

Wakker worden

Aspecten:

Dankbaarheid

Zingeving



LANDSTRA

Uit Weekbrief 'Medemens zijn' nr 9, 2012

Jij en ik zijn een gelaat van God. Jij bent mij in een andere gestalte. Dit geloof is de basis van medemenselijkheid; het is van grote waarde en vervult ons. Daardoor wordt het dagelijks leven bijzonder en kunnen we ook de moeilijkheden die we allemaal een keer - en vaak onverwachts - zullen meemaken, verwerken. Dat is nu werkelijk zingeving. Dan kun je de scheppende kracht in jezelf ervaren en ernaar streven, ondanks alles, te volharden en daarbij de liefde hoog te houden. Zij ligt immers in het leven zelf, in de schepping, besloten.

Uit Weekbrief 'Mijn innerlijke opdracht', nr. 19, 2012

Kun je altijd van jezelf verlangen om liefdevol en respectvol te zijn? Het begint met een verlangen. En bij het voor jezelf bepalen wat voor jou vol is. Wanneer je omkijkt, zul je zien dat de momenten die je het meest koestert die zijn geweest waarin je de liefde hebt ervaren of hebt doen ervaren. Mijn innerlijke opdracht is: God telkens als liefdemacht zichtbaar te doen zijn, in en uit mij. Ik ervaar dit ook uit u, uit jou. Daarmee komt God in mensen nabij. Liefhebben komt van binnenuit en is daarom een innerlijke opdracht. Zo werken we aanstekelijk.

Dankbaarheid maakt het venster van onze ziel schoon. Waar de echte dankbaarheid ontbreekt, gaat het uitzicht verloren en raken we het spoor bijster. Dankbaarheid als gezindheid om bij alles wat er gebeuren kan, ook wanneer het lastige gebeurtenissen zijn, waardevolle betekenis te geven aan het eigen leven en dat van anderen. Dankbaar voor wie je bent en je verbonden voelen met je diepste zelf, met de mensen die je lief hebt. In het besef deel te zijn van een groot geheel. En dat vooral te kunnen zien en ervaren in het gewone, in de kleine dingen van alledag. Dankbaarheid ligt daarmee aan de basis van geluk.

Uit boekje 'Dankbaarheid'

Uitgave oktober 2014

Wat gaan we leren?

Echt wakker worden is veel meer dan 's morgens je ogen open doen en je uitrekken. Echt wakker worden is een levenskunst, is bewustwording. Een nieuwe dag, on-gevulde ruimte waaraan jij vorm mag geven met alles wat je in je draagt. Begroet de dag, wat is je belofte voor deze dag voor ieder mens die jij zal tegenkomen?

Verwondering en ontzag voor de schepping kunnen leiden tot dankbaarheid. Als je het leven leert zien als een geschenk, dan ontstaat dankbaarheid. Het maakt je ervan bewust dat niets vanzelfsprekend is. Het mooie te zien in kleine, alledaagse dingen, maakt je een blij mens. Dankbaarheid draagt zo bij aan levensgeluk.

We gunnen jonge mensen in vrijheid op zoek te zijn naar hun mogelijkheden. Het is soms nodig om, met hulp van anderen, jezelf in perspectief te zien. We willen het gesprek aangaan dat zij hun talenten uit liefde kunnen inzetten voor anderen. Liefhebben is een innerlijke opdracht, die zin aan je leven kan geven.

- Ik ervaar dat er veel is om dankbaar voor te zijn en dat ik dankbaarheid kan zien en ervaren in het gewone, in de kleine dingen van alledag.
- Ik word me bewust van vrijheid en kan kiezen richting te geven aan het leven dat mij is gegeven.
- Ik weet wat ik belangrijk vind en wat niet en dat helpt mij te kiezen wat ik doe en wat ik laat.

Doelstelling 6 - 9 jaar:

Benoemen waarmee je blij bent en dank je wel zeggen!

Het wonder ervaren dat ik er ben en openstaan voor de ander.

Ervoor kiezen om iemand blij te maken.

Doelstelling 9 - 12 jaar:

Beseffen dat er al een wereld voor mij klaar ligt en dit benoemen!

Voelen dat je het leven heb gekregen en dat je daarvoor dankbaar kan zijn.

Je dankbaarheid uiten door anderen te helpen.

Doelstelling 12 - 15 jaar:

De wereld minder als vanzelfsprekend ervaren en komen tot het uitspreken van dankbaarheid. Dankbaar zijn voor wie ik ben en me verbonden voelen met de mensen om mij heen. Beseffen dat elk mens van grote waarde kan zijn, dus ik zelf ook en daarnaar te handelen.

