



Temat: DOJRZEWANIE: SKĄD TYLE PROBLEMÓW?

a) Cel dydaktyczny: Poznanie sposobów radzenia sobie z problemami okresu dojrzewania.

b) Cel wychowawczy: Zachęcić do szukania wsparcia oraz rozbudzić chęć niesienia pomocy rówieśnikom w przeżywaniu problemów

Pomoce: karteczki i długopisy x ilość uczestników, Pismo Święte, duża kula plasteliny, kamyki, marker, teksty osób z problemami – załącznik nr 1.

Treść

1. Wstęp - Modlitwa na rozpoczęcie spotkania

W dzisiejszej modlitwie prosimy o łaski dla ludzi młodych, którzy mierzą się z różnymi problemami, aby Jezus ich umacniał i prowadził ku radości. *Animator kończy modlitwę piosenką "Nie bój się, nie lękaj się"*

2. Treść właściwa

I. Widzieć

Wstęp animatora: Jak napisał w swojej książce John Irving: "Częścią dojrzewania jest uczucie, że w twoim otoczeniu nie ma nikogo, kto byłby na tyle do ciebie podobny, żeby cię zrozumieć". Dojrzewanie to jednak nie tylko uczucie, ale i spory problem. Taka jakby próba, która nas kształtuje; która zadecyduje o tym, jakimi dorosłymi będziemy.

- Słowo „Problem” – jakbyś zdefiniował to pojęcie? (*trudnością, przeciwnością losu, niełatwą sytuacją, komplikacją, troską, dylematem, zmartwieniem, utrapienie*)

Podsumowanie animatora: Jak pewnie zauważyliście po swoich wypowiedziach, dla każdego z nas problem jest czymś innym. Dojrzewanie łączy się z masą problemów, od takich błahych jak pryszcz na brodzie poczuwszy, na trudnościach z tatą, który jest alkoholikiem skończywszy.

Praca indywidualna z karteczkami. Rozdam każdemu karteczkę wraz z długopisem i proszę, abyśmy zapisali na tych karteczkach odpowiedź na pytanie: **Jakie są problemy ludzi młodych?**

Po zapisaniu odpowiedzi animator zbiera karteczki i odczytuje. (*niska samoocena, znęcanie się, problemy szkole lub domu, samotność, strach, itd.*)

Podsumowanie: Nasze problemy często biorą się stąd, że coś nie idzie po naszej myśli, że nad czymś tracimy kontrolę i nie potrafimy tego okiełznać, że coś odstaje od naszej rzeczywistości lub jakkolwiek zaburza naszą normalność.

Spróbujmy na dzisiejszym spotkaniu odpowiedzieć sobie na pytanie:

Skąd tyle problemów w okresie dojrzewania?

II. Osądzić

Wprowadzenie w problem: Jeśliby dokładniej przyjrzeć się postaciom z Biblii, dostrzeżemy, że oni wszyscy także mieli swoje problemy. Weźmy na przykład Józefa, syna Izraela, który w młodości został sprzedany przez własnych braci i wywieziony do innego kraju. Albo ewangelicznego syna marnotrawnego, który po stracie pieniędzy, stracił też przyjaciół, błąkał się po obcym kraju, a na dodatek został poniżony poprzez zajmowaniem się świniami.

Jednak nigdy nie jesteśmy z naszym problemem sami. Choćbyśmy czuli się niewiadomo jak samotni, obok nas zawsze będzie Jezus, dla którego jesteśmy najważniejsi. Pomocą w odkryciu tej prawdy niech będzie dla nas Boże Słowo.

Proszę o odczytanie fragmentu:

„Za pełną radość poczytujcie to sobie, bracia moi, ilekroć spadają na was różne doświadczenia. Wiedźcie, że to, co wystawia waszą wiarę na próbę, rodzi wytrwałość. Wytrwałość zaś winna być dziełem doskonałym, abyście byli doskonali, nienaganni, w niczym nie wykazujący braków.” (*Jk 1,2-4*)

- Jaką nadzieję niosą nam słowa listu świętego Jakuba? (*trudności mogą nas hartować*)



Dynamika z kulą: Animator bierze do ręki dużą kulę z plasteliny (najlepiej już miękką), kamyczki i marker.

