

Vom Streiten und Versöhnen



Movi.★

★ kurz für movimento = Bewegung

Inhalt

3 Editorial

Einleitende Worte aus der Redaktion

4 Streitlustig

Das Streiten hat einen schlechten Ruf – dabei bietet es Chancen für persönliches und gemeinschaftliches Wachstum.

8 „Fenster öffnen und Luft reinlassen“

Pfarrer Jacob Nwabor erläutert, wie Mediation funktioniert und warum einfach Zuhören Wunder bewirken kann.

11 HELP!

Nützliche Infos und kirchliche wie nicht-kirchliche Anlaufstellen, die dir bei verschiedenen Problemen weiterhelfen können

12 Erste Hilfe bei Streit in deiner Gruppe

Aufgaben und Handlungsmöglichkeiten, die du als Gruppenleiter*in im Konfliktfall hast

14 Die wichtigste Liebesbeziehung deines Lebens

Wie Selbstliebe zu einer gesunden Psyche und besseren Beziehungen zu unseren Mitmenschen führt

16 Und wie lösen wir das jetzt?

Spielerische Methoden, um das Miteinander in Gruppen zu stärken

18 Versöhnung spürbar machen

Methoden, die Kinder die Grundbotschaften des Sakraments der Versöhnung spüren lassen

20 Graue Steine, buntes Leben

Zwei Pfarren – zwei Ansätze, um Kindern das Sakrament der Versöhnung näherzubringen

23 Wieder gut?

Versöhnung in der Firmvorbereitung – Grundlagen und Beispiele

26 Strittiger Jesus?!

Eine Anleitung zum Streiten am Beispiel von Jesus

28 Showdown in Jerusalem

Was die Kirche von heute vom Streit zwischen Paulus und Petrus am Apostelkonzil lernen kann

30 Vom Streit zur Versöhnung mit der Bibel

Hier findest du Ideen, wie du anhand von biblischen Konfliktgeschichten mit deiner Gruppe über Streit und Versöhnung sprechen kannst.

32 Schlechte Gewohnheiten gehören verbrannt

Wie wäre es, die Fastenzeit zum Anlass zu nehmen, eine schlechte Angewohnheit abzulegen?



„Hört auf zu streiten!“

Diesen Satz haben die meisten von uns in der Kindheit unzählige Male gehört. Oft wurde uns vermittelt, dass Streiten etwas Schlechtes ist. Besser, man gibt nach – und am besten bricht der Streit erst gar nicht aus.

Ich verstehe, warum Eltern und Lehrkräfte das immer sagen. Wer hört schon gerne streitende, schreiende, zeternde Kinder? Das Problem ist: Wenn Konflikte einfach so abgebrochen werden, lernen wir keine gute Streitkultur und wachsen mit der Einstellung auf, dass Konflikte negativ und unter allen Umständen zu vermeiden sind.

Lange habe ich selbst so gedacht. Streiten war für mich immer unangenehm. Als das Redaktionsteam dann beschloss, sich in dieser Movi-Ausgabe mit Streit und Versöhnung zu beschäftigen, war ich zunächst skeptisch. Monatelang über Streit nachdenken? Echt jetzt?

Ja, echt jetzt. Denn Streit ist Teil des menschlichen Lebens – ob ich es will oder nicht. Konflikte lassen sich nicht einfach wegwünschen. Wenn ich die Augen davor verschließe, verschwinden sie nicht. Doch wenn ich lerne, meine negativen Einstellungen abzulegen und eine gute Streitkultur zu entwickeln, verliert der Streit seinen Schrecken. In jedem Konflikt steckt auch die Chance zur Versöhnung – und deshalb lohnt es sich, sich damit auseinanderzusetzen.

Genau das wollen wir in dieser Movi-Ausgabe aufzeigen. Wir beleuchten, wie man Streit konstruktiv führen kann und welche externen Anlaufstellen Unterstützung bieten (S. 8–11). Besonders für Gruppenleiter*innen haben wir wertvolle Tipps, wie sie mit Konflikten in der Gruppe umgehen können (S. 12–13) und wir stellen Kooperationsspiele vor, die präventiv wirken (S. 16–17). Ein großer Teil dieser Ausgabe widmet sich außerdem der Frage, wie Gott uns auf dem Weg zur Versöhnung begleitet – sei es in der Beziehung zu uns selbst (S. 14–15), beim Sakramentenempfang (S. 18–25) oder in der Vorbereitung auf die Osterzeit (S. 32–33).

