

GELOVEN IS...

GIDS VOOR DE GIDSEN 1



Colofon

Follow Up! biedt een complete leeromgeving.

Naast dit boek is er voor de catecheten een gids en een toolbox.

Follow Up! wordt gerealiseerd door Kerkpunt en Buijten & Schipperheijn *Motief*

ISBN 978-94-6369-148-2 (Journal)

ISBN 978-94-6369-154-3 (Gids voor de gidsen)

ISBN 978-94-6369-155-0 (Toolbox)

Auteurs: José Korsaan en Corjan Matsinger

Vormgeving: Theresia Koelewijn

© 2021 Buijten & Schipperheijn *Motief*, Amsterdam. Behoudens uitzonderingen krachtens de Auteurswet van 1912 mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen of openbaar gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgevers. Voor het maken van kopieën uit deze uitgave, ook voor zover toegestaan door de Auteurswet, zijn vergoedingen verschuldigd. Voor betaling van vergoedingen en voor toestemming voor het overnemen van gedeelten in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken wende men zich tot de uitgevers.

Inhoud

Inleiding Follow Up! 7

Meeting 1	PALLO JIJ!	13
Meeting 2	PALLO VRIEND!	18
Meeting 3	PALLO IK!	24
Meeting 4	PALLO SMARTPHONE	30
Meeting 5	DE EMOJI BIJBEL	34
Meeting 6	DE BIJBELBIEB	38
Meeting 7	JE TANDEN IN DE BIJBEL ZETTEN	43
Meeting 8	STUDIO BIJBEL	48
Meeting 9	GOD IS...	51
Meeting 10	GOD IS VADER	55
Meeting 11	GOD IS ZON	60
Meeting 12	GOD IS GEEST	65
Meeting 13	CONTACT. HOE DAN?	71
Meeting 14	CONTACT. LUISTERT GOD WEL?	77
Meeting 15	CONTACT. BEDANKT!	83
Meeting 16	CONTACT. JE WORDT WAT JE BIDT	89
Meeting 17	DE KERK IS... EEN EENHEID	95
Meeting 18	DE KERK IS... EEN DIENST	100
Meeting 19	DE KERK IS... GODS HUIS	106
Meeting 20	DE KERK IS... EEN FEESTJE!	113
	Lijst Heidelbergse Catechismus	118

Inleiding

FOLLOW UP!

In gesprek met jongeren

Follow Up! is een methode die jongeren aan het denken zet over hun leven, wie God is en wat ze geloven. Dat de methode jongeren aanspreekt, komt door de werkvormen en onderwerpen, die aansluiten bij waar jongeren op dat moment mee bezig zijn in hun leven. De opdrachten zijn gevarieerd en leuk én ze bieden diepgang. *Follow Up!* kan gebruikt worden in de breedte van de protestantse kerken en wordt al gebruikt in PKN-gemeenten, gereformeerde kerken en evangelische kerken.

Contact, diepgang en lekker gek!

- *Ontwikkeling* – Tieners van twaalf en dertien jaar maken een enorme ontwikkeling mee: de overgang naar het middelbaar onderwijs, hun lichamelijke ontwikkeling, het zoeken naar wie ze zijn ook ten opzichte van hun ouders. Ze zitten zo écht tussen kind en volwassene in. Daarbij ontwikkelt de ene tiener zich sneller dan de ander.
- *Niveau* – Kenmerkend voor een tienergroep in een kerk is dat alle niveaus bij elkaar komen. Van een vwo-leerling tot een tiener in het praktijkonderwijs. Ja, dat kan soms lastig zijn! Want krijgt elke tiener wel de aandacht die hij of zij nodig heeft? Tegelijk kan het prachtig zijn om elkaar aan te vullen: de een is superdruk én behulpzaam, terwijl een ander zachtjes een antwoord in het oor van iemand anders fluistert. Een derde leeft pas op bij stevige discussies.
- *Leuk én leren* – Tieners zijn gemotiveerd om te komen als het én gezellig én leerzaam is. De inhoud van de programma's van *Follow Up!* zijn gericht op deze beide pijlers. De opdrachten zijn soms ongelooflijk humoristisch en vrolijk. Op andere momenten staat de tedere aandacht voor elkaar centraal, met daarbij altijd een duidelijke link naar de Bijbel. Dát is de kracht van *Follow Up!*

Je bent een gids

We spreken jou, als leider|predikant|mentor van de jeugdgroep aan als *gids*. Een gids kan niet zonder een groep mensen. Je hebt de jongeren nodig in de reis die je met hen maakt.

