



Temat: Dlaczego siebie nie doceniam ?

a) Cel dydaktyczny: uczestnicy uświadamiają sobie wartość, jaką ma każdy człowiek, niezależnie od czynników zewnętrznych,

b) Cel wychowawczy: w oparciu o Słowo Boże potrafią wskazać, czym jest godność człowieka.

Pomoce: Pismo Święte, butelka, kartki dla każdego uczestnika, coś do pisania, banknot 10 zł, krzyż, świeca, zapalki

Treść

1. Wstęp - Modlitwa na rozpoczęcie spotkania

 Animator gromadzi uczestników wokół dwóch znaków: ŚWIATŁA (zapalona świeca) oraz BIBLII (Pismo Święte). Pierwszy wskazuje na obecność Chrystusa, drugi na Jego żywe Słowo.

Animator rozpoczyna spotkanie zapaleniem świecy oraz modlitwą spontaniczną.

2. Treść właściwa

I. Widzieć

(Animator zaczyna od wprowadzenia uczestników w temat spotkania aby stworzyć podstawę do dalszej części spotkania)

 Mojej prawdziwej wartości nie określają stan posiadania, pozycja w grupie czy doskonała kondycja moralna. W oczach Bożych każdy człowiek (a więc i ja) to Very Important Person! Mam wielką wartość, godność, której nie niszczy grzech jak w przypadku jawnogrzesznicy czy syna marnotrawnego ani utrata majątku czyli historia Hioba.

Dla Jezusa zawsze jestem VIP-em. Moja karta VIP-owska zawsze jest gotowa do odebrania, czeka w „recepcji” i mogę ją mieć bez żadnych zasług.

(animator rozdaje puste kartki)

 Chciałabym aby każdy z was na kartkach narysował zarys postaci. Następnie podpisał ją własnym imieniem, po czym wypisał : co w sobie lubi (w swoim wyglądzie i w charakterze), w czym jest dobry, jakie ma zalety, w czym widzi swoją wartość.

(animator omawia wykonane zadanie, posługując się pytaniami)

 –co w tym zadaniu sprawiło wam największą trudność? (odnaleźć w sobie jakieś dobre cechy, spojrzeć na siebie nie w sposób krytyczny, dostrzec w sobie talenty ,spojrzeć na siebie w ten sam sposób w jakim widzi nas Bóg, docenić swoją wartość)

 –jakie cechy łatwiej jest nam w sobie zauważyć? (cechy negatywne, zwykle spoglądamy na siebie z dużą krytyką, nie widzimy w sobie zalet, zauważamy nasze wady, słabości , rośniemy w kompleksy)

 Proszę was teraz o stworzenie podobnego „portretu” bliskiej osoby (najlepiej kolegi/koleżanki)(po wykonaniu zadania animator prosi o porównanie obu „portretów”, za pomocą pytań):



- jakie cechy przeważają w naszym autoportrecie, a jakie w portrecie kolegi/koleżanki?
(wypowiedzi uczestników)

- dlaczego, często tak krytycznie patrzymy na samych siebie, przy jednoczesnym dostrzeganiu wiele dobra w innych? (wypowiedzi uczestników)



Następnie chciałabym aby każdy z was w chwili ciszy zastanowił się, czego w sobie nie akceptuje, nie lubi, co go w sobie samym denerwuje. Po chwili ciszy animator prosi, by każdy z uczestników odpowiedział sobie na jeszcze jedno pytanie :



- ile jesteś wart dla siebie samego, jaka jest twoja cena? (indywidualna odpowiedź każdego uczestnika)



Przy pomocy prostego doświadczenia spróbuje ukazać wam, że wartość człowieka jest nieutralna. W tym celu zaprezentuję wam 10-złotowy banknot, czy chcielibyście go dostać? (uczestnicy powinni odpowiedzieć, że tak) (następnie animator zgina banknot i ponownie zadaje to samo pytanie. Sytuacja powtarza się kilkakrotnie, za każdym razem banknot jest bardziej gnieciony, deptany itp. Prowadzący wyraża zdziwienie, że nadal każdy chce otrzymać ten banknot)



- Dlaczego chcecie go mieć, skoro jest tak mocno zniszczony? (powinna paść odpowiedź, że ma on ciągle taką samą wartość)



Podobnie jest z człowiekiem. Zawsze, niezależnie od tego, skąd pochodzi, jak wygląda, jak bardzo jest nie-raz upokorzony czy grzeszny, cokolwiek by nie zrobił, ma taką samą wartość.

(animator zadaje uczestnikom pytanie)



- kto nadał wartość banknotowi, a kto człowiekowi? (banknotowi-człowiek natomiast człowiekowi-Bóg)



Popatrzcie teraz na krzyż : to jest właśnie wartość każdego z was. Ceną jest On sam. Dla Chrystusa jesteście warci tyle samo, co On, bo oddał za was swoje życie. Niezależnie od tego, co sami o sobie myślicie i ile jesteście warci według was samych. Za „byłe kogo” nie oddaje się życia. Miarą wartości człowieka nie jest to, co posiada, co potrafi, jak wygląda ani nawet jaki jest jego status moralny, lecz nieodwołalna decyzja Boga, który stworzył człowieka jako swoje dziecko i jako takie je odkupił.