Denn wie in allen Lebenslagen dürfen wir uns auch im Konfliktfall an Gott wenden: Geduldig lädt er uns immer wieder ein, mit ihm gemeinsam den Schritt zur Versöhnung zu wagen. Und durch seine Güte dürfen wir schlussendlich Heilung erfahren.

Iris

Iris leitet die Movi-Redaktion und ist Referentin für Schulpastoral.

34 Warum wir alle Giraffisch lernen sollten

Wer gewaltfreie Kommunikation beherrscht, kann Konflikte leichter bewältigen oder sogar vermeiden.

36 Kann man Vergeben ausrechnen?

70x7 – Niko Kirchenmaus plagt sich mit einer biblischen Rechenaufgabe

37 Termine

Wir würden uns freuen, dich bei einer unserer Veranstaltungen kennenzulernen!

38 Über meinen Schatten springen

Der Bruder des „verlorenen Sohnes“ denkt nach (Lk 15, 11–32)



Streitlustig

Ob im Großen im Parlament oder im Kleinen zwischen Geschwistern – das Streiten hat einen schlechten Ruf. Dabei bietet es Chancen für persönliches und gemeinschaftliches Wachstum. Und wer die Bedürfnisse erkennt, die den Konflikten zugrunde liegen, kann Streitigkeiten besser handhaben.

Schreiduelle, tobende Menschen, zerbrochene Freundschaften – solche Bilder kommen vielen Menschen in den Sinn, wenn sie an Streit denken. Bildlich werden Konflikte oft durch einen Blitzeinschlag dargestellt und damit als gefährlich und zerstörerisch. Der Begriff „Streit“ ist negativ aufgeladen – das Streiten hat ein Imageproblem.

Dabei sollte Streit wertneutral betrachtet werden. Jede*r von uns hat unterschiedliche Meinungen, Bedürfnisse und Vorstellungen. Wenn diese aufeinanderprallen, kann ein im Zorn gesprochenes Wort zum nächsten führen, und es kommt zum Streit. Das ist eine normale menschliche Erfahrung, die sich nicht zufällig durch unsere Kulturgeschichte zieht. Berühmte Texte wie der Trojanische Krieg, das Salomonische Urteil oder Romeo und Julia zeigen deutlich, wie tief Konflikte im menschlichen Leben verankert sind.

Konflikte sind allgegenwärtig

Streit prägt auch alltägliche Momente, insbesondere in der Familie, wie wohl jede*r von uns schon einmal erfahren hat. Geschwisterkonflikte sind ein bekanntes Beispiel dafür, wie häufig und intensiv Streit im familiären Umfeld auftreten kann.

Darüber hinaus sind Konflikte ein wesentlicher Bestandteil des demokratischen Prozesses. Meinungsverschiedenheiten und Debatten gehören selbstverständlich zu unserer Gesellschaftsordnung dazu. Streit ist somit nicht nur unvermeidlich, sondern notwendig für eine lebendige und funktionierende Gemeinschaft.

Streit als Chance

Denn Streiten kann auch positive Auswirkungen haben: Nur wenn ein Konflikt angesprochen und ausgetragen wird, kann eine Lösung gefunden werden. Gelingt dies, kann das sogar zu einer stärkeren emotionalen Verbindung zwischen den Streitparteien führen. Besonders für Kinder ist das Streiten wichtig für die kognitive und soziale Entwicklung: Durch Konflikte lernen sie, die Sichtweisen anderer zu verstehen und bauen den kindlichen Egozentrismus ab.

Anstatt Streit als gefährlichen Blitzeinschlag zu betrachten, sollten wir ihn vielleicht wie ein reinigendes Gewitter sehen – man erhält zwar eine kalte Dusche, aber danach ist die Luft wieder sauber.