Als gids heb je ervaring in het geloof. Je kent de ups en downs vanuit je eigen leven. Maar ook als volwassene weet je niet altijd alles. Het is prima als je zelf nog op zoek bent in je (geloofs)leven, deel dat vooral met de jongeren. Dat is iets waar ze enorm veel aan kunnen hebben. Het maakt dat je geloofwaardig en betrouwbaar bent. Een jongere heeft het nodig om te leren van iemand die levensechte verhalen vertelt.

Zorg ervoor dat je de tieners echt leert kennen. Relatie gaat in veel gevallen voor prestatie. Wees oprecht geïnteresseerd in de dingen die de tieners meemaken op school, via social media, thuis of tijdens het sporten.

Het mooie is dat jij, net als Mozes, slechts de weg hoeft te volgen die God jou wijst! Dat betekent in de praktijk: laat je verrassen door de dingen die je (opnieuw) gaat ontdekken. Luister zonder oordeel naar de woorden die God in de Bijbel zegt. Bid voor de jongeren in je groep. Wees jezelf! Gods Geest is aanwezig in het proces waar je met de jongeren bent ingestapt. Hij zal je werk zegenen!

Diepgang in de gespreksgroepjes

- Denk goed na over wie je als eerste een vraag stelt. Wie opent met zijn reactie de weg zodat ook anderen iets durven te delen?
- Zorg ervoor dat jij als leider als laatste je mening geeft in de groep. Dit zorgt voor openheid bij anderen om hun antwoord, gedachte of mening te delen.
- Als er twee leiders zijn bij een gespreksgroepje, durf dan ietwat verschillende rollen te pakken. Laat de ene leider wat genuanceerder antwoorden, terwijl de ander de dingen meer zwart-wit durft te poneren. Welke dynamiek brengt dit spel in de groep?
- Durf door te vragen en betrek anderen bij het gesprek: ‘Misschien weet jij ook een voorbeeld?’
- *Follow Up!* maakt bewust gebruik van diverse werkvormen in de gespreksgroepjes. We sluiten op deze manier aan bij de verschillende leerstijlen die de tieners hebben.

Gebruik van de gids voor de gidsen

De handleiding, de gids, die je nu in handen hebt, is de routekaart voor ongeveer een jaar. In de gids vind je twintig programma’s die zijn opgebouwd uit vijf blokken (Geloven – Bijbel – God – Bidden – Kerk). Elke vierde meeting, de afsluiting van een thema, gaat in op een actueel onderwerp.

Een bijeenkomst met de tieners noemen we een meeting.

Journal voor de tieners

Elke tiener krijgt een mooi vormgegeven journal. Hierin kunnen ze sommige opdrachten en spellen vinden. Ook staan in het journal de Bijbelteksten die van belang zijn voor de bespreking. En natuurlijk kunnen ze hun (creatieve) uitspattingen in het journal kwijt.

Toolbox

Bij *Follow Up!* hoort een toolbox. Een doos met allerlei werkvormen die je kunt gebruiken bij besprekingen. In de doos zitten duurzame materialen. Ook vind je er een lijst met huis-tuin-en-keukenvoorwerpen die je zélf in de doos kunt stoppen.

Superleuk! Superhandig!

Opbouw van een meeting

Algemene tips voor een meeting

- *Locatie* – Bepaal van tevoren de locatie. Het voordeel van een huis-kamer is de gezelligheid en de persoonlijke omgeving. Een soos in de kerk geeft meer ruimte om ook actief met elkaar aan de slag te gaan. Mocht je in een zaal van de kerk zitten, maak de ruimte dan gezellig. De inrichting bepaalt voor een deel de veiligheid en sfeer.
- *Gebed* – Maak een keus op welk moment je wil bidden met de tieners. Doe je dit aan het begin van de bijeenkomst, aan het eind of op beide momenten? Wie bidt er? Maak je een rooster?
- *Consumpties* – Regel je zelf het drinken en koekjes of doen de tieners dit per toerbeurt?
- *Eigen materiaal* – Nemen jongeren zelf de Bijbel en hun journal mee of bewaar je deze in een kast?
- *Duur van een meeting* – Een programma voor een meeting gaat uit van ongeveer een uur.
- *Ken je groep* – Je leert de tieners van de groep steeds beter kennen. Wie is snel en wil steeds meer weten? Wie houdt zich stil? Wie heeft extra uitleg nodig? Wie zit vaak alleen? Sluit aan op de (on)mogelijkheden van jouw groep. Een gouden tip vanaf de eerste ontmoeting: hou van jouw tieners!

