

17

PAS JOU LIGGAAM OP

Dwelms

PRAKTYKLES (OPVOLG VAN LES 14)

ALGEMENE DOELSTELLING

Die kinders moet weet dat dwelms lewensgevaarlik is.

SPESIFIEKE DOELSTELLING

Kennis

Die kinders moet –

- weet dat die misbruik van dwelms, alkohol en enige ander verslawende middel gevaarlik is en tot hulle dood kan lei;
- die verskil kan aantoon tussen gebruik en misbruik;
- besef die *gebruik* van verslawende middels is nie sonde nie;
- onthou die *misbruik* van verslawende middels is dodelik en sondig; en
- verstaan waarom enige ander misbruik ook sonde is.

Gesindheid

- Die kinders moet dankbaar wees dat God hulle besonders geskape het.
- Die kinders moet bereid wees om hulle liggame op te pas.
- Hulle moet enige begeerte om iets te misbruik, weerstaan.
- Hulle moet almal wat verslawende middels gebruik, kan waarsku.

Vaardigheid

Die kinders moet –

- saam met hulle ouers van die internet af 'n lys maak van die nadele van dwelms;
- dodelike dwelms kan opnoem en identifiseer;
- dwelmgebruikers kan identifiseer;
- maats wat hulle weet dwelms gebruik, kan waarsku oor die nadele; en
- professionele hulp kan inroep of laat inroep om dwelmgebruikers te help.

MEER INLIGTING (Genesis 9: 20-22; Johannes 2: 1-10; 1 Konings 19: 1-5; Jona 3: 10 – 4: 8)

Afhanklikheid van alkohol, dwelms en enige verslawende middels is die gevolg van die misbruik van goed wat die Here geskape het om vir 'n goeie doel aangewend te word. Waar trek 'n mens die streep tussen gebruik en misbruik?

Die gebruik van wyn en bier was 'n aanvaarde praktyk in die Bybelse tyd. Ons lees in Johannes 2 dat Christus self water in wyn verander het, terwyl Paulus byvoorbeeld vir Timoteus aanraai om nie net water te drink nie, maar ook 'n bietjie wyn vir chroniese maagprobleme (1 Timoteus 5: 23). Hieruit moet ons dus aflei dat drank en drankgebruik op sigself nie sleg of sonde is nie. Die probleem kom in by misbruik, of soos die oumense gesê het: Enigiets waarby 'n te kom, is sleg: te veel, te gereeld, om te veel te drink, om te gereeld te drink. Genesis 9 maak dit duidelik dat Noag te veel gedrink het. In vers 21 staan dat hy *dronk* was.

As iemand te veel gedrink het, tree hy gewoonlik verkeerd en onverantwoordelik op. In Noag se geval het hy kaal gelê op 'n plek waar sy kinders hom kon sien en dalk ander mense ook. Dit was in daardie tyd 'n groot skande as kinders hulle ouers bekyk het as hulle kaal was. Gam moes nie vir sy pa gekyk het nie, maar sy pa moes ook nie papdrunk en kaal voor sy kind gelê het nie. Hierdeur het die dronk Noag die verhouding tussen hom en sy kind skade aangedoen. Althoe het ook hul verhouding met God geskaad.

Drankmisbruik doen gewoonlik skade aan verhoudings tussen 'n man en 'n vrou, tussen ouers en kinders, tussen God en mens. Hiermee oortree ons die groot gebod van om mekaar lief te hê. Tog moet ons erken dat dinge soos vrees, moedeloosheid en woede aanleiding kan gee dat 'n mens na iets gryp wat jou kan kalmeer of jou vrees kan wegneem.

In baie gevalle gryp mense na drank en pille en dwelms, en misbruik dit. Onder streng toesig van dokters kan middels wat verslawende bestanddele bevat, in presies die regte hoeveelhede gebruik word. Dit maak 'n mens dan gesond. Dit is nie misbruik nie. Dit is verantwoordelike gebruik. Daarvoor dank ons die Here.

Vrees, moedeloosheid en woede is nie abnormaal nie. Ons lees selfs in die Bybel van Elia, die getroue profeet van die Here. Elia, wat die vorige dag so braaf was en die koning en sy afgodsprofete uitgedaag het, word so bang vir Isebel dat hy moedeloos onder 'n besembos gaan sit en wag om dood te gaan.

In Jona 3 lees ons dat Jona kwaad en ontevrede was omdat die Here nie gedoen het wat hy, Jona, wou gehad het nie. Jona was so moedeloos met God se groot genade en liefde dat hy nes Elia gedink het dit is beter om te sterf as om te leef, want die Here doen nie wat hy, Jona, wil hê nie.