Wenn Streit zerstörerisch wird

Manchmal jedoch nimmt ein Streit eine destruktive Dynamik an, man sieht nur mehr rot und kann keine Lösung mehr erkennen. Dann kann der Streit keine positive Wirkkraft entfalten. In solchen Fällen hilft es, einen mentalen Schritt zurückzutreten und den Konflikt auf eine Meta-Ebene zu heben.

Das bedeutet, sich von der eigenen Person zu lösen und über den Konflikt zu reflektieren. Dabei kannst du dich fragen: Wie fühle ich mich gerade – und warum? Warum reagiert mein Gegenüber so? Warum macht uns dieses Thema so emotional? Wenn man versteht, was einen Konflikt verursacht, lässt er sich leichter lösen.

Konflikte besser verstehen

Auch wenn du nicht aktiv in den Streit involviert, sondern nur als Zuseher*in – z.B. als Gruppenleiter*in – in den Streit verwickelt bist, ist es hilfreich zu wissen, welche Arten von Konflikten es gibt und welche Bedürfnisse dahinterstecken. Wenn du das weißt, fällt es dir leichter, die Konfliktparteien bei der Beilegung ihres Streits zu unterstützen. Fünf grundlegende Konfliktarten findest du hier:

1

Verteilungskonflikte

Beispiel: Beim Gruppenwochenende im Jugendzentrum wollen Kasper und Lukas beide im oberen Bett des Stockbetts schlafen, weil sie dort mehr Privatsphäre haben. Es gibt aber nur ein solches Stockbett. Es kommt zur Auseinandersetzung darüber, wer in diesem Bett schlafen darf.

Verteilungskonflikte resultieren aus der Knappheit einer Ressource, um die dann gestritten wird. Beispiele für knappe Ressourcen sind materielle Dinge wie ein schöner blauer Stift, das letzte Stück Kuchen oder eben das Stockbett. Immaterielle Dinge wie Zuwendung, Aufmerksamkeit, Zeit und Macht können aber auch begrenzt und umkämpft sein.

2

Zielkonflikte

Beispiel: Veronika ist erschöpft und möchte am letzten Abend des Sommerlagers gemütlich mit ihren Freundinnen einen Film ansehen. Nina will aber das Spiel „Werwolf“ spielen und dafür braucht sie eine große Gruppe. Sie streiten darüber, wie dieser letzte Abend verbracht wird.

Ein Zielkonflikt tritt auf, wenn zwei oder mehr Personen unterschiedliche (persönliche) Ziele verfolgen, die sich gegenseitig ausschließen oder nur schwer miteinander vereinbar sind.

3

Rollenkonflikte

Beispiel: Gabriel ist hin- und hergerissen: Er sollte heute noch die Englischhausaufgabe machen, aber er möchte auch unbedingt in die Jungscharstunde gehen. Neben den Hausübungen, dem Aufpassen auf seine kleinen Geschwister und dem Fußballspielen, kommen seine Freund*innen aus der Pfarre oft zu kurz. Wenn er heute nicht in die Jungscharstunde kommt, werden sie sauer sein...

Wir alle nehmen in diversen Gruppenkontexten unterschiedliche Rollen ein. Damit umzugehen ist nicht immer einfach und kann zu Konflikten führen. Bei jüngeren Kindern geht es meist um die Rolle, die man innerhalb der Gruppe einnehmen will, z.B. wenn zwei Kinder gerne die Anführerrolle hätten. Bei Jugendlichen dreht sich ein Rollenkonflikt oft um die Frage, wie man die Rollen, die man in Familie, Schule und Gruppenstunde innehat, miteinander in Einklang bringen kann.

Iris leitet die Movi-Redaktion und ist Referentin für Schulpastoral.





Wahrnehmungskonflikte

4

Beispiel: Valentina beschwert sich über ihre Gruppenleiterin Sarah. Sie fühlt sich von Sarah ungerecht behandelt und findet außerdem ihre Gruppenstunden langweilig. Tabea hört das und ist verärgert. Sie mag Sarah gerne und findet es nicht in Ordnung, wie Valentina über sie spricht. Die beiden fangen an zu streiten.