Korte voorbereiding vooraf

- *Maak vooraf keuzes* – Lees het programma van de meeting goed door en kies welke opties je wel en niet gaat uitvoeren met de tieners. Wat past bij (het temperament van) je groep en bij jouzelf?
- *Benodigdheden* – Let op de benodigdheden en zorg ervoor dat je die op de dag van de bijeenkomst paraat hebt.
- *Eenvoudig en overzichtelijk* – De opbouw van een meeting is overzichtelijk en je vindt in de gids alle tips voor werkvormen, filmpjes en achtergrondinformatie. Zo is de voorbereiding eenvoudig en kost die niet veel tijd.

De meeting

Kern van de meeting

In twee of drie zinnen lees je wat het doel van de meeting is. Daarop kun je de focus leggen tijdens de meeting.

Bijbelteksten

- De Bijbelteksten die tijdens de meeting worden gebruikt staan uitgeschreven in de gids.
- We maken gebruik van de Bijbel in Gewone Taal, uitzonderingen in de NBV worden genoemd. Soms kiezen we daarvoor als de NBV meer recht doet aan de Bijbelse inhoud van een programma.
- Achter in de gids vind je een lijst met bruikbare zondagen uit de catechismus of artikelen uit belijdenissen die aansluiten bij het thema van een meeting.



Connect

Een tip voor een ontspannen start van de meeting.



Flashback

Een tip voor een korte terugkoppeling van het thema van de vorige meeting.



Countdown

Twee opties om op een leuke manier te starten met het thema in de leefwereld van de tieners.



Follow

Het thema krijgt inhoud en diepte door Bijbelteksten te bespreken. Ook hier staan diverse werkvormen bij, zodat de jongeren de Bijbel beter leren kennen en ontdekken wie God is.

Bij dit onderdeel vind je ook achtergrondinformatie over het thema en de Bijbelteksten.



Level up

Hier vind je twee opties om de kern van de meeting te herhalen, te verdiepen en de link naar de praktijk te maken.



Challenge

De tieners krijgen een opdracht mee die ze in de loop van de week (meestal) in de groepsapp kunnen zetten.



Plug & Play

Een gezellige afsluiting, een spel, een filmpje om de energie na een meeting weer in balans te krijgen en de onderlinge band te versterken. Je kunt ook hier kiezen uit twee opties.

In de tussentijd

In de week na een meeting is het goed om contact met de groep te houden in de groepsapp. De meeste opdrachten van de challenge worden in de groepsapp geplaatst. Dit versterkt het groepsgevoel en je blijft betrokken bij je tieners.

Onderdeel van de serie - Leerplan

Dit is het eerste deel van de herziening van *Follow Up!* Het maakt deel uit van een serie van zes delen. In de leeftijdscategorie twaalf tot dertien jaar zijn er twee delen. Voor veertien- en vijftienjarigen zijn er ook twee delen, net als voor de zestien- en zeventienjarigen.

Visie achter *Follow Up!*

- *Geloofsleren is een levenslang proces.* Je hebt je hele leven de tijd om te groeien in kennis, liefde en geloof. Belijdenis doen of je laten dopen is geen examen, geen moment waarop je alles moet weten wat je voor de rest van je christelijk leven nodig hebt. Daarom hoeven we in de tienertijd niet per se alle kennis erin te stampen die nodig is. Niet alles hoeft aan bod te komen. Het is vooral belangrijk dat het geloof van de tiener zich ontwikkelt, en niet op welk 'niveau' dit zit.
- *Geloofsleren staat nooit los van het leven.* God is de IK BEN, die aanwezig wil zijn in ons leven. Juist voor tieners is de verbinding met het eigen leven belangrijk. Zij zitten in een ontwikkelingsfase waarin ze veel met zichzelf bezig zijn. Daarom zoeken we nog nadrukkelijker de aansluiting bij hun leven. Waar we bij de oude boeken van *Follow Up!* de beweging maakten van de geloofsleer naar het leven, maken we nu de beweging van hun leven naar de geloofsleer.
- *Geloofsleren past niet in een hokje.* Jezus stelt het geloof van een kind als voorbeeld. Het gaat dus niet van een klein geloof als je jong bent naar een groot geloof als je volwassen bent. Wij hoeven de tieners het geloof niet te geven, dat kunnen we niet eens. We mogen hun geloof serieus nemen, op welke manier het zich ook manifesteert. We moeten ook hun twijfel serieus nemen als een gezonde ontwikkeling in hun geloofsleven die hen uiteindelijk helpt om zich het geloof eigen te maken.

