

امن باشو امن بيون

شخص امن و شباهت به مسیح

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 جمله ی ساده، فضایی گرم و دوستانه برای نوجوانان ایجاد کنید. این زمان، زمان مناسبی است تا درباره ی روزمرگی‌ها، تجربیات اخیرمان و هفته ای که گذرانیدیم صحبت کنیم. هدف ما این است که همه ی 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. به‌علاوه، می‌تواند به شکستن یخ جمع کمک کند و در قسمت صبحت و تعامل، همه را به مشارکت تشویق کند.

هفته ی گذشته در یک نگاه : ۵ الی ۱۰ دقیقه

مربیان عزیز!

در این فرصت می‌توانید حس و حال نوجوانان را نسبت به مشارکت هفته ی گذشته بررسی کنید و از ایشان بخواهید تا در صورت تمایل و داشتن برکاتی از هفته ی گذشته آن را با سایر دوستانشان در میان بگذارند. همچنین می‌توانید از ایشان بخواهید تا تجربیاتشان را در رابطه با قدم عملی هفته ی پیش بیان کنند و در صورت تمایل اشاره کنند که چه قسمت هایی برایشان، درس و یا پیامی به همراه داشت و به طور کلی چه حسی نسبت به این فعالیت داشتند.

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 (یوتیوبی) / 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 می‌کنیم 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 پیغامها و برکات پرستشی خیلی کوتاه به ایشان فرصت بدهید

سرود پرستشی اول

سرود پرستشی دوم

ا | پیش به سوی؟! هدف!!! ۵ الی ۱۰ دقیقه

هدف درس: نوجوانان در این درس خواهند آموخت که یک شخص امن تلاش می کند تا به شباهت خداوند مسیح دربیاید و ما را هم در این مسیر تشویق و راهنمایی می کند. نوجوانان با پی بردن به این موضوع، شخص امن خود را انتخاب می کنند

ا | چطور فکر میکنی؟ ۱۰ دقیقه

سوال اول: فکر میکنید تا چه اندازه به مسیح شبیه شده اید؟

سوال دوم: به عنوان یک شخص امن مهمترین کاری که میتوانیم در زندگی بقیه انجام بدهیم چیست؟
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

ا | رد بول روحانی (تعلیم): ۲۰ دقیقه

لطفا متن تعلیم را در این قسمت قرار دهید.

طی هفته های گذشته یاد گرفتیم که چرا نیاز به افراد امن داریم؟ رابطه امن چطور میتونه روی رابطه من با مسیح و کلیسا تاثیرگذار باشد؟

یاد گرفتیم که داشتن شخص امن در زندگی مسیحی چقدر میتونه مهم باشه و تاثیرگذار.
امروز رو با یک قدم عملی شروع کنیم؛ یکی از نوجوانان شما روی پیرهن خودش مقدار تقریباً زیادی عطر

میزند و یک نفر رو بغل میکند، شخص دوم هم یک نفر دیگه رو بغل میکنه. شخص سوم (آخرین نفر) اجازه بده که نوجوانان لباسش رو بوکنند (اگر جلسه نوجوانان شما آنلاین برگزار شده است این قسمت رو به طور عملی اجرا نکرده و فقط این مراحل رو توضیح دهید و موضوع را به سمتی ببرید که تاثیر عطر شخص اول بر لباس آخرین نفر به وضوح مشخص شود)

همونطور که دیدید عطر خوش نفر اول بر روی لباس شخص سوم هم مشخص بود و تاثیر گذاشته بود. یکی از مهمترین خصوصیات شخص امن این است که بتواند ما را شبیه به مسیح کند، خودش رابطه نزدیکی با مسیح داشته باشه و عطر خوش مسیح روی لباسش قابل استشمام باشه و زمانی که ما رو در آغوش میکشد عطر خوش مسیح را به ما هم انتقال دهد. طبق غلاطیان باب ۲ آیه ۲۰ زندگی یک ایماندار بعد از ایمان به مسیح شبیه شدن است پس این هدف همه ما هست که به شباهت مسیح در بیاییم و وجود یک شخص امن که خودش آغوش مسیح را تجربه کرده است به ما هم کمک میکند تا شبیه تر به عیسی فکر کنیم، تصمیم بگیریم و عمل کنیم

شخص امن به وجود عیسی زنده و کلام مقدس خدا بی تفاوت نیست و به ما کمک میکند که ما هم بی تفاوت نباشیم؛ بودن شخص امنی که بی تفاوت به حضور قدوس خدا نیست میتواند در چالش‌ها و وسوسه‌ها کمک بسیار خوبی برای ما باشد

در کتاب اول سموئیل باب ۲۳ آیه ۱۶ اینطور میگه: «پس یوناتان پسر شائول برخاسته، به حورش نزد داوود رفت و دست او را در خدا تقویت کرد.»