Jeder Mensch nimmt die Welt um sich unterschiedlich wahr. Wahrnehmungskonflikte drehen sich um die Frage: „Was ist richtig?“ Wenn zwei Personen eine Situation unterschiedlich wahrnehmen oder interpretieren, dann kann das zu Streit führen. Im Kern des Wahrnehmungskonflikts stecken also Meinungsunterschiede oder unterschiedliche Wertevorstellungen.

Beziehungskonflikte

Beispiel: Linus hat Geburtstag und wünscht sich, dass sein bester Freund Filip beim Kuchenessen neben ihm sitzt. Filip weiß das nicht und setzt sich neben Lilly. Linus ist deshalb verletzt und sagt: „Filip ist nicht mehr mein Freund!“

5

Diese Art von Konflikt bezieht sich auf die Beziehungsebene der Konfliktparteien. Der Auslöser für den Streit stammt oft aus (unausgesprochenen) Erwartungen, die enttäuscht wurden. Beziehungskonflikte können auch aus Missverständnissen entstehen oder einfach aus Abneigung einer anderen Person gegenüber. ★

Quellen für diesen Artikel:

<https://www.herder.de/kiga-heute/fachmagazin/archiv/2011-41-jg/4-2011/konstruktive-konfliktloesung-mit-kindern/>

<https://www.gww-wiesbaden.de/assets/PDF/Interview-Ute-Krey.pdf>

https://www.ffb-bw.de/fileadmin/ffb/pdf_zum_download/Vortraege/Pr_sentation_Wenns_kracht_Konflikte_unter_Kindern.pdf

„Fenster öffnen und Luft reinlassen“

Wenn zwei Menschen miteinander im Streit liegen und keinen Ausweg sehen, bietet Mediation oft einen Schlüssel zur Lösung. Jacob Nwabor, Pfarrer und erfahrener Mediator, erläutert, wie diese Methode funktioniert und warum einfach Zuhören oft schon Wunder bewirken kann.

Movi: Was ist Mediation eigentlich?

Jacob Nwabor: Ich mag den Spruch „Überall, wo es Menschen gibt, menscht’s“. Es ist wahr, aber es muss nicht so sein! Mediation erkennt an: Ja, es gibt Missverständnisse und verschiedene Meinungen, aber um weiterzukommen, müssen wir harmonisch miteinander arbeiten. Mediation schaut auf zwei Menschen, die streiten, und fragt: Was ist los zwischen euch? Man nimmt die Emotionen wahr, versucht aber, die Dinge auf einer Sachebene anzuschauen und überlegt gemeinsam, wie man weitergehen kann.

Wie läuft so ein Mediationsprozess ab?

Es beginnt damit, dass zwei Menschen, die zueinander im Konflikt stehen, zu mir kommen. Manchmal tun sie das freiwillig, oft werden sie aber von ihrem Arbeitgeber geschickt. Der sagt dann: Ihr beide sollt zur Mediation gehen, damit bei uns in der Firma, im Geschäft, in der Pfarre wieder Ruhe einkehrt. Wenn sie dann da sind, begrüße ich die Konfliktpartner, erkläre ihnen Mediation und die Gesprächsregeln. Eine Regel ist zum Beispiel, dass man nicht unterbrechen darf, wenn einer redet. Erst, wenn beide geredet haben, schauen wir uns das Ganze an und die Konfliktpartner suchen eine Lösung. Am Ende werden gemeinsam Lösungsschritte aufgestellt, das ist wie ein Vertrag, den auch beide Konfliktparteien unterschreiben.

Wie lange dauert eine Mediation? Wann ist sie beendet?

Die erste Einheit dauert bis zu zwei Stunden, meistens hat man drei bis fünf Einheiten. Wenn ein Konflikt besonders tief liegt und der vereinbarte Vertrag eingehalten wird, kann der Mediator bis zu einem Jahr lang begleiten. Zu lange sollte eine Mediation aber nicht hinausgezogen werden.

Was ist dabei Ihre Rolle als Mediator?

Als Mediator bin ich neutral und stehe den Konfliktparteien begleitend zur Seite. Wenn sie nicht weiterkommen und keine Lösung finden, kann ich Impulse geben. Aber im Grunde geht es darum, die Menschen sprechen zu lassen und zuzuhören. Das ist oft schon eine erste Hilfe. Es wirkt Wunder, wenn man einfach nur fragt: „Sie fühlen sich so verletzt. Was brauchen Sie jetzt?“ Wenn Menschen das aussprechen dürfen, ist das schon der Beginn der Heilung.