Somtyds voel ons ook so moedeloos oor iets, soos Elia en Jona, dat ons dink dit is beter om dood te gaan. Partykeer word ons so kwaad vir ons ouers, boeties en sussies of ons maatjies dat ons iets wil doen om hulle te *straf*. Soms is ons so ontevrede met die lewe dat ons net soos Elia en Jona nie mooi dink nie. Tog sien ons in albei gebeurtenisse dat God intree toe dinge op hulle slegste was.

Ons vergeet dikwels dat ons na God toe kan gaan as ons bang of kwaad of moedeloos is. God het ons so lief dat Hy sy Seun vir ons laat sterf het. Ons moet ook soos Elia en Jona leer dat alles nie altyd is soos ons dit wil hê nie. Daarom word ons bang of twyfel ons of raak ons

moedeloos of kwaad. Ons kan nie altyd die mooiste, of slimste, of die beste in sport of wat ook al wees nie. As ons moedeloos of ontevrede raak of as ons dink niemand waardeer ons nie, hoef ons nie na pille of drank of dwelms te gryp nie. Ons mag na God toe gaan en geduldig vra dat Hy ons rustig en kalm sal hou.

AANBIEDING

JY HET NODIG

- Twee groot kartonne om 'n plakkaat vir die klas te maak, en 'n skêr.
- Ronde gids om uit te sny.
- Indien beskikbaar, kan 'n kundige persoon gevra word om hierdie les aan te bied.

KOM ONS BEGIN

Open met gebed, en vra die Here om mense te help wat verslaaf is.

HET HULLE ONTHOU?

- Vind uit wat hulle elke dag gaan doen het as bewys dat hulle vir iemand omgee. Laat hulle dit met hulle maats bespreek.
- Laat hulle vertel wat hulle neergeskryf het van wat hulle by die dominee of diakonievoorsitter uitgevind het oor wat die Kerk doen om mense te help.

Vra die volgende vrae:

- Hoekom moet ons vir mekaar lief wees en omgee? (*Omdat God ons liefhet en vir ons omgee.*)
- Wat moet ons raaksien in ander mense? (*Ons moet raaksien dat ander mense vir ons omgee, en ons moet dankbaar wees daarvoor.*)

VANDAG LEER ONS

BEGIN SO

Dit is baie maklik om op die verkeerde pad te beland as jy na die verkeerde mense luister. Pasop wat jy doen! Jy dink miskien dis 'n avontuur, maar eintlik loop jy op 'n baie gevaarlike pad. Ek weet van mense wat met 'n viertrekvoertuig in slegte reëntoestande op 'n bergagtige pad gaan ry het, nadat hulle deur die inwoners en die polisie gewaarsku is dat dit lewensgevaarlik is. Die begin was heerlik en 'n groot avontuur, totdat die voertuig in diep modder beland het en hulle in groot gevaar verkeer het. Die voertuig het in die modder gegly, en hulle het in 'n baie onstuimige rivier beland. Gelukkig het ander mense gesien wat gebeur het, en is hulle na baie benoude oomblikke gered.

Die misbruik van medisyne, drank en dwelms kan dieselfde gevolge hê as dié verhaal: Jy beland in die moeilikheid. Daar is nie altyd iemand om jou te help nie. God gee vir ons duidelike riglyne in die Bybel oor hoe ons lewe moet wees. Ons moet in alles op God vertrou en nie op ons eie insigte staatmaak nie.

Weet julle van plekke waar jy gevaar loop om met verkeerde middels in aanraking te kom? (Gee die kinders geleentheid om te praat.)

IETS INTERESSANT

Gebruik MEER INLIGTING hierbo en verduidelik:

- Die verskil tussen gebruik en misbruik.
- Die oorsake van misbruik (spanning, vrees, moedeloosheid, depressie, woede, ensovoorts).
- Die gevolge van misbruik (noem alles en: uiteindelik die dood).
- Dat hulp onmiddellik gekry moet word vir jouself of vir iemand van wie jy weet.
- Dat net God se genade en ander se hulp 'n verslaafde kan help.

