

Leidingdeel bij Handreiking *Jij en verslaving*

A. Doel

1. *Betekenis benoemen*
Laten zien wat de gevaren van verslaving zijn.
2. *Actualiteit aangeven*
Wijzen op middelen om verslaving te voorkomen of er vanaf te komen.
3. *Christus centraal stellen*
Duidelijk maken dat we van nature allemaal slaaf van de zonde zijn en alleen bevrijd kunnen worden door Christus.

B. Achtergrondinformatie

Boeken:

- 'Alcohol' (Serie Thema's voor tieners), Sandor van Leeuwen en Arnoud Proos, Uitgeverij Den Hertog.
- 'Wat alcohol met je doet', J. Boelaars en Drs. J. Rampersad, Uitgeverij Boekencentrum.

Internet:

- www.dehoop.org
- www.voorkom.nl
- www.trimbos.nl

C. Suggesties voor verdieping

- Bijbel: Joh. 8:34-36
- Geloofsbelijdenis: HC vraag en antwoord 29, 31 en 34 (over de Heere Jezus), vraag en antwoord 43 en 45 (over de oude en nieuwe mens)
- Literatuur: zie boven

D. Suggesties voor de avondinvulling

Als je de gelegenheid hebt, nodig dan een gastspreker uit die zelf verslaafd is geweest. Dit kan bijvoorbeeld via Stichting De Hoop of Stichting Voorkom. Een levensverhaal maakt vaak meer indruk dan iets op papier. Voor tips rond het uitnodigen van een gastspreker:

- www.lcj.nl/verwerkingmin16
- www.hhjo.nl/verwerkingmin16



Liedsuggesties:

- Neem mijn leven, laat het, Heer
- Heer, Uw bloed dat reinigt mij
- Is hier een hart, door vrees benard
- Wandel je in de duisternis



Schets 1

Niveau 1	Niveau 2
Alternatieve startopdracht Geef ieder clublid een kopie van het testje dat je aan het einde van dit leidingdeel vindt. Laat het individueel invullen. Schrijf zelf op een groot vel van boven naar beneden de cijfers 0 tot 15. Turf daarachter de scores van de jongelui. Hoeveel jongelui hebben 0 keer 'ja', hoeveel 1 keer 'ja', enz. Help ze zo nodig over de drempel door eerst je eigen score te vertellen. Uiteraard heeft de aanwezigheid van de groep invloed op de uitslag, maar het kan toch een opstapje zijn tot een gesprek. Of een eyeopener voor iemand die onverwacht hoog scoort.	
Bijbel Markus 10:17-31 - Vers 17: Zeg in je eigen woorden wat de jongen vraagt aan Jezus. - Vers 18-19: Wat is Jezus' antwoord? - Vers 21: Wat is nog meer nodig? - Vers 23-24: Waarom is het moeilijk voor een rijke om zalig te worden? - Wat kun jij doen om zalig te worden? - Wat kan bij jou in de weg staan om zalig te worden?	
Keuzevragen Beginopdracht Vraag computerspelletjes Vraag roken Opdracht HC 40 (misschien lastig voor een jongere groep, maar dit raakt wel de kern) Vraag Stellingen Puzzel	Keuzevragen Beginopdracht Vraag computerspelletjes Vraag roken Praatvraag drinken Opdracht HC 40 Vraag Stellingen

Schets 2

Niveau 1	Niveau 2
Startopdracht Stel je voor dat er een moment komt waarop je helemaal tevreden bent met je leven zoals het is. Hoe ziet je leven er dan uit? Wat zou jou helemaal gelukkig en tevreden maken? Ieder tekent dat voor zich op een A3-papier. Doe vervolgens de Bijbelstudie. Laat na de Bijbelstudie iedereen in stilte nadenken over de vraag: stel je voor je sterft op het moment dat je leven er zo uit ziet als je getekend hebt. Is het dan goed met je?	