Doelstelling 15+ kring:

De wereld minder als vanzelfsprekend ervaren en komen tot het uitspreken van dankbaarheid. Dankbaar zijn voor wie ik ben en me verbonden voelen met de mensen om mij heen. Beseffen dat elk mens van grote waarde kan zijn, dus ik zelf ook en daarnaar te handelen.

Stap 1: Kiezen

Voorganger en pcj kiezen samen het thema en vragen het themablad aan bij Jeugd@apgen.nl.

Stap 2: Verkennen van de weg (Nog voordat je aan de slag gaat met het thema.)

Rond de tafel met jeugdverzorgers, voorganger, PCJ.

Eventueel aangevuld met een delegatie uit de gemeenschap.

Denk aan bijvoorbeeld jongeren, werkgroep eredienst, ouders, ouderen om de denk en draagkracht te vergroten



Beantwoord dan de volgende drie vragen:.

1) Wat is het vertrekpunt?

- Wat was het vorige thema en wat is daarvan geleerd, wat is blijven liggen?
- Zijn er landelijke of regionale samenkomsten? (Jongerenconferentie, uitgaansdag, tweede kringdag, jeugddiensten of een eerste kringdienst)
- Zijn er plaatselijke gebeurtenissen waar je rekening mee wilt houden? (Gemeenschapsdag, dopen, komst apostel, open eredienst.)
- Zijn er persoonlijke gebeurtenissen waar je rekening mee moet houden. Persoonlijke agenda's (examenperiode, citotoetsen, schoolreizen).
- Zijn er Feestdagen (vakanties, Bevrijdingsdag, Pinksteren), enz.)

2) Met wie zijn we op reis?

- Zijn er bijzondere persoonlijke situaties?
- Zijn er bijzondere kringsituaties?
- Zijn er bijzondere situaties in de gemeenschap? (Samenwerken van kringen, andere locatie.)

3) Waar willen we aankomen?

- Zijn er extra doelstellingen? (Bv. versterken kringgevoel of inzetten op veiligheid.)
- Willen we de afsluiting koppelen aan een zondag met plaatselijke voorbereiding?
- Hoe willen we de gemeenschap meenemen?
En welke natuurlijke momenten zijn daarvoor?

Bepaal op basis van het voorgaande wanneer je wilt aankomen.

- Minstens 8 kringsamenkomsten (*exclusief vakanties*).

