



Orange

Ideenheft 2018
SEELSORGE



Das will dieses Heft sein

Auch in diesem Jahr wollen wir wieder ein gemeinsames Thema in unserer Gemeinde haben. In den Gottesdiensten, in den Gruppen und vor allem hoffentlich dann auch zu Hause, im Alltag, dort, wo das Leben stattfindet. ORANGE heißt diese Aktion, weil dabei das, was man in der Gemeinde hört und erlebt (dafür steht die Farbe GELB) und die Liebe in den Familien (ROT) zusammenkommen soll. Los geht's am 11. November und dann bis in die Woche vor dem ersten Advent.

Wir beschäftigen uns mit dem Thema „Seelsorge“. Das ist nicht nur etwas für schwere Zeiten, sondern geschieht in den unterschiedlichen Begegnungen in unseren Familien und in unserer Gemeinde. Gott tut uns gut. Er sorgt sich um unsere Seele. Und wir können einander auch guttun und füreinander sorgen. Der Arbeitskreis Seelsorge hat sich Gedanken gemacht, wie man dieses Thema in den Gruppen betrachten kann. Einen Impuls für das Thema der Woche gibt es jeweils in der Predigt am Sonntag. Damit ihr dort dann mit eurer Gruppe an diesem Thema weiterarbeiten könnt gibt es dieses Heft. Es ist ein Pool an Ideen, Fragen und Methoden, der euch bei eurer Vorbereitung helfen soll.

Und so ist er aufgebaut:

Die **Überschrift** beschreibt das Thema der Woche. Um diesen Teilaspekt der Seelsorge geht's in der Predigt und dann auch bei euch in den Gruppen.

Zu Beginn findest du **Raum für die eigenen Gedanken**. Hier kannst du festhalten, was dir spontan zum Thema einfällt, oder was du aus der Impulspredigt am Sonntagmorgen mitgenommen hast. Was Gott zu dir persönlich sagt ist die Grundlage für das, was du in deiner Gruppe weitergibst. Halte deshalb ein paar Stichpunkte fest und denke daran weiter im Laufe der Woche. Vielleicht entwickelst du daraus ja auch schon ganz eigene Ideen für die Gruppengestaltung.

Darunter findest du eine Menge Ideen. Sie sind aufgeteilt in die **Kategorien** „Für Kinder“, „Für Jugendliche“ und „Für Erwachsene/Senioren“. Je nachdem, in welchem Alter die Teilnehmer der Gruppe sind, die du leitest, findest du jeweils passende Vorschläge. Natürlich darfst du auch in die anderen Bereiche schauen; vielleicht machst du ja etwas von dort in abgewandelter Form.

Einige Materialien findet man im UG des Gemeindehauses im Tischfußballraum in einem mit „Orange-Aktion“ beschrifteten orangen Karton. Hier kann man sie anschauen, Manches auch zum Weitergeben dort rausnehmen. Diese Dinge sind hier mit (Gem) gekennzeichnet. Manche Ideen sind mit Links versehen. Hier kannst du selbst anschauen, was es im Internet zum Thema gibt. Außerdem werden zu einzelnen Bastel- oder sonstigen Ideen Vorlagen auf unserer Gemeindeforum kirche-bernloch-meidelstetten.de in einem **medialen Ideenpool** zu finden sein. Diese sind hier im Heft mit (Cloud) gekennzeichnet. Um dort reinzukommen brauchst du ein Passwort. Es lautet: Alltagsseelsorge. Vielleicht entwickelt ihr selbst ja Ideen über dieses Heft hinaus, die auch für andere Mitarbeiter interessant sind. Die können wir dann auch dort reinstellen. Schick sie einfach ans Pfarramt.

Das wichtigste Ziel der ORANGE-Aktion ist es, dass die Teilnehmer eurer Gruppen (und ihr selbst natürlich auch) über das Wochenthema zu Hause ins Gespräch mit ihrer Familie und Freunde kommen. Beachtet also bei der Vorbereitung der Gruppenstunde, dass ihr ihnen dafür Hilfestellungen bietet.

Und nun viel Vergnügen beim Vorbereiten! Toll, dass du mit deiner Gruppe dabei bist!



1. Woche

Vertrauen/Beziehungsfähigkeit

Raum für eigene Gedanken:

Für Kinder

Lieder

- Petrus sieh nur zu Jesus (Jungscharlieder 106)
- Meinem Gott vertraue ich gerne (Mike Müllerbauer)
- "Sei mutig und stark" (Cloud)
- Gottes große Liebe (Cloud)
- Hilfe in der Not (Cloud)

Biblische Geschichten

- Petrus auf dem Wasser mit Blick auf Jesus laufend (Matthäus 14, 22-33)
- Hauptmann mit krankem Diener (Lukas 7,1-10)
- Heilung der „blutflüssigen“ Frau (Lukas 8, 43-48)

Bücher/CD

- Nicht wie bei Räubers ... von Ursula Frank Geschichte über Gottvater (**Gem**)
- Gott hat dich lieb – Bibel (**Gem**)

Spiele / Aktion

für Kinder ca. 3 – 11 Jahren:

Kopiervorlage – Was stärkt unsere Beziehungen

Zu verwenden als Memory, als Bildkarten zum Ausmalen, als Gesprächsgrundlagen, um eigene Geschichten und Erlebnisse zu erzählen (**Cloud**)

für Kinder ca. 6 – 14 Jahren

Kopiervorlage – Wir sind füreinander da!

Zu verwenden als Memory, als Gesprächsgrundlage, als Merkkärtchen für die praktische Umsetzung (**Cloud**)

ab Grundschulalter:

Geschichte: „Der Segen meines Großvaters“ von Rachel Naomi Remen (Cloud)

Spiel: Gemeinsames Klatschen im Kreis

Zwei beliebige Personen (A und B) die neben einander stehen, sehen sich an und klatschen beide gleichzeitig in die Hände. Wichtig ist, dass nur ein gemeinsames Klatschen

zu hören ist. Person A oder B dreht sich anschließend um 180 Grad zum Nachbarn C, und beide klatschen wieder gleichzeitig, wie oben beschrieben. Das geht paarweise, nacheinander reihum.