Bijbel Lukas 12:13-21 Voor de wijze van bespreken: zie tip in de schets.	
Keuzevragen Opdracht vastzitten Doorstreepopdracht Opdracht kolommen tijdsbesteding Puzzel	Keuzevragen Opdracht vastzitten Doorstreepopdracht Opdracht kolommen tijdsbesteding Om over te praten Puzzel

A. Antwoorden en suggesties

Schets 1

Beginopdracht

Je kunt ook elk clublid op een post it-blaadje laten schrijven waar hij aan denkt bij het woord verslaving. Vervolgens laat je alle blaadjes op een groot vel plakken. Daarna kun je de blaadjes gemakkelijk rangschikken.

Vraag computerspelletjes

Laat de jongeren vooral zelf aan het woord. Als er weinig reacties komen, stel dan vragen, bijvoorbeeld:

- Kun jij op elk willekeurig moment met een spel stoppen of wil je soms per se iets afmaken?
- Heb je achteraf wel eens spijt dat je zo lang met een spelletje bezig bent geweest?
- Waar liggen voor jou de grenzen bij computerspellen? Bijv. schietspelletjes: helemaal niet, alleen op dingen schieten of ook op dieren of mensen?

Let er op dat de bespreking blijft gaan over de vraag en dat het niet een bespreking van allerlei computerspelletjes wordt.

Vraag roken

Laat de jongeren aan het woord. Geef daarna wel vanuit de Bijbel leiding. Hoewel het in het verband staat van hoererij, kun je heel goed 1 Kor. 6:19 aanhalen. Hoe wil de Heere dat we omgaan met ons lichaam?

Als de Heere Jezus tijdens de verzoeking in de woestijn zegt dat we de Heere onze God niet zullen verzoeken (onnodig jezelf in gevaar brengen) wat zegt dat dan over roken?

Praatvraag drinken

Hesther ging drinken om zich vrijer te voelen. Misschien kennen jongeren voorbeelden uit hun omgeving of van zichzelf.



Opdracht HC 40

- 6^e gebod: Gij zult niet doodslaan.
- Het gaat ook om het haten, schade toebrengen, pijn doen van anderen en jezelf.
- Laat hierbij ook voorbeelden noemen. Of laat ze reageren op voorbeelden die je zelf geeft (bijvoorbeeld: parachute springen; met z'n drieën fietsen in de fietsgroep; in diep water springen om iemand eruit te halen; ...).
- Je brengt hiermee schade toe aan je lichaam en aan je geest (je maakt jezelf afhankelijk); je brengt anderen schade toe, doordat je niet goed meer weet wat je doet als je onder invloed bent.
- 'Wraakgierigheid afleggen': geen wraak willen nemen.

Vraag

Het kan zijn dat jongeren op deze leeftijd zo optimistisch zijn om te denken dat dat best kan, als je maar wilt. Misschien kan bij deze vraag een levensverhaal van een ex-verslaafde als illustratie dienen, bijvoorbeeld een verhaal uit De Hoop Magazine of uit het blad van Stichting Ontmoeting.

Stellingen

Zie de suggestie in de schets; kijk voor uitleg over het gebruik van stellingen op

www.lcj.nl/verwerkingmin16

www.hhjo.nl/verwerkingmin16



Puzzel

Neem mijn leven, laat het Heer,
toegewijd zijn aan Uw eer.
Neem mij zelf en voor altijd
ben ik aan U toegewijd.



Schets 2

Opdracht vastzitten

Laat de jongeren bij het eerste deel van de opdracht ook dingen noemen die hun eigen leven raken (dus niet alleen dingen voor andere leeftijden, zoals een auto of een huis).

Bij het tweede deel is wellicht wat hulp nodig om op ideeën te komen. Denk bijvoorbeeld aan: een dag of week je mobiel/computer/MSN niet gebruiken (mediavasten), of het probleem bespreken met anderen.

