

امن باشو امن بيون

عنوان درس : چرا به اشخاص امن نیاز داریم ؟

لحظاتی برای خوش آمدگویی و استقبالی گرم از نوجوانان : ۳ دقیقه

مربیان عزیز!

در این سه دقیقه، فرصتی دارید تا با شرکت کنندگان احوالپرسی کنید و لحظات دلنشینی را در کنار یکدیگر رقم بزنید. می‌توانید با لبخند و چند جمله‌ی ساده، فضای گرم و دوستانه برای نوجوانان ایجاد کنید. این زمان، زمان مناسبی است تا درباره‌ی روزمرگی‌ها، تجربیات اخیرمان و هفته‌ای که گذرانیدیم صحبت کنیم. هدف ما این است که همه‌ی نوجوانان و البته خود شما با احساس راحتی و شادی در کنار هم حضور داشته باشید و مشارکت را با شور و اشتیاق شروع کنید.

- نوجوانانی که برای اولین بار در این مشارکت حضور دارند را با رویی گشاده و لبخند، خوش آمدگویی کنید و خوشحالی تان را نسبت به شرکت ایشان با گرمی ابراز کنید. در ادامه پیشنهاد میکنیم که معرفی مختصری از خودتان به عنوان مربی تیم نوجوانان انجام دهید و از سایر نوجوانان و همینطور شخص جدید نیز درخواست کنید تا خودشان را معرفی کنند.
- «استراژی صمیمیت» برای این وقت! : می‌توانید در زمان خوش آمدگویی از «گفتگوی یخ شکن» استفاده کنید. مثلاً، از همه بخواهید یک چیز جالب یا خنده‌دار که اخیراً برایشان پیش آمده را برای همه تعریف کنند. این سوال به راحتی فضای گفتگو را باز می‌کند و باعث ایجاد ارتباط عمیق‌تری بین شرکت کنندگان می‌شود. به علاوه، می‌تواند به شکستن یخ جمع کمک کند و در قسمت صبحت و تعامل، همه را به مشارکت تشویق کند.

هفته‌ی گذشته در یک نگاه : ۵ الی ۱۰ دقیقه

مربیان عزیز!

- در این فرصت می‌توانید حس و حال نوجوانان را نسبت به مشارکت هفته‌ی گذشته بررسی کنید و از ایشان بخواهید تا در صورت تمایل و داشتن برکاتی از هفته‌ی گذشته آن را با سایر دوستانشان در میان بگذارند.
- همچنین می‌توانید از ایشان بخواهید تا تجربیاتشان را در رابطه با قدم عملی هفته‌ی پیش بیان کنند و در صورت تمایل اشاره کنند که چه قسمت‌هایی برایشان، درس و یا پیامی به همراه داشت و به طور کلی چه حسی نسبت به این فعالیت داشتند.
 - اگر در هفته‌ی دوم و یا ادامه‌ی یک مجموعه‌ی قبل هستید می‌توانید به صورت خیلی خلاصه و کوتاه در رابطه با تعلیم هفته‌ی گذشته صحبت کنید و یا اگر خودتان به شخصه، تجربه و شهادتی در این زمینه دارید با ایشان در میان بگذارید تا با این کار به مرور تعلیم گذشته کمک کرده باشید و همینطور به افرادی که حضور نداشتند یک دید کلی از مسیری که در پیش دارید بدهید.

پرستش و شکرگزاری : ۸ الی ۱۰ دقیقه

مربیان عزیز!

در زمانی که به دعا و پرستش اختصاص می‌دهید، می‌توانید این زمان را به صورت پرستش (بوتیوبی) / پرستش زنده (به پیش ببرید)

- در مسیری که در قلب دارید ، نوجوانان را به سمت دعا ، پرستش و شکرگزاری هدایت کنید.
- به شما مربیان عزیز پیشنهاد می کنیم که در صورت حضور نوجوانان سراینده و نوازنده در گروهتان ، در صورت امکان هدایت زمان دعا و پرستش را به ایشان بسپارید و در این مسیر همراه و مشوق شان باشید . اگر کلیسای شما تعداد بیشتری نوجوان سراینده و نوازنده دارد ، می توانید به صورت هفتگی ، رهبری پرستش را به صورت نوبتی به ایشان بسپارید . تشویقتان می کنیم که طبق صلاحدید و تشخیص شبان کلیسا و خودتان ، برای افرادی که نوازنده نیستند در قسمت های مختلف مثل سرایندگی و در میان گذاشتن پیغام ها و برکات پرستشی خیلی کوتاه به ایشان فرصت بدهید .