- *Geloofsleren doe je samen.* Uit onderzoek blijkt dat tieners vooral veel leren van elkaar en dat het de band met de groep is die hen bij de kerk betrokken houdt. We willen daarom niet alleen aandacht hebben voor wat er van de leider naar de tiener gaat, maar juist ook voor de interactie tussen de tieners onderling.
- *Cyclische opbouw.* De methode heeft een cyclische structuur. Dat betekent dat onderwerpen meerdere malen aan bod komen (door de jaren heen), maar dan op een andere manier of vanuit een andere invalshoek. Een thema als bidden komt dus niet eens in de zes jaar ter sprake, maar meerdere keren. En steeds op een manier die op dat moment past bij de leeftijd en ontwikkelingsfase van de tieners. Zodat het geen saaie herhaling is, maar nieuwe inkijken biedt.

Meeting 1

HALLO JIJ!

Kern van de meeting

Maak op een ontspannen manier kennis met de groep en geef een introductie op de structuur van de meetings. Jongeren leren dat de Bijbel de richtingwijzer is om God te leren kennen.

Bijbeltekst

Psalm 25: 4,5

Heer, laat mij zien hoe ik moet leven,
wijs mij de goede weg.
Leer me om trouw te zijn aan u,
zeg me wat ik moet doen.
Want u bent mijn God,
u bent mijn redder.
Ik hoop op uw hulp,
elke dag weer.



Connect

Inloop, kletsen, bijpraten

TIJD: 5 MINUTEN

BENODIGDHEDEN: DRINKEN EN EEN DOOSJE AUTODROP.

Maak de ruimte gezellig voor de jongeren. Laat een doosje autodrop rondgaan. Vraag aan de tieners met welk vervoermiddel ze zijn gekomen. Met welk vervoermiddel gaan ze naar school?

Vraag naar de veranderingen die veel tieners meemaken: van basisschool naar de brugklas. Lukt het hun de weg en de klaslokalen te vinden?



Flashback

Introductie op het thema

Deze eerste keer geen flashback, maar een introductie over de opzet van de meetings en de verwachtingen van de tieners.

Opzet van de meetings

TIJD: 5-10 MINUTEN

Vertel iets over jezelf en de opzet van de meetings. Deel de journals uit. In het journal staat de opbouw van een meeting. Bespreek dit met de tieners.

	Connect = Relaxe start
	Flashback = Terugkijken op de vorige bijeenkomst
	Countdown = Introductie op het thema
	Follow = samen de Bijbel induiken

	Level Up = Terugkijken waar het over ging
	Challenge = een uitdaging om thuis te doen in de week die volgt
	Plug & play = een spel om het thema op een andere manier je eigen te maken en natuurlijk om het samen leuk te hebben



Countdown

Doe een kort spel om elkaars namen te leren kennen.

Optie A - Kwartet

TIJD: 10 MINUTEN

BENODIGDHEDEN: PENNEN, SCHAAR.

Journalopdracht

De tieners pakken hun journal. Schrijf op elke kaart in het kader je naam. Schrijf op de vier kwartetkaarten vier eigenschappen van jezelf. Onderstreep op elke kaart de A, B, C of D. Knip de kaarten uit. Schud de kaarten van alle tieners door elkaar en speel het kwartetspel.

Optie B – Gouwe ouwe... krantje meppen

TIJD: 10 MINUTEN

BENODIGDHEDEN: OUDE KRANT

Ga in een kring zitten. Eén persoon staat in het midden met een krant. Jij als leider noemt de naam van een tiener. Degene in het midden moet proberen zo snel mogelijk die jongen of dat meisje op de knieën te slaan met een opgerolde krant. Als de persoon die genoemd is een andere naam roept voordat hij gemept is, moet de krantenmepper die persoon afmeppen. Als het lukt om iemand op de knieën te slaan voordat hij een andere naam geroepen heeft, wordt diegene de nieuwe krantenmepper.

Follow

TIJD: 10 MINUTEN

BENODIGDHEDEN: NAVIGATIEAPP, EVENTUEEL EEN KOMPAS



Journalopdracht

- Hoe vind je de weg? Laat de navigatieapp zien. Vertel dat jullie als groep elkaar steeds beter leren kennen. Samen ga je op zoek naar wie God is en hoe je Hem in je leven kan betrekken.
- Lees Psalm 25:4,5 uit de BGT. Deze tekst staat ook in het journal, de tieners lezen de tekst.

Maak een rondje: iedereen leest de tekst voor en vult de naam in van de persoon die naast hem zit. Dus: Heer laat [naam] zien hoe [hij/zij] moet leven, [wijs hem/haar] de goede weg. Leer [naam] om trouw te zijn aan u. Zeg [naam] wat [hij/zij] moet doen. Want u bent [zijn/haar] God. U bent [zijn/haar] redder.

