

Smallgroupprogramm ICF Wien, Sonntag 07.08.16

Serie: SUMMERCELEBRATIONS - Heute: Frust lass nach!

1. Serienbeschreibung: Während dem Sommer besuchen uns verschiedene Guestspeakers aus dem ICF Movement. Spannende Herzensmessages erwarten uns hier.



2. Ice Breaker:

Frage: Wann warst du das letzte Mal so richtig frustriert? Wie bist du damit umgegangen?

3. Predigtzusammenfassung und Reflexionsfragen:

Frust begegnet uns immer wieder im Leben. Frustriert sein von Gott, anderen Menschen oder auch von uns selbst. Auch die Bibel beschönigt nichts – **Johannes 21,1-14**. Die 7 Jünger erleben **doppelte Frustration**: 1. Sie gehen einfach zurück in ihren Fischerberuf. 2. Sie fingen eine Nacht lang nichts. Frustrationsmomente können eine göttliche Lerneinheit in unserem Leben sein. Die Nummer 1-Verheissung im Frust ist, dass wir **a)** nicht allein sind – **Johannes 21,4 und b)**, dass Gott uns selbst in unserem Frust noch etwas zutraut und mit uns rechnet – **Johannes 21,5 und c)**, dass er mit uns in jeder Lage an persönlicher Beziehung interessiert ist – **Johannes 21,12-13**. Wir haben in Frustsituationen immer die Wahl zwischen „bitter werden“ wie **Messi** oder „besser werden“ wie **Ronaldo**.

4. Praktische Schritte:

- ❖ Wie gehst du mit Frust in deinem Leben um? Wie reagierst du, wie bewältigst du ihn?
- ❖ Was sind gute und weniger gute Methoden um Frust zu bewältigen?
- ❖ Wo erlebst du immer wieder Frust und warum? Was will Gott dir dadurch beibringen?
- ❖ Wie kannst du anderen konkret helfen wenn sie frustriert sind?

5. Infos aus dem ICF – Infos und Deine Anmeldung unter www.icf-wien.at:

- ❖ **Come Together:** Grillen Tritonwasser. Feiertag, Montag 15.08.16 ab 13.00 Uhr. Deine Anmeldung über www.icf-wien.at ist erforderlich.
- ❖ **Thankyouparty:** Für alle Beter, Spender und Mitarbeiter im ICF Wien. Freitag 23.09.16 am Abend. Weitere Infos folgen.
- ❖ **Reachkollekte:** Wer will großzügig sein? Mehr unter www.icf-wien.at/de/reach-2016