سرود پرستشی اول

سرود پرستشی دوم

| پیش به سوی؟! هدف !!! ۵ الی ۱۰ دقیقه

مربیان عزیز!

- در ابتدای شروع اولین درسنامه از هر مجموعه ی جدید ، مجموعه را به نوجوانان معرفی کنید ، سعی کنید تا چند روز قبل از شروع جلسه ، اهداف درس و تمام نکات و جزئیات آن را مورد مطالعه و بررسی قرار دهید تا تسلط لازم برای شرح تمامی اهداف درس به ایشان را داشته باشید . این نکته بسیار حائز اهمیت است که نوجوانان به صورت دقیق بدانند که می خواهند در چه مسیری با شما به پیش روند
- با توجه به شناخت کلی که مطمئنا همگی ما از نوجوانان داریم ، باید بدانیم که آنها مشتاق شنیدن چیزهایی هستند که در باره ی مفید و کاربردی بودن آن برای زندگی و روزمره شان مطمئن هستند .
 - توصیه می کنیم از چارچوب ها و قواعد کلی که برای تعلیم و آموزش ایشان به صورت ثابت استفاده می کردید بیرون بیایید و این فرصت را به خودتان و نوجوانان بدهید که در تمامی موضوعات ، واقعی ، شفاف و صادق باشید . استفاده از زبان و روشی که به دنیای ایشان نزدیک و برای آن ها ملموس است در این رابطه بسیار کمک کننده خواهد بود .

برای شرح هدف های درس برای نوجوانان می توانید ...

- از دیدگاه خود نوجوانان کمک بگیرید : قبل از توضیح و بیان هدف ها ، از نوجوانان بپرسید که که آن ها چه درکی در رابطه با این موضوع دارند ؟ آیا تجربه ، خاطره یا نظر کلی در این باره دارند ؟ در رابطه با این موضوع با چه انتظاری منتظر شنیدن و یادگیری هستند؟ در ادامه می توانید هدف های آموزشی مجموعه و درس پیش رو را برایشان توضیح دهید .
- اهداف روحانی مجموعه و درس را برایشان روشن کنید : هدف هایی که با ایشان در میان میگذارید باید به وضوح با مجموعه و درسی که قصد تعلیم آن را دارید مرتبط باشد تا برایشان گیج کننده یا به قول معروف ، تعلیم از هر در یک سخن نباشد ...
- از مثال های عملی و یا فرضی استفاده کنید : میدانید که این کاربردی ترین و پرنرنگ ترین روشی است که عیسی خداوند در زمان تعلیم و آموزش افراد استفاده می کرد ، چقدر مهم است که شما نیز با توجه به گروهی که آن را آموزش می دهید به شکل مشابه عمل کنید . نوجوانان عاشق شنیدن مثال و داستان های جدید هستند ! می توانید برای شروع یا کاربردی کردن هدف ها در ذهنشان از جملات و موضوعات جالب

که در همان ابتدا حواس ایشان را در حالت شش دنگ به صحبت های شما جلب میکند استفاده کنید. همچنین این مثال و فضا سازی های ذهنی باعث میشود که ایشان نسبت به هدف های مجموعه و درس پیش رو خود را نزدیک احساس کنند .

- پیشرفت ها از طریق این اهداف نشانه گذاری کنید: نقاط عطف و دستاوردهایی که با هدف گذاری و یادگیری می توانند به آن برسند را به وضوح به ایشان توضیح دهید . برایشان روشن کنید که چطور این هدف ها در زندگی روحانی و اجتماعی آنها تاثیر گذار است و بعد از درک این تعلیمات چه موارد کاربردی و عالی را یاد میگیرند که از قبل هیچ فکری در رابطه با آن نداشتند ! به زبان دیگر آنها را متقاعد کنید که اهداف روحانی این درس، دقیقا همان چیزی است که آنها در زندگی و نوجوانی شان نیاز دارند... !
- به احساسات شان توجه کنید: به احساسات و هیجانات نوجوانان در مورد اهداف توجه کنید و آن ها را تشویق کنید تا نظراتشان را بیان کنند .