Anmerkung:

Die Übung ist gut um im Hier und Jetzt zu sein. Denn nur wenn die Beteiligten im Hier und Jetzt sind, klatschen zwei Personen gleichzeitig, d.h. nur dann hört man wirklich nur einen Klatscher. Sobald einer der Beiden die Kontrolle übernimmt, indem er plant oder seinen Rhythmus durchsetzen will, klappt der gemeinsame Klatscher nicht. Es sind dann immer zwei Klatscher kurz hintereinander zu hören.

Spiel: Vertrauensspiel mit einer Decke

Eine Decke auf den Boden legen, alle stellen sich darum, einer von der Gruppe legt sich auf die Decke und die anderen heben ihn vorsichtig gemeinsam hoch, wenn die Person auf der Decke keine Angst kann man sie mehrmals hochheben. Danach kommt der nächste dran.

Es geht um Vertrauen und wie wir gemeinsam in einer Gruppe jemand hochheben und halten können. Aber auch um Verantwortung, den anderen nicht fallen zu lassen und ihn auch nur so hochzuheben, wie er es aushalten kann.

Sonstiges

Ein Buch basteln, um Gebete reinzuschreiben

Für Jugendliche

Lieder

- Oceans (FJ5 108)
- My lighthouse (FJ 5 202)

Biblische Geschichten

- Petrus auf dem Wasser mit Blick auf Jesus laufend (Matthäus 14, 22-33)
- Hauptmann mit krankem Diener (Lukas 7,1-10)
- Heilung der ‚blutflüssigen‘ Frau (Lukas 8, 43-48)

Fragen:

- Wo zeigt sich Vertrauen in der Geschichte?
- Wie hat sich das Vertrauen ausgewirkt?
- Würdest du dich getrauen ... aus dem Boot zu steigen?
- Wo/Wann hast du Jesus Vertrauen entgegengebracht?
- Wie hat sich dein Vertrauen ausgewirkt?
- Konntest du gute Erfahrungen mit Vertrauen sammeln?
- Wo ist dein Vertrauen durch gute Erfahrungen gewachsen?

Spiele/ Aktionen

Blind geführt (ab ca. 14 Jahren):

Jemand lässt sich die Augen mit einem Tuch verbinden und lässt sich durch den Raum führen, z.B. zuerst in dem die Person mit der Augenbinde eine Hand auf die Schulter des Anderen legt und hinterher läuft, dann im zweiten Schritt vielleicht an der Hand geführt nebenher läuft (mündliche - Ankündigungen des Führenden z. B. jetzt kommen zwei Treppenstufen sind wichtig!!

In einen Kletterpark gehen (z.B. am Lichtenstein)

Schlangenlauf

Alle stellen sich ohne Schuhe und ohne Socken hintereinander in einer Schlange auf. Nur der Erste hat die Augen offen der Rest geschlossen. Alle halten sich an den Schultern des Vorderen fest. Dann gehen alle dem Ersten hinterher. Der Erste geht durch verschiedene Untergründe (Kies, Gras, Sand, Wasserpfütze,...) und alle anderen folgen ihm. Bei diesem Spiel müssen alle dem Ersten vertrauen.

Tragende Hände

Die Gruppe bildet ein Spalier und jeder hält sich jeweils mit den Händen am gegenüberstehenden Gruppenmitglied fest. Ein Freiwilliger legt sich nun auf diese haltenden Hände. Die Gruppe versucht nun den Freiwilligen hochzuheben, abzusenken, zu schütteln, hin und her zu rollen, hin oder her zu schaukeln, oder ähnlich einem Förderband auch mal vorwärts, mal rückwärts wandern zu lassen.

Ziel der Übung: Der Freiwillige soll spüren, dass er absolut gehalten wird und sicher ist.

Natur blind erleben und ertasten

Jeweils 2 Personen bilden ein Paar. Einer Person werden die Augen verbunden. Die andere Person führt diese Person durch einen kleinen Wald zu einem bestimmten Baum. Die blinde Person kann nun diesen Baum ertasten und wird wieder zurückgeführt. Anschließend darf die Person ihren Baum wieder suchen.

Ziel des Spiels: Der Blinde darf sich auf die Führung des Partners verlassen.

Natur blind erleben

Wie zuvor, jedoch anstatt sich am Partner zu orientieren läuft jeder Blinde an einem durch das Gelände gespannten Seil entlang.

Ziel des Spiels: Das Seil als Symbol des Sicher-geführt-Werdens erleben und gleichzeitig mit allen Sinnen auf den Weg achten.

Seitenwechsel

Die Gruppe steht in einem Kreis. Nun wechselt jeder seine Seite und geht zur gegenüberliegenden Seite, ohne das Gegenüber zu berühren.

Variante: dasselbe auch mit geschlossenen Augen.

Ziel: aufeinander achtgeben und Rücksichtnahme lernen

Zick-Zack-Kreis

Alle stehen im Kreis und halten sich fest an den Händen. Jeder zweite lässt sich einmal nach hinten fallen, während die Anderen sich nach vorne fallen lassen. Anschließend umgekehrt. Die Füße bleiben unbewegt.

Ziel: Vertrauen, dass die Abstimmung funktioniert

Verletzentransporte

Zwei Personen halten sich mit beiden Händen fest. Darauf setzt sich eine dritte Person, die nun über einen Hindernis-Parkour oder eine Wegstrecke von ca. 500 Metern getragen werden muss.

Ziel: Einer für alle - alle für einen, auch wenn schwierige Wege zurückzulegen sind. Keiner wird im Stich gelassen.

Auf einem Bein

Es wird ein kleiner Kreis eingezeichnet. Alle stehen nun nur mit einem Fuß im Kreis und halten sich gegenseitig fest, während der Oberkörper nach hinten lehnt.