Doorstreepopdracht

Laat ieder voor zich de opdracht maken en vraag daarna of de jongeren met elkaar willen delen wat ze doorgestreept hebben. Naar aanleiding daarvan kun je met hen in gesprek gaan over wat ze wel/niet belangrijk vinden in hun leven.

Opdracht kolommen tijdsbesteding

Het doel van de opdracht is om te kijken of er dingen in je leven zijn die **onevenredig veel** tijd opslokken. Let erop dat je geen oneigenlijke tegenstellingen maakt. Trouw je werk doen is ook tot Gods eer. Zelfs van eten en drinken kan dat gezegd worden (1 Kor. 10:31).

Om over te praten

Vraag eerst wat de jongeren van het stukje vinden. Is het herkenbaar? Begrijpen ze waarom dit voorbeeld een 'stille verslaving' wordt genoemd? Als er meer voorbeelden komen, praat dan door over de vraag wanneer je het wel of geen verslaving kunt noemen. Kom zonodig zelf met voorbeelden en laat de jongeren die beoordelen, bijvoorbeeld: krant lezen, een serie op tv volgen, snoepen, lezen, koffie drinken...

Puzzel

'Indien dan de Zoon u zal vrijgemaakt hebben, zo zult gij waarlijk vrij zijn' (Joh. 8:36).

B. Extra voorbereiding

Schets 1

Zorg voor een groot vel papier en stiften (en evt. post it-blaadjes en pennen) voor de startopdracht. Zorg voor kopieën, pennen en een groot vel papier bij de alternatieve startopdracht. Zorg voor vellen met 'ja', 'nee' en 'weet niet' voor de stellingen.

Schets 2

Zorg bij de opdracht met de kolommen voor een vel papier en een pen voor elk clublid. Neem voor de startopdracht A3-vellen en (zwarte of gekleurde) viltstiften mee.



Testje: Hoe verslaafd ben jij?

Omcirkel voor welke verslaving jij deze test gaat invullen. Kies datgene waarop je de hoogste score kunt verwachten. Wanneer er ... staat in de test, kun je voor jezelf het omcirkelde woord invullen.

Ik test mezelf op:

roken – alcohol – drugs – snoep/chocola – koffie – internet – mobieltje – shoppen – gamen

1	Neem je soms meer ... dan je vooraf van plan was of ga je er langer mee door dan je van plan was?	ja / nee
2	Heb je door ... ooit problemen gekregen met je werk, je huiswerk of op school?	ja / nee
3	Heb je door ... ooit ruzie gekregen met je familie of goede vrienden?	ja / nee
4	Voel je je rot of heb je spijt nadat je ... hebt gedaan/genomen?	ja / nee
5	Ben je in je gedachten soms bezig met ... terwijl je het niet werkelijk aan het doen bent?	ja / nee
6	Heeft ... je ooit in financiële problemen gebracht?	ja / nee
7	Heb je slaaptekort door ...?	ja / nee
8	Doe/neem je ... wel eens alleen?	ja / nee
9	Heb je ooit geprobeerd te stoppen of te minderen – om te merken dat dat niet lukte?	ja / nee
10	Zeggen vrienden of familie wel eens dat je minder met ... bezig zou moeten zijn?	ja / nee
11	Heb je wel eens tegen iemand gelogen over hoeveel of hoe vaak je ... doet/neemt?	ja / nee
12	Ben je bang dat als je je rot voelt als je stopt met ...?	ja / nee
13	Doe/neem je ... wel eens omdat je je rot voelt?	ja / nee
14	Als je bezig bent met ..., vind je het dan moeilijk om ermee te stoppen?	ja / nee
15	Verheug je je bij voorbaat al op de volgende keer dat je ... gaat doen/ nemen?	ja / nee

Score:

Tel het aantal keer dat je met 'ja' hebt geantwoord. Hoe minder, hoe beter...

Heb je vaak 'ja', praat er dan eens met iemand over!