یوناتان دوست و شخص امن در زندگی داوود بود، در سختی‌های داوود یوناتان با قوتی که از رابطه خودش با خداوند گرفته بود مسافتی رو طی میکنه تا بره و به داوود قوت ببخشه؛ این نقش شخص امن در زندگی ما هست

شخصی که یوناتان در شرایط سخت او رو قوت میبخشه، تبدیل میشه به پادشاه اسرائیل که قوم خداوند رو رهبری میکنه، بهوه خدا رو میپرسته و نام او رو بلند میکنه. اگر یوناتان وقت شخصی با خدا نمیداشت نمیتوانست فکر خدا و اراده خدا نسبت به داوود رو متوجه بشه تا بتونه در این راه به داوود کمک کند؛ پس نباید فراموش کنیم شخصی که هیچ زمانی با عیسی نداره قابلیت شبیه شدن به عیسی رو هم نداره و نمیتواند در پادشاهی او قدمی بردارد. شخص امن باید در روزش وقتی رو با عیسی داشته باشه تا بتونه از عطر رابطه خودش به بقیه انتقال بده. پس این یکی از مهمترین معیار برای انتخاب شخص امن هست

این تعاریف از شخص امن فقط برای افراد دیگه نیست که در زندگی ما هستند، ما هم در در زندگی افراد نقشی داریم و باید تلاش کنیم تا یک شخص امن باشیم

برای یک شخص امن بودن احتیاج داریم به داشتن زمان با خداوندمون عیسی تا به شباهت او در بیاییم و بتونیم در زندگی افراد نقش موثری داشته باشیم. شباهت به مسیح به ما کمک میکند تا محبت خدا رو به افراد نشون بدیم، نقشه‌ای خدا برای افراد دارد رو برای آنها یادآوری کنیم و در اینها رو قوت ببخشیم، در دعا آنها رو پشتیبانی کنیم و اگر در سختی بودند به کمک آنها بشتابیم

پس یک شخص امن که شبیه به عیسی است مسئولیت بسیار بزرگی در زندگی ایمانی ما و هم در زندگی شخصی ما دارد

همونطور که انتخاب شخص امن میتونه و رفتار و تصمیمات ما رو شبیه به عیسی بکند و باعث بشه تا اگر کسی ما رو از بیرون ببینه شباهت ما به مسیح رو متوجه بشه، ما هم برای دیگران میتونیم

اشخاص امنی باشیم که دست این افراد رو در دست مسیح بگذاریم و بتونیم کمک بکنیم تا این افراد به شباهت مسیح دربیایند. هرچند که نباید فراموش کنیم که مهمترین معیار شخص امن این هست که اغوش مسیح رو چشیده باشه و عطر خوش مسیح همراهش باشه، و ماندگاری این عطر نیاز به وقت های روزانه با عیسی دارد تا اثرش رو از دست ندهد

تاثیر شخص امن رو با هم دیدیم، حالا میخوایم به این سوال جواب بدیم که ما چطور شخص امن باشیم؟ همانطور که اشخاص امن به ما کمک میکنند تا رشد کنیم ما هم در زندگی افراد دیگری نقشی ایفا میکنیم پس باید یاد بگیریم که چطور میتونیم شخص امنی باشیم

قدم اول: وقت گذاشتن با مسیح

مهمترین شاخصه شخص امن وقت داشتن مداوم با مسیح است زیرا مسیح امنترین شخص در تاریخ بوده و هست