Ziel: Die Gruppe als ausgeglichene Einheit erfahren. Einer hält den Anderen und nur durch das Gleichgewicht wird die Gruppe gehalten.

Minenfelder

Einem Partner werden die Augen verbunden. Dieser muss durch ein "Minenfeld" laufen. Als Minen dienen irgendwelche Gegenstände, die in einem Spielfeld verstreut liegen. Der andere Partner gibt Anweisungen, wie zu laufen ist. Wird eine Mine berührt, ist man aus dem Spiel.

Ziel: gute Kommunikation ist wichtig!

Katz und Maus

Eine Person ist die Maus, die andere die Katze. Beide bekommen die Augen verbunden. Die Katze hat einen "Trainer", die Maus hat einen "Trainer". Aufgabe ist es nun, dass die Maus rechtzeitig ihr Mausloch findet, bevor die Katze sie schnappt. Als Spielfeld dient eine markierte Fläche. Die Trainer dürfen nicht reden, sondern geben ihre Anweisungen nur per Fingerschnippen oder in die Hände klatschen. Die Anweisungen können zuvor vereinbart werden (Gehen, Stopp, Rechts, Links - 1x,2x schnippen oder klatschen)

Die menschliche Kamera

Vertrauen üben und die Welt neu wahrnehmen: Die Teilnehmer teilen sich in Paare auf. Jedes Paar bestimmt, wer zuerst Fotograf und wer zuerst Kamera sein möchte. Die Kamera schließt dann die Augen, und der Fotograf führt sie behutsam durch die Gegend. Wenn er ein interessantes Motiv entdeckt, richtet er die Kamera danach aus und betätigt dann den Auslöser (ein vereinbartes Zeichen z.B. Druck auf die rechte Schulter). Daraufhin öffnet die Kamera ganz kurz ihre Augen (1-2 Sekunden, evtl. bei Bildern verschiedene Belichtungszeiten ausprobieren) und nimmt die Szene auf. Die beiden fotografieren auf diese Art und Weise eine Reihe unterschiedlicher Bilder (5 bis max. 10). Der Fotograf sollte unter anderem darauf achten, dass sich sowohl Nahaufnahmen als auch Panoramabilder darunter befinden. Anschließend berichtet die Kamera über die Bilder. Während die beiden ihre Erfahrungen austauschen, suchen sie die Originalmotive noch einmal auf. Dann werden die Rollen getauscht.

Geschichte: „Der Segen meines Großvaters“ von Rachel Naomi Remen (Cloud)

für Kinder ca. 6 – 14 Jahren

Kopiervorlage: Was stärkt unsere Beziehungen

Zu verwenden als Memory, als Gesprächsgrundlage, als Merkkärtchen für die praktische Umsetzung

Gemeinsames Klatschen im Kreis

Zwei beliebige Personen (A und B), die neben einander stehen, sehen sich an und klatschen beide gleichzeitig in die Hände. Wichtig ist, dass nur ein gemeinsames Klatschen zu hören ist. Person A oder B dreht sich anschließend um 180 Grad zum Nachbarn C, und beide klatschen wieder gleichzeitig, wie oben beschrieben. Das geht paarweise, nacheinander reihum.

Anmerkung:

Die Übung ist gut, um im Hier und Jetzt zu sein. Denn nur wenn die Beteiligten im Hier und Jetzt sind, klatschen zwei Personen gleichzeitig, d.h. nur dann hört man wirklich nur einen Klatscher. Sobald einer der beiden die Kontrolle übernimmt, indem er plant oder seinen Rhythmus durchsetzen will, klappt der gemeinsame Klatscher nicht. Es sind dann immer zwei Klatscher kurz hintereinander zu hören.

Vertrauensspiel mit einer Decke

Eine Decke auf den Boden legen. Alle stellen sich darum, einer von der Gruppe legt sich auf die Decke und die anderen heben ihn vorsichtig gemeinsam hoch, wenn die Person auf der Decke keine Angst kann man sie mehrmals hochheben. Danach kommt der nächste dran.

Es geht um Vertrauen und wie wir gemeinsam in einer Gruppe jemand hochheben und halten können. Aber auch um Verantwortung, den Anderen nicht fallen zu lassen und ihn auch nur so hoch zu heben, wie er es aushalten kann.

Sonstiges

Ein Buch basteln, um Gebete reinzuschreiben

Für Erwachsene / Senioren

Lieder

- Oceans (FJ5 108)
- Wo ein Mensch Vertrauen gibt (EG 638)
- Auf meinen lieben Gott traue ich in Angst und Not (EG 345)

Biblische Geschichten

- Petrus auf dem Wasser mit Blick auf Jesus laufend (Matthäus 14,22-33)
- Hauptmann mit krankem Diener (Lukas 7,1-10)
- Heilung der „blutflüssigen“ Frau (Lukas 8,43-48)

Fragen:

- Wo zeigt sich Vertrauen in der Geschichte?
- Wie hat sich das Vertrauen ausgewirkt?
- Würdest du dich getrauen ... aus dem Boot zu steigen?
- Wo/Wann hast du Jesus Vertrauen entgegengebracht?
- Wie hat sich dein Vertrauen ausgewirkt?
- Konntest du gute Erfahrungen mit Vertrauen sammeln?
- Wo ist dein Vertrauen durch gute Erfahrungen gewachsen?