Teraz proszę was, abyście jeszcze raz wymienili problemy, z którymi zmagają się ludzie młodzi. Uczestnicy ponownie wymieniają problemy, a animator markerem zapisuje pierwszą literę tego problemu na kamyczku (jeden kamyczek na jeden problem) i wgniata je do kulki. Po zaprezentowaniu animator po kolei odrywa od kulki kamyki, uważając, by jej za bardzo nie zniszczyć.

- Co się stało z kulą plasteliny? (są wgniecenia po kamyczkach, kulka się zniekształciła, wygląda inaczej niż wcześniej)

Podsumowanie dynamiki: Tak wygląda człowiek obciążony problemami, dotknięty jakimkolwiek kłopotem. Tak naprawdę, nieważne, czy jesteśmy starzy, czy młodzi, każdy problem zostawia na nas swój ślad. Może się wam wydawać, że zniknięcie problemu wszystko załatwi. Jednak człowiek dalej pozostaje "odkształcony". Jego problemy i zmagania, wszystko, z czym się zmierzył, zostawiło na nim swój trwały ślad, kreując go na takiego człowieka, jakim jest dzisiaj.

Proszę o odczytanie fragmentu:

„Opowiedział im wtedy następującą przypowieść: Któż z was, gdy ma sto owiec, a zgubi jedną z nich, nie zostawia dziewięćdziesięciu dziewięciu na pustyni i nie idzie za zagubioną, aż ją znajdzie?” (Łk 15,3-4)

- Czym charakteryzuje się dobry pasterz? (szuka zagubionej owcy...)

Podsumowanie animatora: Zagubienie owcy często rozumiemy jako odstępienie od Boga, zabłądzenie w swojej wierze, jednak możemy to rozumieć poprzez zagubienie w życiu. Wszelaki problem, który nas dotyka, powoduje zabłądzenie. Wtedy Jezus biegnie ku nam. On nas nigdy nie potępia i w każdej chwili wyciąga rękę, nie zważając na opinię innych ludzi. To w Jezusie znajdziemy umocnienie, siłę do dalszej walki. On nas podźwignie. Nie jesteśmy sami.

Chciałbym teraz, aby chętna osoba odczytała jeszcze jeden fragment z Pisma Świętego:

„Przyjaciół w każdym czasie okazuje swą miłość, staje się bratem na dni nieszczęścia” (Prz 17,17)

- jaka jest wartość posiadania przyjaciela? (staje się bratem, ktoś bardzo pomocny)

- w jaki sposób posiadanie przyjaciela jest pomocne w przeżywaniu problemów? (może nam poradzić, możemy z nim pogadać, on nas wesprze)

- na ile wam udaje się być dobrym przyjacielem, doradcą dla drugich? Macie doświadczenie wspierania drugich w ich problemach? (świadczenie uczestników)

Podsumowanie animatora: Mówi się, że przyjaciele to ciche anioły, które pomagają nam, kiedy nasze skrzydła zapominają jak latać. Przyjaźń to bezgraniczne zaufanie, otwartość, radość i przede wszystkim pomoc. Możemy nie tylko liczyć na wsparcie z ich strony, ale także sami możemy być podporą dla innych

III. Działać

Skoro poznaliśmy, że w obliczu naszych problemów dojrzewania możemy szukać wsparcia u znajomych oraz że sami możemy takiego wsparcia udzielać, chcę rozdać chętnym krótkie teksty, które charakteryzują daną osobę z pewnym problemem. Proszę aby chętni osoby wczuły się w daną rolę, a pozostali proszę aby spróbowali wczuć się w dobrych przyjaciół, którzy spróbują pomóc porozmawiać o danym problemie...