هدف این مجموعه: نوجوانان در این مجموعه خواهند آموخت که افراد امن زندگی شان را شناسایی کنند و در ادامه بتواند ویژگی های یک شخصیت امن را در خود پرورش دهند و به آن تبدیل شوند. وعه :
هدف این درس: نوجوانان در این درس خواهند آموخت که چرا در زندگی و ابعاد مختلف زندگی شان به اشخاص امن نیاز دارند و همینطور ویژگی های فعلی شخصیت خود را در راستای تبدیل شدن به یک شخص امن بسنجند و تفتیش کنند

| چطور فکر میکنی ؟ ۱۰ دقیقه

سوال اول: چه چیزهایی در زندگی به شما احساس امنیت می دهد ؟
سوال دوم: چه زمان هایی حس می کنید که بیشترین نیاز را به امنیت دارید ؟
مربیان عزیز !

در قسمت، «چطور فکر میکنی ؟» میتوانید به صورت متمرکز در رابطه با تعلیم پیش رو از نوجوانان نقطه نظرات و طرز فکرشان را بیسید . برای پرسیدن سوالات و رسیدن به نظر اصلی ایشان میتوانید از جملاتی مثل : «این موضوع چه احساسی به تو میدهد ؟» یا «چطور میتوانیم برای این موضوع راه حلی پیدا کنیم ؟» استفاده کنید.

- به نوجوانان این موضوع را بگویید که این فضا ، فضایی است که آنها میتوانند ایده ها، احساسات و طرز تفکر خود را به صورت آزادانه و به دور از ترس از قضاوت شدن مطرح کنند.
- به نوجوانان توضیح دهید که تمام نظرات مهم و ارزشمند است و همگی ما باید به تنوع و تفاوت های دیدگاه هایی که دارا هستیم احترام بگذاریم.
- پس از شنیدن تمام صحبت های نوجوانان، میتوانید تمام نظرات را جمع بندی کرده و گفته های ایشان را پلی قرار دهید تا وارد تعلیم اصلی خود شوید.

۱ | رد بول روحانی (تعلیم) : ۲۰ دقیقه

گنجشکی کوچک که در لانه است ، کودکی که در زمان حضور مادرش احساس خوشایندی را تجربه میکند ، امنیتی که درست مثل روز اول به صاحب خود بازگردانیده می شود ، حصار چوبی که به دور یک نهال کوچک و جوان کشیده شده ..

بعد از فکر کردن به این موقعیت ها چه احساسی را تجربه می کنیم ؟
به احتمال زیاد جواب ما ، تجربه ی آرامش خاطر یا همان امنیت است . با وجود اینکه امنیت یک حس درونی تجربه شدنی است اما عامل و دلیلی که آن را حس می کنیم معمولا مربوط به چیزهایی است که در اطراف (بیرون) ما اتفاق می افتد و ما می توانیم آن را ببینیم ، بشنویم ، درک کنیم و در آخر آن را احساس کنیم
یعنی در زندگی ، شرایط و اتمسفرهای مختلفی می توانند احساساتی مثل امنیت و یا ناامنی را در ما به وجود بیاورند .

امنیت یعنی فضایی که ما در آن اطمینان داریم چیزی را از دست نمیدهیم و حریم خصوصی ما مورد حمله و یا خطر قرار نمی گیرد . تمام مثال ها و موقعیت هایی که خواندیم تداعی کننده ی همین احساس امنیت و حفاظت هستند و در شرایط های مختلف این پیغام را به همراه دارند که با وجود تمام خطر ها و مشکلات و ناملایمت ها ، جایی هست که می توان در آن فارغ از تمام این ترس ها ، امنیت و راحتی را تجربه کنیم .

بی شک که یکی از مهم ترین مورد در دسته ی امنیت برای ما ، امنیت فیزیکی و اجتماعی است ، اما علاوه بر این جنس از امنیت ما به روابط امن یا بهتر است بگوییم به اشخاص امنی نیاز داریم که از طریق ایشان این روابط امن را شکل دهیم و از آن ها کمک بگیریم

کلام خداوند در کتاب جامعه باب ۴ آیه ی ۱۰ به ما می گوید:

اگر یکی بیفتد ، دیگری رفیق خود را بلند خواهد کرد. اما وای بر آن که تنها بیفتد و کسی نباشد او را برخیزاند

ما در جنبه های مختلف از زندگی مان مخصوصا در زمان هایی که از سختی یا چالش های خاصی عبور می کنیم ، نیاز به حضور و مشورت با یک شخص داریم که با او احساس راحتی می کنیم و در عین حال می توانیم در هر زمینه ای به او اعتماد کنیم

- در چه ابعادی از زندگی به حضور اشخاص امن نیاز داریم ؟

۱. بُعد ایمانی / روحانی :