Bücher/CD

Nicht wie bei Räubers (für große und kleine Leute) ... von Ursula Frank (Wie wirken sich die eigenen früheren Lebenserfahrungen auf die Gottesbeziehung/Beziehungen auf andere Menschen aus)

Gott hat dich lieb – Bibel (Gem)

Vertrauenssache von Ruth Rau (Impuls zum Zusammenhang: eigene Lebensgeschichte / Vertrauensbrüche / Gott vertrauen / Menschen vertrauen) **(Gem)** (Heftchen vom OJC „Gott ist anders“, S. 52)

... oder bestellen: Brennpunkt-Seelsorgeheft: Gott ist anders (kostenlos beim OJC erhältlich) oder <https://www.ojc.de/brennpunkt-seelsorge/2007/gottesbild-vaterbild/katzen-vertrauen-beziehung-freundschaft/>

Elterliche Allianz ist gefragt → <http://nr4-3.gehaltvoll-magazin.de/mobile/index.html#p=41>

<https://dasbibelprojekt.de/videos/die-gute-nachricht/>

<https://dasbibelprojekt.de/videos/messias/>

Spiele/ Aktionen

In einen Kletterpark gehen (z.B. am Lichtenstein)

Blind geführt

Jemand lässt sich die Augen mit einem Tuch verbinden und lässt sich durch den Raum führen, z.B. zuerst in dem die Person mit der Augenbinde eine Hand auf die Schulter des Anderen legt und hinterher läuft, dann im zweiten Schritt vielleicht an der Hand geführt nebenher läuft (mündliche - Ankündigungen des Führenden z. B. jetzt kommen zwei Treppenstufen sind wichtig!!)

Schlangenlauf

Alle stellen sich ohne Schuhe und ohne Socken hintereinander in einer Schlange auf. Nur der Erste hat die Augen offen der Rest geschlossen. Alle halten sich an den Schultern des Vorderen fest. Dann gehen alle dem Ersten hinterher. Der Erste geht durch verschiedene Untergründe (Kies, Gras, Sand, Wasserpfütze,...) und alle anderen folgen ihm. Bei diesem Spiel müssen alle dem Ersten vertrauen.

Tragende Hände

Die Gruppe bildet ein Spalier und jeder hält sich jeweils mit den Händen am gegenüberstehenden Gruppenmitglied fest. Ein Freiwilliger legt sich nun auf diese haltenden Hände. Die Gruppe versucht nun den Freiwilligen hochzuheben, abzusenken, zu schütteln, hin und her zu rollen, hin oder her zu schaukeln, oder ähnlich einem Förderband auch mal vorwärts, mal rückwärts wandern zu lassen.

Ziel des Spiels: Der Freiwillige soll spüren, dass er absolut gehalten wird und sicher ist.

Natur blind erleben und ertasten

Jeweils 2 Personen bilden ein Paar. Einer Person werden die **Augen** verbunden. Die andere Person führt diese Person durch einen kleinen Wald zu einem bestimmten Baum. Die blinde Person kann nun diesen Baum ertasten und wird wieder zurückgeführt. Anschließend darf die Person ihren Baum wieder suchen.

Ziel des Spiels: Der Blinde darf sich auf die Führung des Partners verlassen.

Natur blind erleben

Wie zuvor, jedoch anstatt sich am Partner zu orientieren, läuft jeder Blinde an einem durch das Gelände gespannten Seil entlang.

Ziel des Spiels: Das Seil als Symbol des Sicher-geführt-Werdens erleben und gleichzeitig mit allen Sinnen auf den Weg achten.

Seitenwechsel

Die Gruppe steht in einem Kreis. Nun wechselt jeder seine Seite und geht zur gegenüberliegenden Seite, ohne das Gegenüber zu berühren.

Variante: dasselbe auch mit geschlossenen Augen.

Ziel: aufeinander achtgeben und Rücksichtnahme lernen

Zick-Zack-Kreis

Alle stehen im Kreis und halten sich fest an den Händen. Jeder zweite lässt sich einmal nach hinten fallen, während die Anderen sich nach vorne fallen lassen. Anschließend umgekehrt. Die Füße bleiben unbewegt.

Ziel: Vertrauen, dass die Abstimmung funktioniert

Verletzentransporte

Zwei Personen halten sich mit beiden Händen fest. Darauf setzt sich eine dritte Person, die nun über einen Hindernis-Parkour oder eine Wegstrecke von ca. 500 Metern getragen werden muss.

Ziel: Einer für alle - alle für einen, auch wenn schwierige Wege zurückzulegen sind. Keiner wird im Stich gelassen.

Auf einem Bein

Es wird ein kleiner Kreis eingezeichnet. Alle stehen nun nur mit einem Fuß im Kreis und halten sich gegenseitig fest, während der Oberkörper nach hinten lehnt.

Ziel: Die Gruppe als ausgeglichene Einheit erfahren. Einer hält den Anderen und nur durch das Gleichgewicht wird die Gruppe gehalten.

Minenfelder

Einem Partner werden die Augen verbunden. Dieser muss durch ein "Minenfeld" laufen. Als Minen dienen irgendwelche Gegenstände, die in einem Spielfeld verstreut liegen. Der andere Partner gibt Anweisungen, wie zu laufen ist. Wird eine Mine berührt, ist man aus dem Spiel.

Ziel: gute Kommunikation ist wichtig!

Katz und Maus

Eine Person ist die Maus, die andere die Katze. Beide bekommen die Augen verbunden. Die Katze hat einen "Trainer", die Maus hat einen "Trainer". Aufgabe ist es nun, dass die Maus rechtzeitig ihr Mauseloch findet, bevor die Katze sie schnappt. Als Spiel-

feld dient eine markierte Fläche. Die Trainer dürfen nicht reden, sondern geben ihre Anweisungen nur per Fingerschnippen oder in die Hände klatschen. Die Anweisungen können zuvor vereinbart werden (Gehen, Stopp, Rechts, Links - 1x,2x schnippen oder klatschen)

Die menschliche Kamera

Vertrauen üben und die Welt neu wahrnehmen: Die Teilnehmer teilen sich in Paare auf. Jedes Paar bestimmt, wer zuerst Fotograf und wer zuerst Kamera sein möchte. Die Kamera schließt dann die Augen, und der Fotograf führt sie behutsam durch die Gegend. Wenn er ein interessantes Motiv entdeckt, richtet er die Kamera danach aus und betätigt dann den Auslöser (ein vereinbartes Zeichen z.B. Druck auf die rechte Schulter). Daraufhin öffnet die Kamera ganz kurz ihre Augen (1-2 Sekunden, evtl. bei Bildern verschiedene Belichtungszeiten ausprobieren) und nimmt die Szene auf. Die beiden fotografieren auf diese Art und Weise eine Reihe unterschiedlicher Bilder (5 bis max. 10). Der Fotograf sollte unter anderem darauf achten, dass sich sowohl Nahaufnahmen als auch Panoramabilder darunter befinden. Anschließend berichtet die Kamera über die Bilder. Während die beiden ihre Erfahrungen austauschen, suchen sie die Originalmotive noch einmal auf. Dann werden die Rollen getauscht.