زمان داشتن با مسیح به ما آموزش میدهد تا چطور شبیه به او شخصی امن باشیم. تمرین قدم اول: از همین امروز شروع کنید به وقت داشتن با مسیح، برای شروع حتی میتوانید ۱۰ دقیقه خود را به این کار اختصاص دهید. در این زمان برای خودتان و اطرافیانتان دعا کنید و اجازه بدید خدا به شما نشان دهد که چه شخصی به شما نیاز دارد و شما چطور میتوانید به او کمک کنید. این کار را با قدم های کوچک تبدیل به یک عادت مداوم بکنید

قدم دوم: در جای درست قرار بگیرید

«شما زمانی تاریکی بودید، اما اکنون در خداوند نور هستید. پس همچون فرزندان نور رفتار کنید.» افسسیان ۸:۵

به مکان هایی که میروید و افرادی که با آنها معاشرت میکنید دقت کنید، میدانید که به عنوان نوجوانان مسیحی شما باید نور باشید و بدرخشید. خودتان را مشغول تاریکی های این دنیا نکنید بلکه تلاش کنید تا آنچه از مسیح در خلوت هایتان دریافت کردید را آشکارا به مردمی که به ان نیاز دارند انتقال دهید فراموش نکنید که شما همکار خداوند نیز هستید پس وظیفه شما این هست که از فرصت ها استفاده کنید تا قوت و محبت مسیح رو به دیگران نشان بدهید، درست مثل یوناتان که برای قوت بخشیدن داوود در خداوند مسافت زیادی رو طی کرد شما هم برای قوت بخشیدن افراد در خداوند قدم بردارید

قدم سوم: ماموریت رو انجام بده

در مشارکت بمانید، شما جزوی از بدن مسیح هستید پس وظیفه ای دارید که باید در این بدن انجام بدهید. در کلیسا بمانید و وظیفه خود را به عنوان یک شخص امن انجام دهید. دقت کنید کجای این بدن نیاز به شما دارد ماموریت خودتون رو در اون قسمت انجام بدید

| سبد گفتگو: ۱۰ دقیقه

مهربان 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:** کجا نمیتوانی برای مسیح به عنوان نور عمل کنی؟
- **سوال دوم:** از ۱۰۰-۰ فکر میکنی افرادی که اطرافت هستند چقدر به مسیح شباهت دارند؟

آیه ی حفظی مجموعه :

مهربان عزیز!

در این زمان میتوانید به صورت بسیار کوتاه، به آیه ی مجموعه اشاره کنید و از نوجوانان درخواست کنید تا این آیه را از حفظ بگویند. میتوانید برای پرسیدن آیه ی حفظی از روش های متفاوت و خلاقانه ای استفاده کنید

آیه ی حفظی مجموعه:

جامعه ۱۰:۱۴

استراتژی های عملیاتی (قدم عملی هفته) :

مهربان عزیز!

در قسمت «استراتژی های عملیاتی»، نوجوانان را برای انجام و عملی ساختن شنیده ها و ایده های مطرح شده شان در قالب یک حرکت و سبک تفکر جدید دعوت و تشویق خواهیم کرد

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

استراتژی عملی هفته :

زمان گذاشتن با عیسی رو شروع کن، روزی ده دقیقه با عیسی وقت بزار میتوانید در طی هفته بعد از هر وقت شخصی با عیسی یک ایه درگروه نوجوانان قرار بدهید تا برکتی که از عیسی گرفتید را با دوستان خود به اشتراک بزارید

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 کارگروهی 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:

۵۰ کاغذ در جاهای مختلف سالن قرار دهید(روی کاغذ ها مشخصه یک شخص امن یا ناامن را بنویسید، حتی میتوانید به مکان ها یا عاداتی اشاره کنید که اشخاص امن اونجا قرار نمیگیرن و یا اون عادت رو ندارند)

نوجوانان را به دو یا سه گروه تقسیم کنید و برای هر گروه یک جعبه در نظر بگیرید. با شروع زمان مسابقه گروه ها به جستجو پیدا کردن خصوصیات اشخاص امن میکنند و بعد از گذشت ۱۰ دقیقه (با توجه به تعداد نوجوانان شما این زمان میتونه کمتر یا بیشتر بشود) همه گروه ها با جعبه ها و کاغذ هایی که پیدا کردند جمع میشن و گروهی که بیشترین شاخصه افراد امن رو پیدا کرده برنده میشود