

ZORGENBOOM

Doel

Zorgen inzichtelijk maken, met elkaar delen en bespreekbaar maken.

Doelgroep

Kinderen tussen 6 en 12 jaar.

Tijd

Afhankelijk van de leeftijd en de groepsgrootte, en van wat er op tafel komt. Pas op: rek het gesprek niet op en forceer niet.

Materiaal

- Een groot vel papier
- Verf of stiften
- Per kind een vel papier met verschillende vormen
- Scharen
- Pennen of potloden

Vorbereiding

Teken of verf op het grote vel papier een grote boom, bijvoorbeeld zoals op pagina 3. Zorg ervoor dat de boom zowel dikke als dunne takken heeft.

Kopieer verschillende vormen (zie voorbeeld op pagina 4). Je kunt ze van tevoren zelf uitknippen of door de kinderen laten uitknippen. Je kunt ook je eigen vormen bedenken en maken.

Beschrijving

Vertel dat iedereen wel eens zorgen heeft. Soms grote zorgen, soms kleine zorgen. Geef eventueel een paar voorbeelden. Die maken dat je steeds maar weer aan die situatie moet denken, zodat je verdrietig wordt, of boos of wat anders. Of dat je niet zo goed meer kunt nadenken of je niet goed kunt concentreren.

God weet dat wij ons wel eens zorgen maken. En soms gebeuren er ook vervelende dingen. God wil ons helpen zodat we goed kunnen omgaan met die zorgen. Ze houden ons soms zo bezig, dat we bijna vergeten dat God belooft dat Hij voor ons zorgt. Hij zegt waar we met onze zorgen naar toe moeten. In 1 Petrus 5:7 staat 'Werp al uw zorgen op Hem, want Hij zorgt voor u'. Leg de tekst uit zodat de kinderen hem goed begrijpen. Deze tekst kun je eventueel op de boom schrijven. Je kunt ook een andere Bijbeltekst bespreken; hieronder vind je een aantal mooie, toepasselijke teksten.

Laat de kinderen ieder een vorm kiezen om hun zorg(en) op te schrijven of te tekenen. Daarna mogen ze hun zorg in de zorgenboom hangen. Als ze het een zware zorg vinden, hangen ze

hem aan een dikke tak. Is het een 'kleine' of lichte zorg, dan mag hij aan een dunne tak hangen.

Je kunt de zorgenboom een tijdje laten hangen. Eventueel kun je de oefening eens in de zoveel tijd herhalen (bijvoorbeeld eens per maand). De kinderen mogen hun zorg dan uit de boom halen. Ze kunnen beslissen of dit nog steeds een zorg van hen is, of dat ze een andere zorg hebben. Geldt de zorg nog, dan kunnen ze opnieuw bepalen of hij aan een dunne of een dikke tak moet hangen. Misschien is de zorg groter of kleiner geworden. Is er een andere zorg bij gekomen, dan kunnen ze een nieuwe maken en in de boom hangen.

Bijbelteksten die je kunt bespreken

- Werp al uw zorgen op Hem, want Hij zorgt voor u (1 Petrus 5:7).
- Wees in geen ding bezorgd, maar laat uw verlangens in alles, door bidden en smeken, met dankzegging bekend worden bij God; en de vrede van God, die alle begrip te boven gaat, zal uw harten en uw gedachten bewaken in Christus Jezus (Fil 4:6-7).
- Daarom zeg Ik (Jezus) u: 'Wees niet bezorgd over uw leven, wat u eten en wat u drinken zult, ook niet over uw lichaam, namelijk waarmee u zich kleden zult. Is het leven niet meer dan voedsel en het lichaam meer dan de kleding? Kijk naar de vogels in de lucht: zij zaaien niet en maaien niet, en verzamelen niet in schuren; uw hemelse Vader voedt ze evenwel; gaat u ze niet ver te boven? Wie toch van u kan met bezorgd te zijn één el aan zijn lengte toevoegen? En wat bent u bezorgd over kleding? Kijk naar de lelies in het veld, hoe ze groeien; ze werken niet en spinnen niet; en Ik zeg u dat zelfs Salomo in al zijn heerlijkheid niet gekleed ging als één van dezen. Als God nu het gras op het veld, dat er vandaag is en morgen in de oven geworpen wordt, zo bekleedt, zal Hij u niet veel meer kleden, kleingelovigen? Wees daarom niet bezorgd en zeg niet: Wat zullen we eten? Of: Wat zullen we drinken? Of: Waarmee zullen wij ons kleden? Want al deze dingen zoeken de heidenen. Uw hemelse Vader weet immers dat u al deze dingen nodig hebt. Maar zoek eerst het Koninkrijk van God en Zijn gerechtigheid, en al deze dingen zullen u erbij gegeven worden.' (Matt 6:25-34).
- Werp uw zorg op de Heere, en Hij zal u onderhouden; Hij zal voor eeuwig niet toelaten dat de rechtvaardige wankelt (Psalm 55:23).

Naar een idee van Riet Fiddelaers-Jaspers en Sabine Noten in 'Gedeeld vedriet' (2006).