Geschichte: „Der Segen meines Großvaters“ von Rachel Naomi Remen (Cloud)



2. Woche

Vergebung/Versöhnung

Raum für eigene Gedanken:

Für Kinder

Lieder

Alles hat er mir erlassen (**Gem / Cloud**)

Biblische Geschichten

- Verlorener Sohn (Lukas 15,12-31)
in: "Die Gott hat Dich lieb Bibel" von Sally Lloyd-Jones und Jago. Diese Bibel gibt es sowohl im Buchcafé, als auch bei Karin Reusch und bei Linda Lutz.
- Josef und seine Brüder (v.a. 1. Mose 44+45)
in: "Die Gott hat Dich lieb Bibel" von Sally Lloyd-Jones und Jago. Diese Bibel gibt es sowohl im Buchcafé, als auch bei Karin Reusch und bei Linda Lutz.

- Fragen:
Was war Josef wichtig in der Begegnung mit seinen Brüdern und wie konnte er ihnen vergeben und sich mit ihnen versöhnen?

Spiele

Rucksack mit Steinen

Eine Strecke mit gefülltem Rucksack gehen. Die Zeit stoppen. Eine Strecke ohne Steine gehen. Erleichterung erfahren.

Sonstiges

Kurzfilm: <https://dasbibelprojekt.de/videos/opfer-und-suehne/> (ab Jungcharakter)

für Kinder ca. 3 – 12 Jahren

Kopiervorlage: Wo war jemand gemein zu mir? Was hat mich verletzt?

Zu verwenden als Memory, als Gesprächsgrundlagen um eigene Geschichten und Erlebnisse zu erzählen (**Cloud**)

Für Jugendliche

Lieder

- Wie ein Fest nach langer Trauer (FJ 1 242)
- Zwischen Himmel und Erde ist ein Riss (FJ3 221)

Biblische Geschichten

- Verlorener Sohn (Lukas 15,12-31)
- Josef und seine Brüder (v.a. 1. Mose 44+45)

• Fragen:

- Worum geht es in der Geschichte?
- Hast du selbst schon einmal vergeben? Wie ging es danach weiter? Hat sich etwas verändert und wenn ja was?
- Gibt es etwas, das es dir schwer macht, zu vergeben?
- Was könnte der erste Schritt in Richtung Vergebung sein, wenn du es dir wie einen Prozess (der Zeit braucht) vorstellst?
- Was könnte den Vater im „Verlorenen Sohn“ veranlasst haben, nach seinem Sohn Ausschau zu halten und ihn wieder aufzunehmen?
- Was macht es so wichtig, in unserer Beziehung zu Gott unsere Schuld und Sünde (Trennendes) vor ihm zu benennen und um Vergebung zu bitten?
- Was ist der Unterschied zwischen Vergebung und Versöhnung?
- Was war Josef wichtig in der Begegnung mit seinen Brüdern und wie konnte er ihnen vergeben und sich mit ihnen versöhnen?

Bücher/CD/ Filme

Die Hütte - Ein Wochenende mit Gott von William Paul Young (Buch und Film ab 12 Jahren) (Gem)

Spiele

Rucksack mit Steinen

Eine Strecke mit gefülltem Rucksack gehen. Die Zeit stoppen. Eine Strecke ohne Steine gehen. Erleichterung erfahren.

Sonstiges

Kurzfilm: <https://dasbibelprojekt.de/videos/opfer-und-suehne/>

Bastelideen (Cloud)

Klagemauer: Zettel mit Dingen schreiben, für die man um Vergebung bitten möchte. In eine Mauer stecken.

Für Erwachsene / Senioren

Lieder

- Wie ein Fest nach langer Trauer (FJ 1 242)
- Zwischen Himmel und Erde ist ein Riss (FJ3 221)

Biblische Geschichten

- Verlorener Sohn (Lukas 15,12-31)
- Josef und seine Brüder (v.a. 1. Mose 44+45)
- Aufforderung vor dem Abendmahl zu Vergeben (Matthäus 26,26+27)
- Das Gleichnis vom Schalksknecht (Matthäus 18, 21-35)
- **Fragen:**
 - Worum geht es in der Geschichte?
 - Hast du selbst schon einmal vergeben? Wie ging es danach weiter? Hat sich etwas verändert und wenn ja was?
 - Gibt es etwas, das es dir schwer macht, zu vergeben?
 - Was könnte der erste Schritt in Richtung Vergebung sein, wenn du es dir wie einen Prozess (der Zeit braucht) vorstellst?
 - Darf Gott dein Rechtsanwalt, dein Verteidiger sein in Situationen, in denen dir Unrecht getan wurde?
 - Was ist der Unterschied zwischen Vergebung und Versöhnung?
 - Was war Josef wichtig in der Begegnung mit seinen Brüdern und wie konnte er ihnen vergeben und sich mit ihnen versöhnen?
 - Was könnte den Vater im „Verlorenen Sohn“ veranlasst haben, nach seinem Sohn Ausschau zu halten und ihn wieder aufzunehmen?
 - Was macht es so wichtig in unserer Beziehung zu Gott unsere Schuld und Sünde (Trennendes) vor ihm zu benennen und um Vergebung zu bitten?