در مسیر ایمان مسیحی مان به عنوان یک نوجوان ممکن است با تجربیات مختلفی روبه رو شویم. اگر به تازگی به خداوند عیسی مسیح ایمان آورده ایم یا مدت زیادی از ایمان مان به خداوند نمی گذرد ، حضور یک شخص امن و با تجربه در زندگی روحانی مان می تواند تاثیر بسیار زیادی بر روی رشد و دلگرمی ما در ایمان مان شود

به عنوان نوجوانان مسیحی ممکن است گاهی احساس دلسردی کنیم و یا فکر کنیم به دلیل اشتباهات و ضعف هایی که داریم ، مسیحی خوب و شایسته ای نیستیم... یک شخص امن مسیحی می تواند در این مسیر ما را راهنمایی کند و حتی از ضعف ها و یا چالش های مشابهی که خودش نیز با آن روبه رو شده به ما تجربیات خوب روحانی و مشورت های درستی که بر پایه ی کلام خداوند است بدهد.

کتاب امثال باب ۱۷ آیه ی ۱۷ (دوست در همه حال محبت می کند، و برادر برای روز تنگی به دنیا آمده است)

۲. بُعد روحی/روانی :

در زندگی روزمره مخصوصاً به عنوان یک نوجوان مسیحی یا به طور کلی به عنوان یک ایماندار به عیسی مسیح ممکن است مورد ضدیت ها و یا فشارهای اجتماعی قرار بگیریم . حتی شاید به خاطر شرایط امنیتی و قانونی کشوری که در آن زندگی می کنیم ، نتوانیم به صورت آزادانه و آشکارا ایمان مسیحی خود را اقرار کنیم و یا بالعکس به خاطر اقرار به ایمان به عیسی مسیح در جامعه ، در شرایط هایی مورد خیلی از آزارها قرار بگیریم

در این وقت هایی که ممکن است از نظر روحی احساس خستگی ، تنهایی و یا حتی افسردگی کنیم نباید تنها بمانیم . وجود یک شخص امن در این دوران از زندگی ما در بُعد روحی به ما کمک می کند تا احساس کنیم در برابر این مشکلات و چالش ها تنها نیستیم یا ما تنها فردی نیستیم که در این کره ی خاکی این احساسات را تجربه می کند ...! در ادامه وقتی با شخص امن زندگی مان چالش ها و بحران های روحی خود را درمیان می گذاریم این امکان برای ما ایجاد می شود تا در برابر هجوم احساسات منفی یا افسردگی تاب آوری بیشتری داشته باشیم . افراد امن می توانند با همدلی و حضور موثر خود در زمان های حساس و مورد نیاز به ما کمک کنند تا در برابر فشارها و چالش های پیش آمده تقویت شویم و با درمیان گذاشتن قلب و احساساتمان و کمک گرفتن از حضور خداوند ، روحیه خود را بازسازی و احیاء کنیم

رساله ی دوم قرنیتیان باب ۷ آیه ی ۶ (اما خدایی که افسردگان را دلگرمی می بخشد ، با آمدن تیتوس ما را دلگرم ساخت .

۳. بُعد عاطفی/ احساسی :

همگی ما از اهمیت احساسات با خبر هستیم و می دانیم خداوند ما را به گونه ای خلق کرده که محبت بدهیم و محبت دریافت کنیم . وجود اشخاص امن در زندگی ما باعث می شود تا در جامعه کمتر احساس تنهایی کنیم و به جای آن بدانیم که چقدر از طرف خداوند و این شخص امن پذیرفته شده و عزیز هستیم . یک شخص امن می تواند در زمان های درست و به جا ، توانایی و استعداد هایی که خداوند به ما بخشیده را به ما یادآوری کند و کمک کند تا دقیقاً بدانیم به عنوان فرزند خداوند چقدر عزیز و دوست داشتنی هستیم (حتی اگر اطرافیان و دنیا این حس را به ما ندهند) وقتی ما اشخاص امنی را در زندگی خود داریم از نظر احساسی و عاطفی از امنیت بیشتری برخوردار خواهیم بود چراکه این افراد به جای لطمه زدن به ارزش ها و پایمال کردن احساسات و عواطف ما ، به ما کمک می کنند تا عمیقاً حس حمایت شدن و محبت را تجربه کنیم و در روابط های خانوادگی ، اجتماعی ، روحانی نیز از این اعتماد برخوردار باشیم

کتاب امثال باب ۱۸ آیه ی ۲۴ (چه بسا دوستان که یکدیگر را به نابودی می کشند ، اما دوستی هم هست که از برادر چسبنده تر است .)

