

PYLE IN GOD SE HAND

Gebed vir die volgende geslag

“Soos pyle in die hand van 'n held,
so is die seuns van die jeug.”

Psalms 127:4



IDENTITEIT EN
SELFWAARDE



ANGS EN
GEESTESGESONDHEIDSDRUK



GROEPSDRUK EN
OM IN TE PAS



DIE VALSTRIK VAN
SOSIALE MEDIA-
VERGELYKING



AKADEMIESE EN
LOOPBAAN-
ONSEKERHEID



UITDAGINGS IN
GESINNE EN
VERHOUDINGS



OM DOEL EN
RIGTING IN DIE
LEWE TE VIND

24-7 GEBED VIR HERLEWING

29 Junie – 5 Julie 2026

Jongmense tussen die ouderdomme van twaalf en agtien jaar is besig om van kinderjare na volwassenheid te ontwikkel. Dit is 'n kosbare seisoen van groei, leer, ontdekking en toenemende onafhanklikheid, wat gevoed word deur die wyse raad en liefdevolle ondersteuning van ouers en ander betroubare volwassenes. Tog kan dit in 'n gebroke wêreld ook een van die mees uitdagende tydperke van hul lewens wees.

Die volgende is die werklikheid wat jeug daagliks in die gesig staar:

- **Adolescente depressie het wêreldwyd van 24% tot 37% toegeneem**, met gesinskonflik wat as 'n belangrike bydraende faktor erken word.
- **40%** van tieners is onseker oor hul toekomstige loopbane.
- Slegs **1 uit 5 adolessente** het 'n duidelike besef van hul doel en rigting in die lewe.

Hierdie week bid ons vir die volgende geslag, dat die Heilige Gees hulle oë van die wêreld sal afwend en hulle blik op die Here Jesus sal vestig, sodat hulle die liefdevolle goedertierenheid in Sy oë kan aanskou.

MAANDAG 29 JUNIE 2026

IDENTITEIT EN SELFWAARDE

Voordat Ek jou in die moederskoot gevorm het, het Ek jou geken (Jeremia 1:5).

Een uit elke sewe adolessente wêreldwyd ervaar 'n geestesgesondheidsversteuring, terwyl baie worstel met liggaamsbeeldkwessies en vergelykings op sosiale media, wat hul identiteit, gevoel van behoort en selfwaarde beïnvloed.

Kom ons bid

✠ Bid vir **godvresende mentors, onderwysers en beïnvloeders** om God se waarheid getrou met jongmense te deel wat hul identiteit in Christus soek.

✠ Bid vir **positiewe eweknie-invloed** wat hulle aanmoedig om hulself soos God te waardeer en hul veiligheid in Hom te vind.

✠ Vra die Here om **Sy volmaakte liefde te openbaar**, sodat hulle selfversekerd kan wandel as Sy geliefde kinders.

Praktiese Wenk

Reik met deernis uit na 'n jongmens wat swaarkry. Luister na hul verhaal in 'n veilige, aanvaardende omgewing waar hulle gewaardeer voel en vry is van veroordeling.

DINSDAG 30 JUNIE 2026

ANGS EN GEESTESGESONDHEIDSDRUK

"Julle moet nie ontsteld wees nie. Glo in God; glo ook in My." (Johannes 14:1).

Angsversteurings is die mees algemene geestesgesondheidstoestand onder adolessente en **raak 4,1% van 10–14-jariges en 5,3% van 15–19-jariges wêreldwyd.**

Kom ons bid

✠ Bid vir jongmense wat angs, depressie en ander geestesgesondheidsuitdagings **in die gesig staar**, dat die Here se troos vrede, hoop en vreugde aan hul siele sal bring (Psalm 94:19).

✠ Bid dat hulle op die Heilige Gees, ons Trooster en Helper, sal steun wanneer hulle swak of oorweldig voel en Hom vertrou om hulle in alle waarheid te lei.

Praktiese Wenk

Maak klein gebedskaarte met bemoedigende Skrifgedeeltes soos Psalm 94:19, Johannes 14:1 en Filippense 4:6-7. Deel dit met jong persone en moedig hulle aan om die verse hardop te lees wanneer hulle angstig of oorweldig voel.

WOENSDAG 1 JULIE 2026

GROEPSDRUK EN OM IN TE PAS

Julle is die sout vir die aarde... Julle is die lig vir die wêreld. (Matteus 5:13a,14a).

41% van tieners rapporteer dat hulle druk voel om sosiaal in te pas, terwyl byna 90% sê hulle het op 'n stadium tydens adolessensie groepsdruk ervaar.

Kom ons bid

✠ Bid onophoudelik vir **Christentieners om die Here te eer**, geestelike vrug te dra en te skyn as getuies wat ander na Hom toe trek (Kolossense 1:10–12; Matteus 5:16).

✠ Bid vir **jongmense wat groepsdruk ervaar om openlik met hul ouers te praat** en dat ouers sal luister, leiding gee en hulle ondersteun met wysheid en liefde.