Bücher/CD

Die 5 Schritte des Vergebungsprozesses nach Matthäus 18,21-35 von Brigitte Engelberg (Gem)

„**Beichtspiegel**“ nach Psalm 139,23-24 **Erforsche mich Gott...** z.B. von der katholischen Kirche oder überarbeitet von Taborschulungszentrum über Linda

Die Zeit der Trauer - Eine Hilfe für Trauernde und Begleitende: Ermutigung Trauer zu leben (Heftchen vom Krebsverband e.V. und Diakonie Deutschland) www.krebsverband-bw.de (Gem)

Karten von Rembrandt`s "Verlorenem Sohn" (Maria Laach - Verlag) www.ars-liturgica.de (Gem)

Buch: Nimm sein Bild in Dein Herz (Geistliche Deutung eines Gemäldes von Rembrandt (Der verlorene Sohn)) von Henri J.M. Nouwen (Gem)

Die Hütte - Ein Wochenende mit Gott von William Paul Young (Buch und Film ab 12 Jahren) (Gem)

Bilder von Jesus von Anselm Grün (Kapitel 10: Der Versöhner) (Gem)

Spiele/ Aktionen

Rucksack mit Steinen

Eine Strecke mit gefülltem Rucksack gehen. Die Zeit stoppen. Eine Strecke ohne Steine gehen. Erleichterung erfahren.

Vorschlag für einen Gesprächskreis für Senioren

Die Schuld erließ er ihm auch (aus "Erinnern und Vertrauen - Glaubenskurs für Hochbetagte") und: **Mit zweierlei Maß** (Fortsetzung des 1. Gesprächskreises) (Gem)

Gebet um Heilung der Lebensgeschichte (zu beziehen über: Sekretariat der Charismatischen Gemeinde-Erneuerung in der katholischen Kirche, Marienstr. 80, 76137 Karlsruhe, www.erneuerung.de) (Gem)

Sonstiges

Kurzfilm: <https://dasbibelprojekt.de/videos/opfer-und-suehne/>

Karten von Rembrandt`s "Verlorenem Sohn" (Maria Laach-Verlag) www.ars-liturgica.de (Gem)

Vielfältiger Umgang mit Feinden: <http://nr5-2.gehaltvoll-magazin.de/mobile/index.html#p=44>

Scham erkennen: <http://nr5-1.gehaltvoll-magazin.de/mobile/index.html#p=10>

Die Bedeutung des Schamgefühls: <http://nr5-1.gehaltvoll-magazin.de/mobile/index.html#p=16>



3. Woche

Vergebung/Versöhnung

Raum für eigene Gedanken:

Für Kinder

Lieder

- Sei mutig und stark und fürcht dich nicht (**Einfach Spitze - 150 Knallersongs für Kinder**)
- Du bist spitze, du bist genial (**Gem / Cloud**)
- Nur mit einer Schlinge (**Gem / Cloud**)
- Zachäus war ein kleiner Mann (**Gem / Cloud**)
- Wenn der Sturm tobt (**Gem / Cloud**)

Biblische Geschichten

- Paulus mit einem Schiff als Gefangener auf dem Weg nach Rom (Apostelgeschichte 27)
- Josua und die Einnahme Jericho`s (Josua 6)
"Die Gott hat Dich lieb Bibel" von Sally Lloyd-Jones und Jago. (Diese Bibel gibt es sowohl im Buchcafé, als auch bei Karin Reusch und bei Linda Lutz)
- Eine Sturmstillungsgeschichte (allerdings nicht die von Petrus, der auf dem Wasser geht)
"Die Gott hat Dich lieb Bibel" von Sally Lloyd-Jones und Jago. Diese Bibel gibt es sowohl im Buchcafé, als auch bei Karin Reusch und bei Linda Lutz)

Bücher/CD

Das Lied des Delfins von Maria Sassin (**Gem**)

Spiele/Aktionen

Vorformuliertes Gebet, das abwechselnd und gemeinsam gebetet wird: „Geborgen ist mein Leben in Gott“ (**Cloud**)

Windrad basteln! Gott ermutigt mich, er gibt mir Rückenwind. Durch Gottes Trost und Zuspruch erfährt mein Leben Aufwind. Auf die Flügel des Windrads können Worte der Ermutigung notiert werden. (**Cloud**)

Geschichte: „Das Märchen von der Traurigkeit“ von Inge Wuthe (**Cloud**)

Kopiervorlage – Was macht mir Angst? Wo brauche ich Ermutigung und Trost?
als Gesprächsgrundlage, um eigene Geschichten und Erlebnisse zu erzählen **(Cloud)**

Zur biblischen Geschichte „Paulus mit einem Schiff als Gefangener auf dem Weg nach Rom“ Apg. 27, 27ff:

- a) Rätsel zur Geschichte
- b) Ausmalbild gestrandetes Schiff **(Cloud)**
- c) Vorlage Seemannsknoten **(Cloud)**

Kopiervorlage: Insel mit Zuspruch: Jesus sagt: Erschreckt nicht und habt keine Angst! Vertraut auf Gott und vertraut auf mich! **(Cloud)**

Aktion: Jeweils ein Kind darf in der Hängematte schaukeln und bekommt währenddessen einen Ermutigungs-Vers zugesprochen

Emotionsübung 10 Emos **(Cloud)**

Sonstiges

Ausfüllheftchen für Jungen und für Mädchen: Trau dich! Du bist stark! (Bundesweite Initiative zur Prävention des sexuellen Kindesmissbrauchs) für Kinder ab ca. 8 Jahren (Gem) (liegen in größerer Zahl im Gemeindehaus und können kostenlos an die Kinder weitergegeben werden; weitere Exemplare gibt es bei Christine Fritz)

Bastelideen **(Cloud)**

Für Jugendliche

Lieder

- Joshua fit the battle of Jericho (Songs Junger Christen 1)
- Du bist der Herr der mein Haupt erhebt (DBH 4 23)
- Wertvoll (DBH 5 135)

Biblische Geschichten

- Paulus mit einem Schiff als Gefangener auf dem Weg nach Rom (Apg. 27)
- Jeremias Berufungsgeschichte (Jeremia 1,4-19)
- Josua vor der Überquerung des Jordan und Einnahme Jerichos (Josua 3 + 6)
- **Fragen:**
 - Wo/Wie hat die Person in der Geschichte Ermutigung erfahren?
 - Welche Auswirkungen hatte es?
 - Gab es Situationen wo du kein Vertrauen in dich oder andere hattest?
 - Hast du schon mal andere ermutigt?
 - Wo erfährst du in deinem Alltag Ermutigung?
 - Wo/Wann/Wie wünschst du dir Ermutigung?
 - Gab es Situationen, in denen dein Vertrauen enttäuscht oder mißbraucht wurde?