Animator rozdaje chętnym po jednej wypowiedzi bohaterów. Każdą sytuację próbujemy rozwiązać oddzielnie. (załącznik nr 1)

1. Mam na imię Adam, chodzę do liceum. Właściwie, to nie wiem, dlaczego zdecydowałem się tam pójść. Nauka, przygotowania do matury, masa zajęć dodatkowych. Jestem tym wszystkim zmęczony, ale im dłużej siedzę w szkole, tym mniej muszę słuchać narzekań rodziców. Oni chcieliby, żebym brał udział w każdej olimpiadzie, grał na pianinie i nie wychodził z domu nigdzie indziej, jak tylko do szkoły lub zajęcia. Ale ja tego nie chcę, przez co robią mi masę wyrzutów, praktycznie o nic. Czuję się, jakbym był na wojnie, a nie w rodzinie. Nie wolno mi mieć własnego zdania i rozwijać swoich pasji, bo muszę podążać za ich chorymi ambicjami. Czy to źle, że po prostu chcę być sobą?

(Uczestnicy próbują danej osobie dać dobrą radę... osoba może dopowiadać o swoim problemie...)

2. Pysia Marysia. To przezwisko przestało śmieszyć mnie już w gimnazjum. Ostry trądzik, z którym zaczęłam się wtedy zmagać, pogrzebał mój dobry wizerunek. Leki nic nie dały, makijaż tylko bardziej pogarszał sprawę. Rówieśnicy zaczęli mi wypominać, że wyglądam delikatnie mówiąc nieestetycznie, wyśmiewali moją sylwetkę. Do szkoły średniej uciekłam jak najdalej od rodzinnego miasta. Już nikt nie pamięta Pysi Marysi, za to ja widzę ją w lustrze każdego dnia. Nieestetyczna, gruba, nic nie warta Pysia Marysia.

(Uczestnicy próbują danej osobie dać dobrą radę... osoba może dopowiadać o swoim problemie...)

3. Mam na imię Janek, studiuje i pracuję. Opuszczając rodzinny dom, nie spodziewałem się, że opuszczę swoją wspólnotę. Studia w Gdańsku nie wydają mi się tak atrakcyjną rzeczą, za jaką je miałem na początku. Brakuje mi moich przyjaciół, wspólnoty, modlitwy i Eucharystii. Biorąc etat w firmie cateringowej nie spodziewałem się, że nie będę mieć czasu nawet na Mszę Świętą. weekendy odpadają, a w ciągu tygodnia potrafię wyjść z uczelni nawet po dwudziestej. Czuję się rozdarty między tym, co robię, a tym, co czuję że powinienem robić. Bez Boga czuję się obco, niepewnie i ciężko; bez pracy jestem ograniczony i niesamodzielny.

(Uczestnicy próbują danej osobie dać dobrą radę... osoba może dopowiadać o swoim problemie...)

4. Mam na imię Daria i właśnie wychodzę na prostą po stracie najważniejszej osoby w moim życiu. Jest już w porządku, ale problem stanowi pewien kolega ze szkoły – zabawny, inteligentny i niesamowicie pewny siebie Kornel z profilu biologicznego. Dzisiaj znowu zaproponował wspólne wyjście, a ja, jak zawsze, wymigałam się. Mam wyrzuty sumienia, że mieszam mu w głowie i biedak robi sobie nadzieje. Od wielu osób słyszałam, że od dawna próbuje się ze mną umówić. Ale nie chcę go skrzywdzić. To, że ktoś mnie kiedyś zranił, wcale nie daje mi prawa do ranienia innych. Poza tym... Chyba nie da się kogoś kochać, gdy twoje serce należy do chłopaka, który dzisiaj nie chce cię już znać, prawda?

(Uczestnicy próbują danej osobie dać dobrą radę... osoba może dopowiadać o swoim problemie...)

3. Hasło spotkania

"Bóg nie zawodzi w trudnościach."