Stap 3: Brainstormen



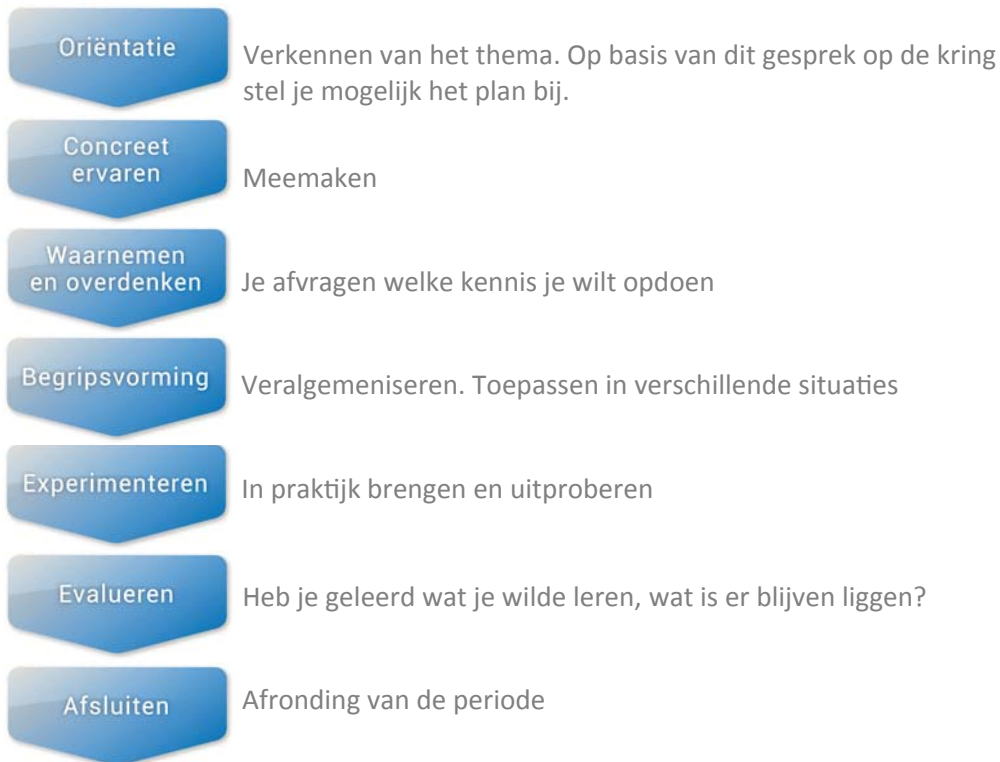
Bewustwording



Stap 4: Voorlopige ordening

Leren gebeurt in verschillende fases.

De leerfasen die per thema gehanteerd worden zijn:



De leerfasen zijn verder per leeftijd uitgewerkt en de werksuggestie is voorzien van een icoontje zodat u in 1 oogopslag kunt zien om welk soort werkvorm het gaat. Als u op het icoontje klikt, ziet u de verdere uitwerking van de werksuggestie. Tevens is er een tijdsindicatie bijgegeven.

Belangrijk bij de invulling van de periode is dat elke stap/fase doorlopen wordt.















- De duur van een thema beslaat minstens 8 weken (exclusief vakanties).
- Je kunt over een leerfase meerdere weken doen, maar respecteer wel de volgorde van de fases.
- Probeer zelf bedachte activiteiten zoveel mogelijk onder te brengen bij de juiste fase.
- Let bij het invullen van het thema op dat er rekening gehouden wordt met de verschillende stijlen waarmee kinderen leren. Varieer dus in werkvormen.

Vul de periode voorlopig in en kijk dan nog eens opnieuw.

- Waarom is dit een apostolisch thema?
- Is het ook zo te herkennen?

Natuurlijk ligt de weg niet vast. De eerste kringavond zal in de verkenning de nodige verrassingen brengen. Dat vraagt ruimte en flexibiliteit.

We onderscheiden de volgende werkvormen met bijpassend icoontje:

	Mp3
	Film
	Boeken/verhaal
	Brainstorm
	PowerPoint
	Gesprek
	Spel
	Muziek
	Creatief
	Geschiedenis
	Werkblad
	Weekbrief
	Divers/overig
	Drama

Leerlijn 6 tot 9 jaar

Kinderen van deze leeftijd willen graag specifieke kennis opdoen en vaardigheden leren. Ze ontwikkelen meer belangstelling voor de werkelijkheid, dan voor gedachten en fantasie. Naast het verlangen naar kennis ontwikkelt zich in deze leeftijdsfase ook het geweten. Kinderen leren waarden en normen, en ontdekken dat die ook afhankelijk zijn van de situatie waar ze zich in bevinden. Dat betekent dat ze op ontdekkingstocht gaan in zichzelf, om hun eigen plaats in het geheel te bepalen. Onderhandelen, samenwerken, helpen en beschermen, maar ook voor zichzelf opkomen horen bij deze leeftijdsfase. De begrippen dankbaarheid en zingeving zullen in gedeelten concreet gemaakt moeten worden om ze voor deze leeftijdsgroep beleefbaar en begrijpelijk te maken.

Oriëntatie

- 

Marc groet 's morgens de dingen
Praten over dromen en gedachtes
- 

Waar word jij blij van?
Een collage of mindmap maken
- 

Zonnegroet
Een zonnegroet beleven
- 

Je mag weer wakker worden
Zingen over wakker worden en voornemens voor de dag

Concreet ervaren

- 

Ben ik een dier?
Schrijven over dier- en mens-zijn
- 


Ballonnen bed
Opgetild wakker worden
- 

Doornroosje
Voorlees verhaal met droomtekening
- 

Dagindeling maken
Terugkijken op de gebeurtenissen van een dag
- 

Blij en boos
Emoties naspelen in tweetallen

Waarnemen en overdenken

- 

Wie ben ik eigenlijk?
Een fabeltje
- 


Druppels
Deel zijn van een groter geheel
- 

Wie wil een bloem van mij?
Wat jouw gedrag met een ander doet
- 

Zelfportret
Wie ben ik?
- 


Verjaardag vieren
Feestvieren! Hoe doen we dat?