Bücher/CD

Wie man Riesen besiegt von Max Luccado (**Gem**)

Mein liebes Kind – Hören auf das Herz Gottes von Colin Urquhart; geeignet als Tageslese oder als kurze Impulse als Ermutigung von Gott. (**Gem**)

Begegnungen mit Frauen aus der Bibel Band 1+2 von Elfriede Koch, mit gezeichneten Bildern und Texten (1: Frau am Jakobsbrunnen, Jesus und die syrophönizische Frau, Maria Magdalena, Maria von Bethanien, Maria und Martha am Grab Lazarus, Maria salbt Jesus, 2: Hanna, Abigajil, Ehebrecherin, Witwe von Nain, Blutflüssige Frau, Jüngerin am Kreuzweg) (**Gem**)

Geschichte: Pony statt Pferd **mist: <http://nr2-2.gehaltvoll-magazin.de/index.html#p=34>**

Schlaf gut - Das kleine Überlebensbuch von Dr.med Claudia Croos-Müller (**Gem**)

Viel Glück - Das kleine Überlebensbuch von Dr.med Claudia Croos-Müller (**Gem**)

Kopf Hoch - Das kleine Überlebensbuch von Dr.med Claudia Croos-Müller (**Gem**)

Spiele / Übungen / Aktion

Übung zum Thema Selbstwert: Selbstwertgefühl (**Cloud**)

Du bist ein Schiff

„Stellt euch vor, ihr wärt als Gruppe ein Schiff (Auto, Fahrrad...). Jeder von euch trägt etwas dazu bei, dass ihr gut sicher ‚voran‘ kommt.... Welches Teil bist du? Warum?

„**Liebesbrief“ von Gott als unserem Vater** (www.gottkennen.de/liebesbrief-des-vaters) Praktische Übung: zwei Personen lesen ihn sich gegenseitig vor. Anschließend können die beiden Sätze, die einen am meisten angesprochen haben, in kreativer Weise auf Papier gestaltet werden. Und zum Nachdenken: Was bedeutet es für mich mit diesem Satz in meiner Situation?

Ein Herz für jeden

Für jeden Gruppenteilnehmer wird ein Herz oder ein schönes Blatt Papier mit Namen versehen. Nun schreibt jeder Gruppenteilnehmer auf jedes Herz/Papier der anderen Gruppenteilnehmer einen Dank oder eine Fähigkeit oder positive Eigenschaft, die man am Anderen entdeckt hat. Wenn alle Herzen/Papiere beschrieben sind, darf jeder sein Herz/Papier mit nach Hause nehmen.

Positives Feedback:

Wir geben einander ganz bewusst häufiger positives Feedback: z. B. machen wir eine Feedbackrunde, in dem jeder dem rechten und linken Nachbarn ein positives Feedback gibt.

Oder ich gebe in der kommenden Woche ganz bewusst jeweils drei verschiedenen Personen pro Tag ein positives Feedback.

Oder ich gebe in der kommenden Woche Personen, mit denen ich mich eher schwer tue, ganz bewusst ein positives Feedback.

Ermutigung

Wir ermutigen jemanden, in dem wir ihm in Krankheit, Trauer, vor einer Prüfung, in schwierigen Lebenssituationen ... z.B. eine ermutigende Karte schenken / sagen, dass wir für ihn beten / öfters nachfragen, wie es ihm geht / Geschenke machen / ihn mit etwas überraschen

"Das Einander-Tool" von Solo&Co /EmwAg

zum Ausfüllen oder als Anregung zum eigenen Überlegen für eine Gruppe, wie man Beziehung/Gemeinschaft stärken/leben kann und will, bzw. sich Ermutigung im Alltag schenken kann (**Gem + Cloud**)

Vorformuliertes Gebet „Geborgen ist mein Leben in Gott“

abwechselnd und gemeinsam beten (**Cloud**)

Windrad basteln (Cloud oder: www.kreativekiste.de/windrad-aus-papier-bastelanleitung) Gott ermutigt mich, er gibt mir Rückenwind. Durch Gottes Trost und Zuspruch erfährt mein Leben Aufwind. Auf die Flügel des Windrads können Worte der Ermutigung notiert werden. (**Cloud**)

Geschichte: „Das Märchen von der Traurigkeit“ von Inge Wuthe (**Cloud**)

Emotionsübung 10 Emos (**Cloud**)

Sonstiges

Karte: Leben als Königskind „Hinfallen, aufstehen, Krone richten“ (zu beziehen beim Wörnersberger Anker) (**Gem**)

Liste mit Bibelversen: **Meine Identität in Christus** von Neil T. Anderson (**Gem** oder Linda Lutz)

Lied einrahmen

z.B. Das Lied "Praise you in the storm" hab ich in einem Bilderrahmen hängen und dadurch fühl ich mich oft verstanden in schweren Zeiten.

Für Erwachsene / Senioren

Lieder

- Du bist der Herr der mein Haupt erhebt (DBH4 23)
- Wertvoll aus dem Liederbuch (DBH 5 135)

Biblische Geschichten

- Paulus mit einem Schiff als Gefangener auf dem Weg nach Rom (Apg. 27)
- Jeremias Berufungsgeschichte (Jeremia 1,4-19)
- Josua vor der Überquerung des Jordan und Einnahme Jerichos (Josua 3 + 6)

- **Fragen:**

- Wo/Wie hat die Person in der Geschichte Ermutigung erfahren?
- Welche Auswirkungen hatte es?
- Gab es Situationen wo du kein Vertrauen in dich oder andere hattest?
- Hast du schon mal andere ermutigt?
- Wo erfährst du in deinem Alltag Ermutigung?
- Wo/Wann/Wie wünschst du dir Ermutigung?
- Gab es Situationen, in denen dein Vertrauen enttäuscht oder mißbraucht wurde?