IETS BELANGRIK

Voer in diepte 'n gesprek oor die volgende vrae:

- Dink jy dat kinders soms verkeerde en stout dinge doen om hulle ouers te straf? (*Ja, maar daardeur vernietig jy baie keer jou eie lewe.*)
- Aan wie in die Bybel kan jy nog dink wat moedeloos en depressief geraak het? (*Job, Jeremia, Moses, Paulus.*)
- Hoekom dink jy drink party kinders drank of gebruik hulle dwelms? (*Hulle gee toe aan groepsdruk en verkeerde maats omdat hulle te min van hulleself dink, aandag wil trek omdat hulle probleme het, eksperimentering omdat hulle nuuskierig is, om beter oor hulleself te voel, ensovoorts.*)
- Wat dink en doen jy as jy kwaad word vir iets of iemand? (*Verskillende antwoorde is moontlik.*)
- Word jy soms moedeloos en ontevrede, en wat doen jy dan? (*Verskillende antwoorde is moontlik.*)
- Hoekom dink jy waarsku Paulus die Korintiërs in 1 Korintiërs 6: 12 en 10: 23 dat alles ons geoorloof is, maar dat alles nie nuttig is nie? (*'n Mens kan enigiets doen, maar enige ding is nie noodwendig goed vir jou nie, dit kan selfs jou dood beteken.*)
- Hoekom dink jy waarsku Paulus die Korintiërs dat alles ons geoorloof is, maar dat ons ons nie mag laat verslaaf nie? (*Die oomblik wanneer jy jou aan iets laat verslaaf, word daardie ding vir jou belangriker as God.*)
- Wat dink jy beteken verslawing? (*Verskillende antwoorde is moontlik. Die regte antwoord is: Sodra jy beheer oor jouself verloor en abnormaal begin optree.*)
- Waarom mag kinders nie drink nie? (*Daar is dinge wat grootmense mag doen wat kinders nie mag doen nie. Volgens wet moet jy ouer as 18 jaar wees as jy alkohol wil gebruik.*)

IETS OM TE DOEN

Kom ons maak 'n padteken om ons te help op ons lewenspad. Ons almal ken die padtekens wat vir ons sê wat ons nie mag doen nie.

Deel die groep in twee. Die een groep maak 'n plakkaat van wat jy moet doen, en die ander groep maak een met dit wat verbode en sleg is vir jou.

Verbode en sleg	Goed vir ons
Teken die dinge wat sleg is vir jou en wat jy liever nie moet doen nie.	Teken die dinge wat ons eerder moet doen en wat reg en goed is vir ons in die plek van die verkeerde dinge.



- Die kinders moet die brief van 'n vriend of vriendin beantwoord, waarin hulle die maat raadgee en aanbeveel waar hulle hulp moet soek. As hulle nie in die klas klaarkry nie, kan hulle dit tuis gaan voltooi.

BY DIE HUIS

Laat hulle die volgende tuis gaan doen en leer:

DOEN

- Laat hulle by kinders uitvind of hulle weet van iemand wat dwelms gebruik en nog nie hulp ontvang nie. Moedig hulle aan om die name vertroulik vir jou te gee. Kommunikeer met 'n kundige persoon oor hoe om die saak te hanteer, want dit is uiters sensitief en vertroulik.

LEER

GOED	SLEG
1. Om drank en medisyne te <i>gebruik</i> , is nie sonde nie.	1. Die <i>misbruik</i> van drank en dwelms is sonde.
2. Jesus het water in wyn verander.	2. Toe Noag dronk was, het hy onverantwoordelik opgetree voor sy kinders.
3. Paulus het Timoteus aangeraai om 'n bietjie wyn te drink vir sy maag.	3. Drankmisbruik rig baie skade aan in huisgesinne, daarom moet 'n mens altyd besin oor jou optrede.
4. 'n Mens moet medisyne gebruik soos die dokters dit voorskryf. Dan sal dit jou gesond maak.	4. As jou optrede ander om jou ongelukkig maak, moet jy meer verantwoordelik optree.

5. Jona en Elia is deur God gehelp toe hulle op moedverloor se vlakke was.	5. Vrees, moedeloosheid en woede is nie genoeg rede om jou te vergryp aan middels wat afhanklikheid kan veroorsaak nie.
6. Ons moet met al ons vrese en bekommernis na God toe gaan.	6. Die misbruik van gevaarlike middels verhinder ons om die regte verhouding met God en ons medemens te hê.
7. God los nie altyd 'n probleem op soos ons wil hê nie.	
8. God het elkeen van ons spesiaal gemaak en is vir ons baie lief.	

AFSLUITING

Sluit af met gebed en vra veral dat die Here mense wat verslaaf is, moet oortuig om hulp te soek sodat hulle gesond kan word.