Begripsvorming

- 



Wakker worden, hoe gaat dat eigenlijk
Het proces van wakker worden tot bewustzijn
- 

Jij kan kiezen of je iemand blij maakt
Van welk plaatje word je blij?
- 


De liefdesaanbieding
Bewustwording en meehelpen

Experimenteren

- 

Dromen vangen
Een dromenvanger maken
- 

Iemand blij maken
Vanuit dankbaarheid iemand blij maken

Evalueren

- 
Terugkomen op de afgelopen periode

Afsluiten

- 
Feest

Leerlijn 9 tot 12 jaar

Elke dag wakker worden na een welverdiende slaap, zo wordt de mens ook langzaam wakker. Vanaf de geboorte is er het dagelijks ontwaken en nemen we steeds nieuwe dingen waar. Eerst zijn het allemaal losse waarnemingen, maar langzamerhand zien we verbanden en als een puzzel vormen de stukjes een beeld. Dat beeld doet ons bewustzijn ontwaken, waarna we met allerlei vragen komen te zitten, want dat is de aard van de mens. Waartoe ben ik er en waarom? Wat is de zin van mijn leven? We helpen de kinderen te ontdekken dat ze daar zelf invloed op kunnen uitoefenen door elke dag opnieuw met hun unieke eigenschappen te vullen. Laat ze ontdekken dat het leven een ritme heeft van blijdschap en verdriet, zin en onzin, dankbaarheid en teleurstelling. Met hun eigen ritme kunnen ze het leven vieren als wakker mens.

Oriëntatie

Het heelal, de wereld en ik worden wakker!

45 min



Scheppingsverhaal

Maak/teken een strip van dit scheppingsverhaal

45 min



De Hopi

'De 4 werelden'

30 min



De oerknal

Hoe de wetenschap het ontstaan van het heelal verklaart

45 min



Het ontstaan van het leven

Verklaren hoe alles is ontstaan

30 min



Het dromendagboek

Domen onthouden

30 min



Wordt wakker

Nieuwe tekst op oud lied

Concreet ervaren

Wakker worden, elke dag opnieuw

30 min



Wakker worden met een wijsje

Wat doe je nadat je wakker bent geworden

45 min





De natuur




Kijken naar de jaargetijden



Waarnemen en overdenken

Wakker worden in de werkelijkheid

   **Verjaardag vieren**
Feestvieren! Hoe doen we dat?

   **Droom en werkelijkheid**
Wat doe jij om een droom uit te laten komen?




   **Wat wordt het?**
Achteraf ontdekken dat het toch anders blijkt te zijn dan we dachten

  **Wat is de moeite waard?**
Samen ontdekken

   **Thuis**
Wat is een thuis?

Begripsvorming Zoveel redenen om dankbaar te zijn



   **Danken**
Hoe wordt dat zichtbaar?

   **Dankbaarheid voor alles dat mij is gegeven**
Jozua 24:13



Experimenteren Ik kies en zoek mijn eigen ritme

  **Wat wil je worden?**
Verbeeld jouw droom

  **Hoe vind ik mijn ritme**

  **Opnieuw beginnen**
Wat doe ik met deze nieuwe dag?

Evalueren

  Terugkomen op de afgelopen periode

Afsluiten

  **Feest**

Leerlijn 12 tot 15 jaar

De overgang van basisschool naar voortgezet onderwijs is groot. Er vinden veel veranderingen plaats op deze leeftijd. Elk kind reageert op eigen wijze op deze veranderingen. De jongere ervaart meer dan voorheen de verschillen in capaciteiten, aanleg en talenten die het heeft meegekregen. Kinderen die naar het speciaal onderwijs of VMBO gaan, ondergaan soms negatieve reacties. Op een kring is het dan ook belangrijk ieder kind volwaardig te behandelen. Dit thema geeft veel mogelijkheden om samen met de jongeren hun zoektocht naar richting, betekenis en verbondenheid vorm te geven. Liefhebben en geliefd worden zijn wezenlijke behoeften van ieder mens. Liefde is een activiteit en een richting naar een mooi en zinvol leven. Het is aan ons deze richting te duiden en onze jonge mensen wakker te kussen.

Oriëntatie










- 


Omdat jij er bent
Kijken naar 'de doop'
- 


Voel ik dat ik leef?
Collage maken
- 

Volg ik mijn hart?
Aan de hand van stellingen naar ons zelf kijken

Concreet ervaren

- 


Is het wel zo vanzelfsprekend?
Aan de hand van enkele spellen ervaren dat niet alles vanzelfsprekend is
- 


Ontdekken wie ik ben
Jezelf leren kennen, zien en ook verwoorden
- 


Heeft jouw leven een 'bestemming'?
Schilderen op muziek




Waarnemen en overdenken

- 


Boodschappenlijstje dankbaarheid
De winkel 'Dankbaarheid'
- 

Ligt dankbaarheid aan de basis van geluk?
Een leven in dankbaarheid


Begripsvorming

- 1 uur   **Life happens and you have to respond**
Veerkracht en volharding om staande te blijven
- 1 uur  **Hoe uit ik mijn dankbaarheid?**
Waar ben ik dankbaar voor?