Bücher/CD

Ermutigung für Eltern: Mut zum leben machen: Selbstwertgefühl und Persönlichkeit von Kindern und Jugendlichen stärken, von Boglarka Hadinger (**Gem**)

Dieser Text befindet sich auch im Buch: „ Mut in Zeiten der Resignation“ von Boglarka Hadinger (**Gem**)

Schlaf gut - Das kleine Überlebensbuch von Dr.med Claudia Croos-Müller (**Gem**)

Viel Glück - Das kleine Überlebensbuch von Dr.med Claudia Croos-Müller (**Gem**)

Kopf Hoch - Das kleine Überlebensbuch von Dr.med Claudia Croos-Müller (**Gem**)

Echter Trost oder Vertröstung: <http://nr4-2.gehaltvoll-magazin.de/mobile/index.html#p=20>

Das Lied des Delfins von Maria Sassin (**Gem**)

Bleib so wie du bist (kurze Ermutigungsgedanken) von Jutta Metz (Groh -Verlag) (**Gem**)

Mein MutMachBuch von Edition Ev. Gemeindeblatt; kleines Büchle mit Geschichten, Gedichten, Andachten (**Gem**)

Dem anderen Mut machen von Lawrence J. Crabb Brunnen Verlag (**Gem**)

Mein liebes Kind – Hören auf das Herz Gottes von Colin Urquhart; geeignet als Tageslese oder als kurze Impulse als Ermutigung von Gott. (**Gem**)

Begegnungen mit Frauen aus der Bibel Band 1+2 von Elfriede Koch, mit gezeichneten Bildern und Texten (1: Frau am Jakobsbrunnen, Jesus und die syrophönizische Frau, Maria Magdalena, Maria von Bethanien, Maria und Martha am Grab Lazarus, Maria salbt Jesus, 2: Hanna, Abigajil, Ehebrecherin, Witwe von Nain, Blutflüssige Frau, Jüngerin am Kreuzweg) (**Gem**)

Spiele / Übungen /Aktion

Übung zum Thema Selbstwert: Selbstwertgefühl (**Cloud**)

Du bist ein Schiff

„Stellt euch vor, ihr wärt als Gruppe ein Schiff (Auto, Fahrrad...). Jeder von euch trägt etwas dazu bei, dass ihr gut sicher ‚voran‘ kommt.... Welches Teil bist du? Warum?

„**Liebesbrief“ von Gott als unserem Vater** (www.gottkennen.de/liebesbrief-des-vaters)

Praktische Übung: zwei Personen lesen ihn sich gegenseitig vor. Anschließend können die beiden Sätze, die einen am meisten angesprochen haben, in kreativer Weise auf

Papier gestaltet werden. Und zum Nachdenken: Was bedeutet es für mich mit diesem Satz in meiner Situation?

Ein Herz für jeden

Für jeden Gruppenteilnehmer wird ein Herz oder ein schönes Blatt Papier mit Namen versehen. Nun schreibt jeder Gruppenteilnehmer auf jedes Herz/Papier der anderen Gruppenteilnehmer einen Dank oder eine Fähigkeit oder positive Eigenschaft, die man am Anderen entdeckt hat. Wenn alle Herzen/Papiere beschrieben sind, darf jeder sein Herz/Papier mit nach Hause nehmen.

Positives Feedback:

Wir geben einander ganz bewusst häufiger positives Feedback: z. B. machen wir eine Feedbackrunde, in dem jeder dem rechten und linken Nachbarn ein positives Feedback gibt.

Oder ich gebe in der kommenden Woche ganz bewusst jeweils drei verschiedenen Personen pro Tag ein positives Feedback.

Oder ich gebe in der kommenden Woche Personen, mit denen ich mich eher schwer tue, ganz bewusst ein positives Feedback.

Ermutigung

Wir ermutigen jemanden, in dem wir ihm in Krankheit, Trauer, vor einer Prüfung, in schwierigen Lebenssituationen ... z.B. eine ermutigende Karte schenken / sagen, dass wir für ihn beten / öfters nachfragen, wie es ihm geht / Geschenke machen / ihn mit etwas überraschen

"Das Einander-Tool" von Solo&Co /EmwAg

zum Ausfüllen oder als Anregung zum eigenen Überlegen für eine Gruppe, wie man Beziehung/Gemeinschaft stärken/leben kann und will, bzw. sich Ermutigung im Alltag schenken kann **(Gem + Cloud)**

Vorformuliertes Gebet „Geborgen ist mein Leben in Gott“

abwechselnd und gemeinsam beten **(Cloud)**

Windrad basteln (Cloud oder: www.kreativekiste.de/windrad-aus-papier-bastelanleitung)

Gott ermutigt mich, er gibt mir Rückenwind. Durch Gottes Trost und Zuspruch erfährt mein Leben Aufwind. Auf die Flügel des Windrads können Worte der Ermutigung notiert werden. **(Cloud)**

Geschichte: „Das Märchen von der Traurigkeit“ von Inge Wuthe **(Cloud)**

Emotionsübung 10 Emos **(Cloud)**

Sonstiges

Karte: Leben als Königskind „Hinfallen, aufstehen, Krone richten“ (zu beziehen beim Wörnsersberger Anker) **(Gem)**

Liste mit Bibelversen: **Meine Identität in Christus** von Neil T. Anderson **(Gem)** oder Linda Lutz)

Lied einrahmen

z.B. Das Lied "Praise you in the storm" hab ich in einem Bilderrahmen hängen und dadurch fühl ich mich oft verstanden in schweren Zeiten.