- In het journal staat het woordje mij en ik cursief. Dit wordt dus vervangen door de naam van een tiener.
- De tekst is dan een aantal keren voorgelezen. Zo zullen de tieners de tekst herkennen en onthouden. Als de groep meer dan acht personen telt, verdeel de groep dan bij het voorlezen in twee groepjes.
- Gesprek:
Heb jij wel eens aan God gevraagd wat je moet kiezen?
Heb je toen gemerkt dat God je de weg wees? Hoe ging dat?
- Laat een kompas zien (of gebruik een app met een kompas). Leg aan de tieners uit dat de Bijbel meer op een kompas lijkt dan op een navigatieapp.
De Bijbel geeft richting en (meestal) geen concrete antwoorden op vragen die je hebt.
Je leert God kennen, dat is het belangrijkste van de Bijbel.

Achtergrondinformatie

Psalm 25

David, de schrijver van dit lied, voelt zich bedreigd door vijanden en hij vraagt God wat hij moet doen. Hij betreft God bij de keuzes die hij moet maken.

Door in de Bijbel te lezen, ernaar te luisteren en erover te praten leer je Gods weg kennen.

Het Bijbelboek Psalmen is een poëtisch boek met liederen uit het leven gegrepen, waarbij gevoelens van dankbaarheid, angst, boosheid en verdriet worden beschreven.

David schreef de meeste psalmen. Er is discussie of al die liederen rechtstreeks van David komen of dat het in de stijl van David is geschreven of dat het uit een school komt.

Asaf schreef een aantal psalmen. Ook Salomo en Mozes hebben een paar liederen geschreven.

Datering: de diverse auteurs leefden tussen de tijd van Mozes en de Babylonische ballingschap (tussen 1440-586 voor Christus.)



Level Up

Terugkijken, kort herhalen

Optie 1

TIJD: 10 MINUTEN

BENODIGDHEDEN: STIFTEN, POTLODEN

Journalopdracht

De tieners versieren de tekst van Psalm 25 in hun journal.

Optie 2

TIJD: 10 MINUTEN

BENODIGDHEDEN: GROTE FLAP, STIFTEN

Hang een flap op en vraag een tiener die wil schrijven. Maak een inventarisatie met de tieners over wat ze dit jaar willen doen en wat ze belangrijk vinden. (verwachtingen, plannen, wensen, onderwerpen). Bespreek welke afspraken jullie willen maken. (Bijvoorbeeld: neem je je eigen Journal en bijbel mee of liggen die in de ruimte, afspraken over bidden, wel of niet per toerbeurt.)



Challenge

Post in groepsapp

Maak een groepsapp (als je dat nog niet hebt gedaan). Spreek af dat er de komende week elke dag een appje gepost wordt. Je kunt bijvoorbeeld een mooi lied, een foto van een weg of een belevenis delen.



Plug and play

TIJD: 15 MINUTEN

BENODIGDHEDEN: MEMOBRIEFJES, TAPE, TIMER OF ZANDLOPER

Sluit de meeting op een ontspannen manier af.

A Wie ben ik?

Maak twee teams (bijvoorbeeld de jongens tegen de meiden). Schrijf een persoon op een notitiebriefje en plak dit op het voorhoofd van een van de tieners. Diegene zelf kan dus niet zien wie hij is. Hij of zij mag aan het andere team gesloten vragen stellen om erachter te komen wie hij is (dus alleen vragen die met 'ja' of 'nee' beantwoord kunnen worden). Bepaal de tijd (bijvoorbeeld 3 minuten) en zet de timer. Heb je geraden wie je bent dan krijgt jouw team een punt. Daarna krijgt iemand van het andere team zo'n briefje op z'n voorhoofd en mag die gaan raden.

Op de briefjes kun je bijvoorbeeld zetten:

- Justin Bieber
- Abraham
- Eva
- Sinterklaas
- Donald Duck

B Navigatiespel

- Twee tieners verstoppen zich ergens in de buurt. Ongeveer twee minuten vanaf de plek van jullie adres. Na twee minuten sturen ze de locatie door waar ze zijn, in de groepsapp.
- De anderen zoeken de twee tieners zo snel mogelijk op. De verstopte tieners proberen van hun plek 'ongezien' terug te gaan naar de startlocatie. Als zij ongezien terugkomen, hebben zij gewonnen. Worden ze gezien en getikt door één van de andere tieners, dan heeft die groep gewonnen.
- Spreek af op welk tijdstip de tieners uiterlijk terug moeten zijn.