۴. بُعد شخصیتی/اخلاقی :

افراد امن در زندگی ما می توانند به ما کمک کنند تا ارزش ها و اصول اخلاقی که بر پایه ی کلام خداوند است را تقویت کنیم . آنها همیشه می توانند الگوهای بسیار عالی را از رفتار ، طرز صحبت و فکرشان در ذهن ما به جا بگذارند . ما بیشترین تاثیر را از افرادی می پذیریم که زمان های بیشتری را

با آنها می‌گذرانیم یا به گونه‌ای آنها را در مواردی تأیید می‌کنیم و الگوی خود قرار می‌دهیم. تاثیر رفت و آمد و معاشرت با افراد بر ما از نظر علمی و روان‌شناختی با گذر زمان اتفاق می‌افتد و بسته به نوع رابطه و تعاملات، این تاثیرات ممکن است سریع و یا تدریجی باشد. وجود شخص امنی که در اخلاقیات و رفتارهایش مسیح‌محور است، سبب می‌شود تا با الگو برداری و کمک از این اشخاص بتوانیم ویژگی‌های خوب را در خودمان تقویت کنیم و ویژگی‌هایی که در ما نیاز به اصلاح دارند را نیز تشخیص بدهیم

کتاب امثال باب ۱۳ آیه ۲۰ (همنشین حکیمان حکیم گردد، اما رفیق جاهلان زیان بیند.)

در تمامی این ابعاد ما نیاز داریم تا شخصی در کنار ما باشد که ما را محبت کند، مشورت دهد، دلگرمی و تشویق کند و الگوی مناسبی برای ما باشد
شاید اشخاص متفاوتی بتوانند این نقش را در زندگی ما بر عهده بگیرند اما «امن» نباشند...!
تمام نکاتی که در مورد افراد امن مورد تحسین قرار می‌دهیم که باعث می‌شود آنها در ابعاد متفاوت نیز بتوانند به ما کمک کنند می‌تواند حالت مقابلی هم داشته باشد
اگر ما جایگاهی را برای حضور شخص یا اشخاص امن در زندگی خود نداشته باشیم، ممکن است افراد اشتباه و نامناسبی این جایگاه را در زندگی ما پر کنند که واقعا اشخاص مناسبی برای ما نیستند و مشورت و حضور آن‌ها در زندگی باعث آسیب و تاثیرات منفی بر ما می‌شود

- ما در زمان‌هایی که ...
 - از بحران‌های احساسی عبور می‌کنیم ...
 - در زمان استرس و اضطراب قرار داریم...
 - در بحران‌های مالی و اقتصادی هستیم...
 - از یک بیماری یا مشکل سلامتی می‌گذریم...
 - در تصمیم‌گیری‌های حساس و مهم زندگی هستیم ...
 - از شکست و ناکامی‌ها می‌گذریم...
 - در زمانی که احساس انزوا یا تنهایی می‌کنیم...
 - با تغییرات بزرگ در زندگی مواجه می‌شویم...

به حضور اشخاص امن در زندگی نیاز داریم تا وجود آنها به عنوان افرادی باتجربه و خداترس باعث شود تا در مواقع خاص از زندگی از بروز اشتباهات و یا تصمیم‌های ناگهانی که جبران‌ناپذیر هستند جلوگیری کنیم.

وقتی به مهم بودن این زمان‌ها و تصمیماتی که در آن می‌گیریم پی می‌بریم، خیلی بیشتر متوجه میشویم که چقدر باید به این موضوع بیشتر فکر کنیم که چه کسانی در زندگی ما هستند که می‌توانیم روی کمک‌شان حساب کنیم

- چرا به اشخاص امن نیاز داریم؟

۱. ما به اشخاص امن نیاز داریم تا تشویق و حمایت بشویم:
کتاب مقدس به ما یاد می‌دهد که علاوه بر تشویقی که ما از خداوند دریافت می‌کنیم، به تشویق یکدیگر هم نیاز داریم

رساله ی افسسیان باب ۶ آیه ی ۲۱ و ۲۲ (برای آنکه از احوال من آگاه باشید و بدانید چه می کنم ، تیخیکوس ، برادر عزیز و خادم وفادار در خداوند ، همه چیز را به شما خواهد گفت . من او را به همین منظور نزدتان می فرستم تا از احوال ما آگاه شوید ، و تا او شما را تشویق کند .)