II. Osądzić

Chciałabym abyśmy teraz wspólnie rozważyli fragment **J 8, 1-11**



CUDZOŁOŹNICA (J 8, 1-11)

(Kobieta cudzołożna 1 Jezus natomiast udał się na Górę Oliwną, 2 ale o brzasku zjawił się znów w świątyni. Cały lud schodził się do Niego, a On, usiadłszy, nauczał ich. 3 Wówczas uczeni w Piśmie i faryzeusze przyprowadzili do Niego kobietę, którą dopiero co pochwycono na cudzołóstwie, a postawiwszy ją pośrodku, 4 powiedzieli do Niego: «Nauczycielu, tę kobietę dopiero co pochwycono na cudzołóstwie. 5 W Prawie Mojżesz nakazał nam takie kamienować. a ty co powiesz?» 6 Mówili to, wystawiając Go na próbę, aby mieli o co Go oskarżyć. Lecz Jezus, schyliwszy się, pisał palcem po ziemi. 7 A kiedy w dalszym ciągu Go pytali, podniósł się i rzekł do nich: «Kto z was jest bez grzechu, niech pierwszy rzuci w nią kamieniem». 8 I powtórnie schyliwszy się, pisał na ziemi. 9 Kiedy to usłyszeli, jeden po drugim zaczęli odchodzić, poczynając od starszych, aż do ostatnich. Pozostał tylko Jezus i kobieta stojąca na środku. 10 Wówczas Jezus, podniósłszy się, rzekł do niej: «Kobieto, gdzie [oni] są? Nikt cię nie potępił?» 11 A ona odrzekła: «Nikt, Panie!» Rzekł do niej Jezus: «I Ja ciebie nie potępiam. Idź i odtąd już nie grzesz».)

1. W jaki sposób kobieta naruszyła swoją godność? (poprzez cudzołóstwo, nie doceniała swojej wartości)



2. Jak potraktowali ją ludzie? (potraktowali ją jako mniej wartą niż oni sami przez grzech, który uczyniła)

3. Dlaczego Jezus jej nie potępił? Jaką wartość w niej widzi? (Jezus widzi w niej taką samą wartość jak w każdym człowieku, jest dla niego osobą wartościową bez względu na to jaką jest osobą i z jakimi grzechami ma do czynienia, traktuje jej życie jako wiele warte)



Młodzież często boryka się z problemami odnośnie swojego wyglądu, cech charakteru czy umiejętności. Zazwyczaj są to zakompleksione dziewczyny, które nie zauważają w sobie piękna, próbują upodabniać się do rówieśników lub osób imponującym im w jakiś sposób. Uważają się jako mało wartościowe, niewidzialne dla społeczeństwa osoby. Po prostu nie doceniają się! Tak właśnie stało się z kobietą, która przez brak poczucia własnej pochlonoła się w cudzołóstwo.



Zabawa polega na tym, że każdy ma swoje krzesło (miejsce) natomiast jeden z uczestników pozostaje bez swojego miejsca. Ma on za zadanie wypowiedzieć słowa: niech wstanie ten, kto... (osoba podaje jakąś cechę charakteru, wyglądu lub jakiś talent np. niech wstanie ten, kto jest życzliwy) wtedy wstają wszystkie osoby które posiadają takowe cechy lub talent. Następuje zamiana miejsc, osoby które wstaną szukają sobie nowego miejsca gdyż nie mogą powrócić na to samo. Uczestnik który nie zajmie żadnego miejsca zostaje na środku i kontynuuje zabawę.

III. Działać



Podzielę was teraz na cztery grupy. Chciałabym aby każda z grup wypisała na kartce rady jakie dali by osobie która nie docenia siebie i swojej wartości. (uczestnicy wypisują własne spostrzeżenia, prace odczytywane są na forum wszystkich uczestników)

Zabawa w butelkę pokaże nam w jaki sposób spoglądają na nas inni, co w nas zauważają.



Polega na tym że uczestnicy siadają w kole, animator zakręca butelką. Osoba na której zatrzyma się butelka będzie miała za zadanie powiedzieć coś miłego osobie na której butelka zatrzyma się podczas drugiego kręcenia. Gra toczy się aż do momentu gdy każda osoba otrzyma jakiś komplement.

(na końcu spotkania animator prosi uczestników, aby przedstawili co zapamiętali z dzisiejszego spotkania i co sprawiło im największą trudność, zadając przy tym pytania ☺)



Co sprawiło wam największą trudność, co było najłatwiejsze i dlaczego?

Co najbardziej utknęło się w waszej pamięci?



3. Hasło spotkania

Każdy ma swoją wartość.

4. Piosenka spotkania

„Święty uśmiechnięty”

5. Zadanie apostolskie

Stanięcie przed lustrem i wypowiedzenie modlitwy:

„Dziękuję Ci, Panie, żeś mnie tak cudownie stworzył. Godne podziwu są Twoje dzieła. Wielbię Cię jako Pa-
na

i Stwórcę. Strzeż we mnie godności Twego dziecka. Amen”.

6. Modlitwa na zakończenie



„Dziękuję Ci, Panie, żeś mnie tak cudownie stworzył. Godne podziwu są Twoje dzieła. Wielbię Cię jako Pa-
na

i Stwórcę. Strzeż we mnie godności Twego dziecka. Naucz mnie akceptacji samego siebie. Amen”.

Ojcze nasz...

Zdrowaś Maryjo...