

# STUDIUM 1: ALLT BLIR INTE RÄTT

## FRÅGOR ATT DISKUTERA:

Känner ni igen er i att man ibland gör tvärt om mot vad man egentligen vill? Ge exempel!

Sociala medier är ett suveränt sätt att kommunicera på - men det kan också bli väldigt fel. När?

Datorspel är upplagda så att man inte ska vilja sluta spela. På vilka sätt? Gör det så att man faktiskt inte själv bestämmer över när man ska sluta?

## ÖVNING

Vilka bud/lagar i Bibeln har ni hört talas om? Skriv upp dem på post-it lappar.

Dela in lapparna i tre grupper:

1. De ni tycker är bra.
2. De ni tycker behöver ändras för att passa in i vår tid.
3. De ni tycker inte har med vår tid att göra.

**PÅVERKAR TRON PÅ GUD VAD MAN TYCKER ÄR RÄTT OCH FEL?**

## BIBELORD:

Romarbrevet 7:19  
Matteus 22:36-40 Det dubbla kärleksbudet.  
1 Korintierbrevet 10:23

## FYRA HÖRN!

**EN FÖRÄLDER SÄGER ATT DET ÄR DAGS ATT STÄNGA AV DATORN OCH GÅ OCH LÄGGA SIG. VAD GÖR DU?**

1. Går och lägger mig
2. Struntar i dem och går och lägger mig när jag vill.
3. Säger nej och håller på lite till men går snart och lägger mig.
4. Öppet hörn. Eget alternativ.

**EN KOMPIS HAR SKRIVIT ELAKA SAKER PÅ SOCIALA MEDIER OM EN SOM NI TYCKER ÄR JOBBIG. VAD GÖR DU?**

1. Gillar
2. Ingenting
3. Säger till kompiserna att ta bort inlägget.
4. Öppet hörn. Eget alternativ.

**ETT GÄNG I KLASSEN SKA IVÄG OCH GÖRA NÅGOT KUL. EN KLASSKOMPIS SITTER ENSAM NÄR NI GÅR FÖRBI. MÅNGA SNACKAR SKIT OM HEN. VAD GÖR DU?**

1. Frågar om klasskompisen vill följa med.
2. Följer med gänget utan att säga något.
3. Säger till gänget att vi ska fråga om klasskompisen vill med.
4. Öppet hörn. Eget alternativ.

**HITTA GÄRNA PÅ FLER "FYRA HÖRN"!**

## SINNESROBÖNEN:

Gud, ge mig sinnesro att acceptera det jag inte kan förändra, mot att förändra det jag kan och förstånd att inse skillnaden.

# STUDIUM 2: BEFRIAD FÖR ATT LEVA

## FRÅGOR ATT DISKUTERA:

- Hur känns det att be om förlåtelse?
- Hur känns det att förlåta?
- Hur känns det att bli förlåten?
- Finns det sånt vi inte kan förlåta?
- Finns det sånt som Gud inte kan förlåta?

Berätta gärna om situationer som ni varit med om. Men bara det som känns ok att berätta!

Är det svårt att förlåta sig själv? Hur mår vi om vi inte kan förlåta oss själva?

Fundera på om det finns något som du skulle vilja be någon om förlåtelse för.

## BIBELORD:

Johannes 8:2-11  
Lukas 19:1-10  
Matteus 18:21-22

## ÖVNING!

Om ni vill kan ni ta på er en ryggsäck full med tunga stenar och hoppa runt en stund och/eller prova glasögon med fläckar som skymmer det centrala synfältet och försök rita eller skriva något med glasögonen på.

Så kan det kännas när saker blivit fel, när man gjort fel eller inte gjort det man skulle. Det tynger eller stör så att det övriga livet inte blir bra. Den känslan är det vi kallar skuld.

## ÖVNING!

### HUR ÄR DET ATT LEVA MED SKULD?

*Hur tror vi Sackaios och kvinnan som skulle blivit stenad kände sig när de mötte Jesus?*

Välj berättelsen från Johannes- eller Lukasevangeliet och gör om den till en situation i modern tid. Gärna i grupper om två eller tre. Berätta dem för varandra.

## SINNESROBÖNEN:

Gud, ge mig sinnesro att acceptera det jag inte kan förändra, mot att förändra det jag kan och förstånd att inse skillnaden.

# STUDIUM 3: ATT LEVA MED GUD - SÅ DET BLIR RÄTT

## ÖVNING

Finns det saker som kan bli bättre i mitt liv?

1. Var och en tänker själva.
2. Man berättar om man vill. (Runda med möjlighet att passa.)
3. Ge varandra peppning och idéer.

I vilka situationer är det svårt att vara den man vill eller göra så som man vill göra?

När upplever ni gruppsytryck? Hur brukar ni hantera det?

Hur kan vi hjälpa varandra att vara de vi verkligen vill vara?

Hur kan vi få hjälp av Gud att vara de vi verkligen vill vara?

## MAN BLIR SOM MAN UMGÅS

Har du några tips på bra sätt att umgås med Gud/ Jesus?

Finns det något du vill ändra i ditt liv?

1. Skriv ner något du vill förändra i ditt liv på ett papper.
2. Lägg det i ett kuvert och skriv ditt namn och ett datum då du vill öppna det och kolla om du gjort som du tänkt.
3. Lägg kuverten i en hög och be tillsammans för det ni vill förändra.
4. Ta med ditt kuvert hem och lägg in en påminnelse i mobilen att öppna det på ett visst datum.

## BÖN

Gud, hjälp mig att hitta mig själv och vara mig själv.

Hjälp mig att göra det jag vill, det som är bra, det som är viktigt.

Hjälp mig att inte fastna i det som blir fel, utan gå vidare, befriad av förlåtelse.

Hjälp mig med det som är svårt och tungt i livet och att kunna njuta av livet.

Hjälp oss att leva tillsammans på ett bra sätt och vara rädda om varandra och vår jord.

Tack Gud för att du har skapat mig!

Jag vill leva så!

Amen

## BIBELORD:

1 Korintierbrevet 10:23-24  
Efesierbrevet 3:16-21

## SINNESRÖBÖNEN:

Gud, ge mig sinnesro att acceptera det jag inte kan förändra, mot att förändra det jag kan och förstånd att inse skillnaden.