ما معمولا پولس را مثل یک ابرقهرمان در ذهن مان تجسم می کنیم و با خودمان فکر می کنیم او آن قدر روحانی و کامل بود که به هیچ کسی نیاز نداشت ! اما وقتی نامه های پولس را در عهد جدید می خوانیم متوجه ی یک نکته ی جالب می شویم و آن هم این است که خود پولس رسول بارها در نوشته هایش به این موضوع اشاره کرده که محبت و تشویق افراد ، او را در وضعیت های سخت کمک کرده است . ما هیچ وقت آنقدر کامل و قوی نیستیم که از تشویقی که خدا از طریق دیگران برای ما فراهم می کند ، بی نیاز باشیم . او ما را به این شکل آفریده است : « دو از یک بهترند ، زیرا ایشان را از محنت شان و اجرت نیکو حاصل می شود . » کتاب جامعه باب ۴ آیه ی ۹

۲. ما به اشخاص امن نیاز داریم تا ریشه بگیریم:

در زمان آب و هوای سخت و طوفانی ، تنها گیاهانی دوام می آورند که در دل زمین ریشه گرفته باشند ... و در زمان بحران ها و مشکلات طاقت فرسای زندگی هم ایماندارانی دوام می آورند که در خداوند ریشه گرفته باشند ..

ما به عنوان نوجوانان مسیحی باید به اهمیت این موضوع پی ببریم که نیاز است تا به جایی وصل باشیم و در آن ریشه بگیریم . خداوند عیسی مسیح در انجیل یوحنا باب ۱۷ آیه ی ۱۱ و ۱۲ برای ما اینطور دعا می کند : « ای پدر قدوس ، آنان را به قدرت نام خود که به من بخشیده ای حفظ کن ، تا یک باشند ، چنانکه ما هستیم . و من جلالی را که به من بخشیدی ، بدیشان بخشیدم تا یک گردند ، چنانکه ما یک هستیم . »

عیسی مسیح می دانست که فرزندانش باید برای یکدیگر امن باشند تا بتوانند نقشه و هدفی که برایشان در نظر داشت به انجام برسانند

کتاب مقدس از بدن مسیح (کلیسا) به عنوان « پیوند شده در محبت » یاد میکند . این پیوند حمایتی را که برای رشد و تحمل سختی ها به آن نیاز داریم را به ما می دهد . ما باید در بدن مسیح که مکان امنی برای ما است ریشه داشته باشیم تا بتوانیم قوت و توانایی کسب کنیم . ایمان داریم که خداوند وفادار است و او در صحن های خانه ی خودش برای ما دوستان و اشخاص امن و روحانی را قرار می دهد که باعث می شوند ما هر چه بیشتر با مسیح و بدن او یعنی کلیسا صمیمی بشویم و ریشه بگیریم

۳. ما به اشخاص امن نیاز داریم تا اصلاح و تادیب بشویم :

گاهی وقت ها بدون اینکه حتی متوجه این موضوع باشیم ، مجموعه ای از الگوهای رفتاری اشتباه را در روابط مان انجام میدهیم . در صورت وجود اشخاص امن و دلسوز در زندگی مان ، آنها نه از سر تخریب یا سرزنش بلکه از سر محبتی که به ما دارند به ما گوشزد می کنند که در چه قسمت هایی نیاز است تا رفتارهایمان را تغییر دهیم . حتی ممکن است ما از بیشتر قسمت هایی که در آن نیاز به تغییر داریم خبر نداشته باشیم و اگر تذکر و تادیب های اشخاص امن در زندگی ما وجود نداشته باشد ممکن است تا ابد با همان سبک رفتاری اشتباه به زندگی مان ادامه دهیم ...

این موضوع نکته ی بسیار مهمی ست چون اغلب اوقات ما از قسمت هایی که در آن به بیشترین تغییر نیاز داریم ، اطلاعی نداریم یا شاید هم نسبت به تغییر در آن مقاومت نشان می دهیم .

ما به افراد امنی نیاز داریم تا ما را با محبت از رفتار اشتباهمان آگاه کند و در برابر طغیان های ما بایستند.