Praktiese Wenk

Moedig 'n jong persoon aan om te deel oor die druk wat hulle by die skool, in sport of aanlyn ervaar. Luister aandagtig sonder om dadelik oplossings aan te bied. Bied aan om saam met hom/haar te bid oor hul Godgewe gawes, karakter en sterkpunte.

DONDERDAG 2 JULIE 2026

DIE VALSTRIK VAN SOSIALE MEDIA-VERGELYKING

Ek wil U loof, want U het my op 'n wonderbaarlike wyse geskep. Wat U gedoen het, vervul my met verwondering. (Psalm 139:14).

Byna **die helfte van tieners (48%)** ervaar druk deur sosiale media om op 'n sekere manier te lyk, wat bydra tot laer selfbeeld en slegter geestesgesondheid.

Kom ons bid

✠ Bid dat **jongmense kieskeurig** en selektief sal wees oor die sosiale media-inhoud en beïnvloeders wat hulle aanlyn volg.

✠ Bid ook dat **tieners betekenisvolle sosiale verbindings buite** sosiale media bou en stokperdjies, belangstellings, sport- en boekklubs verken wat gesonde vriendskappe en persoonlike groei bevorder.

Praktiese Wenk: Moedig 'n jongmens aan om 'n naweekbreek weg van sosiale media te neem en daardie tyd te spandeer aan aktiwiteite waarvan hulle hou, soos lees, sport, kuns, musiek of om ander te dien. Bespreek daarna hoe die breek hul gedagtes, emosies en selfwaarde beïnvloed het.

VRYPDAG 3 JULIE 2026

AKADEMIESE EN LOOPBAANONSEKERHEID

Vir een het hy vyf goue muntstukke gegee, vir 'n ander twee en vir 'n derde een. Hy het aan elkeen volgens sy bekwaamheid gegee... (Matteus 25:15).

20,4% van jongmense is nie in diens, onderwys of opleiding nie, terwyl 272 miljoen wêreldwyd steeds nie skool bywoon nie.

Kom ons bid

- ✂ Bid dat die jeug hul **Godgegewe gawes en talente sal ontdek** (1 Petrus 4:10).
- ✂ Bid ook dat hulle 'n **diep ontsag vir God en Sy weë** sal ontwikkel (Sprenke 2:1–12) en dat Hy in hulle 'n begeerte sal plant om wysheid en kennis na te jaag.

Praktiese Wenk: Nooi 'n jong persoon uit om 'n dag saam met jou by jou werkplek deur te bring. Vra oor hul hoop, drome en toekomstige aspirasies. Terwyl jy luister, soek geleenthede om hulle aan te moedig, om vir God se leiding oor hul lewe te bid en, waar toepaslik, as mentor saam met hulle te stap.

SATERDAG 4 JULIE 2026

UITDAGINGS IN GESINNE EN VERHOUDINGS

Mag julle sy liefde ken, liefde wat ons verstand te bowe gaan en mag julle heeltemal vervul word met die volheid van God. (Efesiërs 3:19).

Konflik binne die gesin dra grootliks by tot emosionele en verhoudingsuitdagings onder adolessente en beïnvloed hul gevoel van veiligheid, behoort en algehele geestelike welstand.

Kom ons bid

- ✂ Bid vir tieners in enkelouer- en kindhoof-huishoudings, dat hulle **hul laste op die Here sal plaas en troos in Sy sorg sal vind** (Matteus 11:28-30; 1 Petrus 5:7).
- ✂ Bid dat gesinne met gespanne verhoudings **die Here Jesus as die Vors van Vrede sal ken**, vergifnis sal bied en emosionele genesing sal ervaar.

Praktiese Wenk

Oorweeg dit om 'n jongmens uit 'n enkelouer- of kindhoof-huishouding te nooi om saam met jou gesin 'n ete, uitstappie of spesiale geleentheid by te woon. Eenvoudige dae van vriendelikheid kan hulle help om 'n gevoel van samehorigheid en ondersteuning te ervaar.

SONDAG 5 JULIE 2026

OM DOEL EN RIGTING IN DIE LEWE TE VIND

Ek weet wat Ek vir julle beplan, sê die Here: voorspoed en nie teenspoed nie; Ek wil vir julle 'n toekoms gee, 'n verwagting! (Jeremia 29:11).

Meer as 1 uit elke 5 jongmense wêreldwyd is nie in diens, onderwys of opleiding nie, wat **onsekerheid oor hul toekomstige rigting en geleenthede skep**.

Kom ons bid

✠ Bid dat **jongmense God se wil vir hul lewens sal soek**, hul Godgegewe gawes en roeping sal ontdek en Hom in volkome gehoorsaamheid sal volg.

✠ Te midde van ekonomiese onsekerheid en beperkte geleenthede, bid dat jongmense **oneerlike wins en skadelike invloede sal weerstaan** en in wysheid, integriteit en volharding sal wandel.

Praktiese Wenk

Nooi 'n jongmens om jou by die werk te vergesel. Stel hulle bloot aan verskillende loopbaanrigtings en moedig vrywillige diens, entrepreneurskap of vakansiewerk aan om vaardighede, 'n sterk werksetiek en doelgerigtheid te ontwikkel.