävää ja muistelemaan viime kertaa, kun hän on syönyt sitä.
 - Ajattelemaan henkilöä, josta hän ei pidä ja miettimään, mikä henkilössä on hänen mielestään kaikkein vastenmielisintä.
- Pyydä vapaaehtoisia kuvailemaan, mitä heistä tuntuu juuri nyt sen perusteella, mitä he ovat ajatelleet.
- Pyydä sen jälkeen jokaista oppilasta:
- Kirjoittamaan paperille sellaisen henkilön nimen, jota hän ihailee ja miettimään, mitä piirteitä tässä ihailee eniten.
 - Kirjoittamaan paperille lempiharrastuksensa ja miettiä, mistä pitää siinä eniten.

Pyydä taas vapaaehtoisia kertomaan tunteistaan sen perusteella, mitä he ovat nyt ajatelleet.

Keskustelkaa siitä, miten ajatukset vaikuttavat tunteisiin.



SANAAN LUPPOUTUMINEN

A. Joonatanin ja Daavidin ystävyys on yksi parhaista kahden nuoren välisen ystävyuden kuvauksista Raamatusta. Jaa oppilaat neljään ryhmään. Anna kullekin ryhmälle yksi seuraavista teksteistä tutkittavaksi. Pyydä ryhmiä keskustelemaan tekstissä kuvatun ystävyden piirteistä.

1. Sam. 20:4 (ystävän palveleminen)
 1. Sam. 20:17 (ystävän rakastaminen)
 1. Sam. 20:41 (ystävyyden tunneside)
 1. Sam. 20:42 (ystävyyden kestävyys)
- Miettikää, mikä sai Daavidin ja Joonatanin ystävyuden kestäväksi niin vaikeita tilanteita.

B. Jaa oppilaat ryhmiin ja anna kullekin ryhmälle yksi seuraavista raamatunkertomuksista tutkittavaksi:

- Joosef ja hänen veljensä (1. Moos. 37:12-28; 45:1-15; 50:15-21).
 - Mooses ja Aaron (2. Moos. 4:13-17; 7:8-10; 32; 4. Moos. 12).
 - Simson ja Delila (Tuom. 16:1-21).
 - Daavid ja Saul (1. Sam. 24:3-22).
 - Vuorisaarna (Matt. 5:43-48).
 - Johannes ja Jaakob (Mark. 10:35-41).
 - Laupias Samarialainen (Luuk. 10:32-37).
 - Ananias ja Safira (Apt. 5:1-11).
- Pyydä ryhmiä keskustelemaan kertomuksesta seuraavien kysymysten pohjalta. Kirjoita kysymykset taululle:
- Ketkä ovat kertomuksen päähenkilöt?
 - Mitä tunteita he ilmaisevat?
 - Miten he käsittelevät tunteitaan?
 - Miten kertomuksen henkilöt reagoivat toistensa tunteisiin?
 - Vastaavatko henkilöiden reaktiot Jumalan suunnitelmaa siitä, miten meidän olisi hyvä suhtautua toistemme tunteisiin?
 - Muuttivatko henkilöt toimintaansa enemmän Jumalan suunnitelmaa vastaavaksi? Muuttiko se heidän tunteitaan?
 - Mikä oli kertomuksen lopputulos kunkin henkilön kohdalla?

Anna ryhmien lopuksi kertoa pohdintojensa tuloksista toisilleen.



KESKUSTELUKYSYMYKSIÄ

1. Mitä tunteita sinulla on lähimmäisiäsi kohtaan?
2. Mitä tunteita Jumalalla on mielestäsi sinua kohtaan?
3. Miten käsityksesi Jumalan tunteista vaikuttaa omiin tunteisiisi itsesi suhteen?
4. Miten itseäsi kohtaan kokemasi tunteet vaikuttavat siihen, millaisia tunteita koet muita kohtaan?
5. Miten voit toimia myönteisesti tilanteessa, jossa koet negatiivisia tunteita ja silti olla aito ja rehellinen itsellesi?
6. Miten voit muuttaa tunteitasi?



LOPETUS

Lue seuraava lyhyt tilannekuvaus ja pyydä oppilaita kuvittelemaan itsensä sen henkilöiden paikalle.

“Sami on koulun uusi oppilas. Hän istuu ruokasalissa yksin syömässä lounasta. Hänen hiuksensa ovat rasvaiset ja hänen vaatteensa ovat aataminaikaiset. Markus huomaa, että Sami on yksin, mutta pelkää, mitä kaverit ajattelisivat, jos hän menisi istumaan Samin viereen. Niinpä hän menee toiseen pöytänsä. Viisi minuuttia myöhemmin Siiri huomaa Samin. Sen sijaan, että hänkin pelkäisi muiden ajatuksia, hän menee istumaan Samin viereen, voitelee leipänsä ja ryhtyy juttelemaan Samin kanssa.

Kysy oppilailta:

- Miltä sinusta tuntuisi, jos olisit Sami? Entä Markus? Siiri?
 - Mikä olisi Jumalan suunnitelman mukainen toimintatapa kunkin henkilön kohdalla?
 - Mitä olisit itse tuntenut tai tehnyt?
- Rukoile loppurukous.