۴. ما به اشخاص امن نیاز داریم تا شفا را دریافت کنیم: وقتی از یک بحران جدی یا موضوع قدیمی در زندگی خود آسیب و صدمات جدی دیده ایم ، باید خداوند و افراد امنی را در کنار خودمان داشته باشیم تا سوگ و ماتم آن چیزی را که از دست داده ایم را فراموش کنیم

دقیقا مثل چیزی که پولس رسول در رساله اش به قرنتیان گفت : « ای قرنتیان ، ما بی پرده با شما سخت گفتیم و دل خود را بر شما گشودیم . ما محبت خود را از شما دریغ نمی داریم . شما باید که مهر خود را از ما دریغ می کنید . با شما همچون فرزندانم سخن می گویم پس شما نیز دل خود را بر ما بگشایید .» دوم قرنتیان باب ۶ آیه ی ۱۱ الی ۱۳
خیلی از افراد شفا نمی گیرند چون در بدن مسیح «دل خود را بر دیگران باز نمی کنند»

تا به اینجا توضیحات و قسمت های مختلفی از کتاب مقدس را با هم بررسی کردیم که به ما این موضوع را ثابت می کند که چقدر خداوند شخص امن و وفاداری است و همینطور این دعوت را برای ما دارد تا علاوه بر حضور او ، در زندگی خودمان نیز اشخاص امنی را داشته باشیم و با آنها در مصاحبت و مشارکت قرار بگیریم

| سبد گفتگو : ۱۰ دقیقه

مربیان عزیز!

این قسمت برای تبادل نظر و تقسیم برکات و نظرات نوجوانان نسبت به تعلیم به شکل گروهی و یا انفرادی است

قبل از شروع مشارکت ، برگه و یا مقوای سفیدی را به عنوان کارت آماده کنید و روی آن سوال هایی که برای شما قرار داده شده است را یادداشت کنید

- یک فضای متفاوت و دوستانه تر برای انجام بخش سبد گفتگو انتخاب کنید . میتوانید دور یک میز و یا به شکل دایره بنشینید .
- به نوجوانان توضیح دهید که هدف این وقت برای ایجاد یک فضای امن برای به اشتراک گذاشتن نظرات و برکات بعد از تعلیم است .
- سبد یا ظرفی را برای قرار دادن کارت ها انتخاب کنید و آن را در مرکزی ترین نقطه ی مشارکت قرار دهید. (به دلیل وجود ۲ سوال ثابت در هر درسنامه ، میتوانید به صورت یکی در میان روی هر کارت ، این دو سوال را یادداشت کنید و یا اگر مایل هستید تا سوال دیگری را اضافه کنید میتوانید تعداد سوالات بیشتر و متنوع تری داشته باشید)
- از نوجوانان بخواهید تا به نوبت یک کارت را بردارند و سوال یا موضوع آن را بخوانند .
- نوجوانی که کارت را برداشته با توجه به سوال نوشته شده بر روی برگه ، پاسخ میدهد و درباره ی آن صحبت میکند .

- اگر گفتگو به آرامی پیش میرود ، میتوانید با سوالات راهنما یا مثال های خود به جریان و ادامه ی گفتگو کمک کنید.
- از این موضوع مطمئن شوید که همه ی نوجوانان فرصت صحبت کردن را دارند و در این فضا احساس راحتی میکنند.

سوال اول : چطور می توانی تفاوت بین یک دوست امن و یک فردی که احساس امنیت به تو نمی دهد را تشخیص دهی ؟

سوال دوم : چگونه می توانی به دوستان و اطرفیانت نشان دهی که برایشان افراد امنی هستی و میتوانند به تو اعتماد کنند ؟

آیه ی حفظی مجموعه :

مهربان عزیز !

در تمام مجموعه های پیش رو ، آیه های کلیدی وجود دارد که تمامی تعالیم و جزئیات درسنامه به شکل متمرکز و حول محور این آیات نوشته و طراحی شده اند . میتوانید در جلسه ی اول ، آیه ی حفظی مجموعه را با نوجوانان درمیان بگذارید و از ایشان بخواهید ، تا هفته ی آینده این آیه را حفظ کنند

آیه ی حفظی مجموعه :

جامعه باب ۴ آیه ی ۱۰

اگر یکی بیفتد ، دیگری رفیق خود را بلند خواهد کرد . اما وای بر آن که تنها بیفتد و کسی نباشد او را برخیزاند!

استراتژی های عملیاتی (قدم عملی هفته) :

مهربان عزیز !

در قسمت «استراتژی های عملیاتی» ، نوجوانان را برای انجام شنیده ها و ایده های مطرح شده شان در قالب یک عمل و سبک تفکر جدید دعوت و تشویق خواهیم کرد
هدف ما برای نوجوانان این است که این عزیزان نه تنها درباره «اشخاص امن» و نحوه ی تشخیص این افراد بیاموزند بلکه با اقدامات عملی و قدم های روحانی بتوانند این مفاهیم را در زندگی روزمره خود به کار گیرند .

