

---

## Smallgroupprogramm ICF Wien, Sonntag 03.04.16

### LETS LOVE ONE ANOTHER - Heute: Alles Sex oder was?!

---

**1. Serienbeschreibung:** Überall sehen wir nackte Haut, doch über Sex wird noch immer kaum gesprochen – besonders in der Kirche nicht. Und wenn doch, dann nur darüber, keinen Sex vor der Ehe zu haben. Doch dies ändert sich in dieser Serie: "Let's LOVE one another - Liebe kann man lernen. Auch im Bett." Eine Predigtreihe, die vermittelt, wie wir als sexuelle Wesen funktionieren, was Gottes Absicht dabei ist und wie wir erfüllende Sexualität erleben können. Mach Dich auf, eine neue Freiheit im Thema Sexualität zu entdecken und erfahre, warum Ehe auch heute noch Sinn macht.



### 2. Ice Breaker:

Wo und wie überall im Alltag begegnet uns „Sex sells“?!

### 3. Predigtzusammenfassung und Reflexionsfragen:

Gott ist nicht verklemmt und das ist gut so ☺ Menschen leben ihre Sexualität sehr unterschiedlich aus, an Gottes guten Ideen leider oft vorbei. Eines davon ist Pornographiekonsum mit hohem Suchtpotential, so Phil Pöschl unser Experte heute. Deshalb gibt uns Jesus für beide Geschlechter folgenden Tipp - **Bibel: Matthäus 5,27; Matthäus 9,12-13;**

- ❖ **Beschreibung von Pornosucht:** Abhängigkeit auf verschiedenen Levels von wenig bis sehr viel, immer mehr wollen, immer längerer Konsum, immer stärkere Bilder...
- ❖ **Mögliche Suchtursachen:** Innere Leere, sich nicht geliebt fühlen, sich nicht wertvoll fühlen, unbearbeitete Konflikte, pure Langeweile, Verletzungen in unserer Sexualität, mangelnde Selbstannahme des eigenen Körpers, Stress, Enttäuschung...
- ❖ **Mögliche Auswege:** 1. Schritt: Ehrlich werden und zu seiner Sucht stehen. 2. Schritt: Entscheidung „Ich will aussteigen.“ 3. Schritt: Ich nehme Hilfe in Anspruch und will frei werden. Konkrete Ideen findest du im nächsten 4. Punkt.

### 4. Praktische Schritte - Tipp: Geht zu zweit zusammen um zu reden.

- ❖ Stuft eure Sucht ein: Niedrig – mittel – hoch und sprecht über eure Suchtursachen.
- ❖ Geht den 3. Schritt: Get Free Workshop und holt euch passende Ideen für euren Ausweg unter [www.nacktetatsachen.at](http://www.nacktetatsachen.at) oder [www.loveismore.de](http://www.loveismore.de) und nutzt die Wiener Selbsthilfegruppe für Männer und Frauen über [safers@safersurfing.eu](mailto:safers@safersurfing.eu)

### 5. Infos aus dem ICF – Infos und Deine Anmeldung unter [www.icf-wien.at](http://www.icf-wien.at):

- ❖ **Workshop:** Get Free Day für alle die Freiheit erleben wollen. Samstag, 23.04.16!
- ❖ **Taufe:** Gehe deinen Next Step und lass dich taufen. Sonntagabend, 24.04.16!