4. Piosenka spotkania

"Ne bój się, nie lękaj się"

5. Zadanie apostolskie

W ciągu najbliższego tygodnia postaram się pomóc komuś w moim wieku lub pomodlić się za niego.

Modlitwa na zakończenie

Animator może pomodlić się własnymi słowami. Może też poprosić uczestników o krótką modlitwę spontaniczną za swoich przyjaciół/ znajomych/ rówieśników.

Panie Jezu, Ty nas umacniasz, pokrzepiasz, dajesz wytrwałość i podnosisz po każdym upadku, prosimy Cię, prowadź nas swoimi drogami, ukazuj nam prawdę oraz zsyłaj nam siłę, potrzebną do pokonania wszystkich naszych trudności. Amen.

Załącznik nr 1

1. Mam na imię Adam, chodzę do liceum. Właściwie, to nie wiem, dlaczego zdecydowałem się tam pójść. Nauka, przygotowania do matury, masa zajęć dodatkowych. Jestem tym wszystkim zmęczony, ale im dłużej siedzę w szkole, tym mniej muszę słuchać narzekań rodziców. Oni chcieliby, żebym brał udział w każdej olimpiadzie, grał na pianinie i nie wychodził z domu nigdzie indziej, jak tylko do szkoły lub zajęcia. Ale ja tego nie chcę, przez co robią mi masę wyrzutów, praktycznie o nic. Czuję się, jakbym był na wojnie, a nie w rodzinie. Nie wolno mi mieć własnego zdania i rozwijać swoich pasji, bo muszę podążać za ich chorymi ambicjami. Czy to źle, że po prostu chcę być sobą?

2. Pysia Marysia. To przezwisko przestało śmieszyć mnie już w gimnazjum. Ostry trądzik, z którym zaczęłam się wtedy zmagać, pogrzebał mój dobry wizerunek. Leki nic nie dały, makijaż tylko bardziej pogarszał sprawę. Rówieśnicy zaczęli mi wypominać, że wyglądam delikatnie mówiąc nieestetycznie, wyśmiewali moją sylwetkę. Do szkoły średniej uciekłam jak najdalej od rodzinnego miasta. Już nikt nie pamięta Pysi Marysi, za to ją widzę ją w lustrze każdego dnia. Nieestetyczna, gruba, nic nie warta Pysia Marysia.

3. Mam na imię Janek, studiuję i pracuję. Opuszczając rodzinny dom, nie spodziewałem się, że opuszczę swoją wspólnotę. Studia w Gdańsku nie wydają mi się tak atrakcyjną rzeczą, za jaką je miałem na początku. Brakuje mi moich przyjaciół, wspólnoty, modlitwy i Eucharystii. Biorąc etat w firmie cateringowej nie spodziewałem się, że nie będę mieć czasu nawet na Mszę Świętą. weekendy odpadają, a w ciągu tygodnia potrafię wyjść z uczelni nawet po dwudziestej. Czuję się rozdarty między tym, co robię, a tym, co czuję że powinienem robić. Bez Boga czuję się obco, niepewnie i ciężko; bez pracy jestem ograniczony i niesamodzielny.

4. Mam na imię Daria i właśnie wychodzę na prostą po stracie najważniejszej osoby w moim życiu. Jest już w porządku, ale problem stanowi pewien kolega ze szkoły – zabawny, inteligentny i niesamowicie pewny siebie Kornel z profilu biologicznego. Dzisiaj znowu zaproponował wspólne wyjście, a ja, jak zawsze, wymigałam się. Mam wyrzuty sumienia, że mieszam mu w głowie i biedak robi sobie nadzieje. Od wielu osób słyszałam, że od dawna próbuje się ze mną umówić. Ale nie chcę go skrzywdzić. To, że ktoś mnie kiedyś zranił, wcale nie daje mi prawa do ranienia innych. Poza tym... Chyba nie da się kogoś kochać, gdy twoje serce należy do chłopaka, który dzisiaj nie chce cię już znać, prawda?