- عملی کردن آموخته ها و ایده ها باعث میشود تا نوجوانان احساس کنند که میتوانند به رشد روحانی و تغییرات تازه دست پیدا کنند . این بخش فرصتی است برای به کارگیری آموخته ها و تقویت نقش شان به عنوان یک نوجوان مسیحی .

استراتژی عملی هفته :

با توجه به آنچه که امروز از اهمیت حضور اشخاص امن و تشخیص شان از افراد ناامن یاد گرفتیم ، در طول این هفته دعا کنید و با هدایت قلبی و مشورت از خداوند بخواهید تا این شخص را به شما نشان دهد . اگر این شخص امن در زندگی شما حضور دارد می توانید با فرستادن یک پیغام محبت آمیز از او بخاطر حضور موثر و دلگرم کننده اش تشکر کنید و در راستای کمک و مشورت بیشتر با او در ارتباط و همدلی بمانید (حتی این موضوع می تواند دعا کردن این شخص برای شما باشد)

زمان بازی و سرگرمی های چالشی : ۱۵ دقیقه

مربیان عزیز! هدف ما از طراحی و برگزاری این وقت برای نوجوانان این است که از طریق فعالیت های سرگرم کننده ، روابط بین نوجوانان را تقویت شود و آنها عمیقاً این احساس را داشته باشند که بخشی از این خانواده و تیم هستند

- در زمان بازی و سرگرمی ، ما به دنبال ایجاد فضایی شاداب و جذاب برای نوجوانان هستیم که در آن نه تنها سرگرم شوند ، بلکه مهارت های همکاری و تفکر انتقادی خود را نیز تقویت کنند .
- بازی ها و چالش های این قسمت طراحی شدند تا نوجوانان را به تعامل بیشتر با یکدیگر و اشتراک گذاری ایده ها تشویق کنند.
- نیاز است تا شما مربیان عزیز ، این فرصت و بستر را برای نوجوانان عزیز فراهم کنید تا در فضایی امن و حمایتگرانه با یکدیگر رقابت کنند تا همزمان با بازی و سرگرمی ، درس هایی در رابطه با احترام به یکدیگر ، کنترل هیجانات ، اعتماد و کار گروهی را بیاموزند . این تجربه ها نه تنها به ایشان اجازه میدهد تا مهارت های اجتماعی خود را تقویت کنند بلکه به ساختن خاطرات زیبا و لحظات به یاد ماندنی در ایام نوجوانی شان در خانه ی خداوند بسیار کمک خواهد کرد .

بازی و سرگرمی مشارکت :

« بازی جاسوس در میان ما »

- یکی از نوجوانان را به عنوان داور این بازی انتخاب کنید .
 - داور باید یک موضوع یا مکان خاص را برای بازی انتخاب کند مثلاً (مدرسه ، سینما ، جنگل ، بستنی ، فضانوردی و...)
 - در ادامه داور یکی از بازیکنان را به صورت تصادفی به عنوان شخصیت «جاسوس» انتخاب می کند.
 - و بقیه ی شرکت کنندگان هم در طول بازی باید تلاش کنند تا تشخیص دهند که شخصیت «جاسوس» کیست؟
- همه ی نوجوانان به غیر از بازیکن شخصیت «جاسوس» باید در مورد مکان یا موضوعی که برای بازی انتخاب شده ، اطلاع داشته باشند (داور بازی میتواند نقش ها را از طریق کارت یا حتی نرم افزار این بازی بین نوجوانان پخش کند)
- هر بازیکن باید به نوبت یک سوال در رابطه با موضوع بازی از نفر بعدی بپرسد (اما این سوال نباید

این امکان را به جاسوس بدهد تا دقیقاً به موضوع انتخاب شده بین شرکت کنندگان پی ببرد (پس همه ی بازیکن ها باید تمام تلاش شان را بکنند تا موضوع بازی را پنهان نگه دارند و سوالات را مبهم بپرسند

در حین بازی شخصیت جاسوس باید سعی کند خود را با باقی بازیکن ها هماهنگ کند و سوالات را به شکلی بپرسد تا شناخته نشود

- بعد از پایان دور اول سوالات هر نوجوان باید حدس بزند که شخصیت جاسوس چه کسی ست و داور رای همه را جمع میکند .
- اگر حدس و رای بازیکنان راجب به شخصیت جاسوس درست باشد ، شرکت کننده ها برنده هستند.
- و اگر جاسوس نتواند شناخته شود و رای جمع اشتباه باشد ، شخصیت جاسوس برنده است
- پس از هر دور بازی ، داور عوض می شود و می توانید برای هیجانی تر کردن بازی چند شخصیت جاسوس را اضافه کنید .