Leef saam
HUISGELOOF

WELKOM

Laat elkeen noem watter emosie hulle die meeste gedurende die week ervaar het. Wat was die uitwerking van hierdie emosie op die manier waarop hulle opgetree het?

WONDER

Lees Genesis 4:1-16 saam.

Gesels saam:

- Ons weet nie hoekom God nie Kain se offer aanvaar nie. Ons kom wel later in God se antwoord agter dat sy guns genoeg is vir Kain én Abel. By hierdie offer het God vir Abel raakgesien. Kain se reaksie hierop is die probleem. Watter keuse gee God vir Kain in vers 6-7?
- Het julle al ooit gesien hoe mense soos Kain optree? Hoe kon hulle dit anders hanteer het?
- Aan die einde van die verhaal praat God weer met Kain. Hoe behandel God vir Kain nadat hy ’n baie slegte besluit geneem het?
- Wat sê dit vir ons van hoe God teenoor ons optree wanneer ons foute maak?

WEES

Kyk hoeveel verskillende emosies julle kan neerskryf (daar is baie).

Wenk: Soek nog emosies op die internet as julle vashaak. ’n Oulike bron om emosies te help verstaan, is **https://atlasofemotions.org/**.

Gebruik elke emosie (of kies ’n paar) om die volgende sin te voltooi sodat julle mekaar kan help om verskillende emosies in die huis te hanteer.

Wanneer ek … voel, wil ek hê … (Voorbeeld: Wanneer ek bly voel, wil ek hê julle moet saam met my bly wees; wanneer ek gefrustreerd voel, wil ek spasie hê).

Gesels saam:

- Bespreek wat julle neergeskryf het.
- Op watter manier is God by ons betrokke met hierdie verskillende emosies?

WEGSTUUR

Kyk of julle gedurende die week kan optree soos julle bespreek het. Gee oor ’n week terugvoering.

Hou ’n fliekaand en kyk *Inside out* of *Inside out 2*.