Experimenteren

- 45 min  **Dag in dankbaarheid starten**
Groeien in dankbaarheid
- 45 min  **Ben ik op koers?**
In liefde werken aan een menswaardige wereld

Evalueren

- 1 uur +  **Wakker worden: Wat heb je te melden of door te geven**
Meer willen doen dan het gewone

Afsluiten

- 45 min  **Een blog of een dagboek**

Leerlijn 15+

De jonge mensen zitten in de bovenbouw van de middelbare school. Er wordt van hen gevraagd na te denken over wat ze op lange termijn met hun leven willen gaan doen. Een studie volgen, werken en leren, studeren in een andere stad of zelfs in het buitenland? Langzamerhand dienen al dit soort vragen zich aan. Maar weet je als je 15+ bent al wat je wilt in je verdere leven? En is datgene wat je zou willen bereikbaar? Soms zijn de mogelijkheden beperkt en volgt misschien een teleurstelling. Tegenslagen leren ons tot waar onze mogelijkheden reiken en dankbaar te zijn voor dat wat ons wel 'gegeven' is. Door eigen grenzen te kennen, te erkennen, en de mogelijkheden in de ander te zien kunnen bruggen gebouwd worden. Soms heb je anderen nodig om vooruit te komen, en dat werkt natuurlijk ook vice versa. Het thema 'wakker worden' geeft veel kansen om samen met de jongeren hun zoektocht naar richting, betekenis en verbondenheid vorm te geven.

Oriëntatie



Het mooie in het gewone

Dankbaarheid draagt bij aan levensgeluk



Life is like a box of chocolates...

Hoe zelf richting van het leven bepalen

Concreet ervaren

Verkennen van de ideeën en gevoelens rond het thema zingeving



Wake me up



Ontdekken wie ik ben



De route naar ... zingeving

Waarnemen en overdenken

Nadenken






Wijze woorden

1 uur   Dankbaarheid hoe ziet dat eruit?

45 min   Ik heb een steen verlegd

Begripsvorming


45 min  Zingeving en bewustwording

1 uur   Hoe uit ik mijn dankbaarheid?

1 uur   Thuis, de plek waar ik wil zijn

Experimenteren

1 uur +   Het belang van eigenwaarde

1 uur +   Je hebt anderen nodig om verder te komen

Evalueren

45 min  Doelen

Afsluiten

45 min  Een blog of dagboek

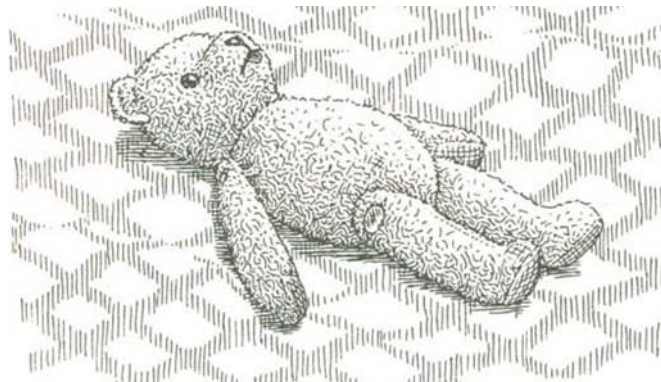
ik werd vanmorgen langzaam wakker
ik ademde langzaam
en de wekker ging langzaam af
mijn kleren hingen langzaam over een stoel
en mijn linkervoet jeukte langzaam
de zon scheen langzaam door
een langzame kier in de gordijnen
mijn teddybeer lag langzaam naast me

Ik werd vanmorgen langzaam wakker
Ik ademde langzaam
En de wekker ging langzaam af

Mijn kleren hingen langzaam over een stoel
En mijn linkervoet jeukte langzaam
De zon scheen langzaam door
Een langzame kier in de gordijnen

Mijn teddybeer lag langzaam naast me

Uit: Het sloeg twaalf uur van Gerard Berends





Het Apostolisch Genootschap
in liefde werken aan een *menswaardige* wereld

Wakker worden