Einfach zuhören – das hilft wirklich?

Stellen Sie sich ein Auto vor, das in der Hitze steht. Es wird immer heißer, immer unerträglicher. Was tut man? Man öffnet die Fenster und lässt Luft rein. Diese Wirkung hat Mediation. Als nicht involvierte Person hat der Mediator oder die Mediatorin eine andere Perspektive.

Wenn ein Mediator da ist – also jemand der zuhört, ohne zu unterbrechen, ohne zu verurteilen – sprechen die Menschen ihre Probleme oft das erste Mal aus. Einfach zuzuhören ist wie Fenster öffnen in einem Auto: Es bringt frische Luft rein. Und wenn die Menschen dann anfangen zu erzählen, kommen sie oft selbst zur Einsicht, dass es unlogisch ist, was sie im Streit gesagt haben. Als Mediator schenke ich Zeit – und Zeit heilt bekanntlich Wunden.

Warum sind Sie eigentlich Mediator geworden?

Die Themen Gewalt und Konflikt haben mich immer schon interessiert. Ich habe meine Doktorarbeit über die Würde des Menschen angesichts von Armut und Gewalt geschrieben. Zusätzlich dazu habe ich ein Jahr klinische Psychologie studiert, um mehr über die Wurzeln von Gewalt in einem Menschen zu lernen. Ich habe dann gemerkt: Wenn ich in meiner Arbeit als Pfarrer Menschen in Konfliktfällen helfen will, dann brauche ich auch die nötigen Tools dazu. Es ist sehr wichtig, Konfliktpotenzial früh zu erkennen und anzusprechen. Deshalb ist es von großem Vorteil, wenn der Pfarrer oder ein anderer Mitarbeiter oder eine Mitarbeiterin einer Pfarre Mediatoren sind. Also habe ich ein Studium zum Mediator gemacht und an der Sigmund-Freud-Universität abgeschlossen. Seit 2015 bin ich Mediator.

Kann eine Mediation auch scheitern? Was passiert dann?

Ja, natürlich kann sie scheitern. Am Ende jeder Mediation wird ein Vertrag mit konkreten Schritten und Vereinbarungen aufgestellt. Aber nicht alle halten sich daran. Wenn das der Fall ist, kommt es noch einmal zu einem Gespräch mit dem Mediator oder der Mediatorin. Hier kann auch entschieden werden, dass keine Lösung gefunden werden kann. Wenn die Konfliktparteien von ihrem Arbeitgeber zur Mediation geschickt wurden, dann gebe ich als Mediator auch eine Empfehlung ab, zum Beispiel, dass die beiden in unterschiedliche Abteilungen versetzt werden sollen. Im Endeffekt geht es darum, in der Arbeit weiterzukommen. Wenn sie sich nicht versöhnen können, dann entscheidet der Arbeitgeber: Entweder trennen oder entlassen.

Ärgert Sie das, wenn eine Mediation scheitert?

Nein. Der Mediator fühlt sich bei einem Scheitern der Mediation nicht schlecht, denn er ist ja nicht Teil des Konflikts. Es ist aber schön, wenn man merkt, dass man den Menschen geholfen hat. Manche bedanken sich auch bei mir, das freut mich. Manche eben auch nicht. Aber es heißt ja „No news is good news“. Wenn ich nicht mehr von ihnen höre, ist das auch ein Erfolg.

Wir haben viel darüber gesprochen, wie man Streits beenden kann, weil sie meistens als etwas Negatives gesehen werden. Aber kann Streiten auch positiv sein? Gibt es so etwas wie eine gute Streitkultur?

Auf alle Fälle! Eine gute Streitkultur macht aus, dass man anspricht, was einen stört. Das ist gar nicht so leicht, wenn man das nicht gewöhnt ist. Aber die Probleme immer herunterschlucken, das ist gesundheitlich nicht gut. Man muss es ansprechen, dann kann es besser werden. Manchmal hat man es angesprochen, hat gestritten und es geht nachher einem der Konfliktpartner



Jacob Nwabor
Pfarrer und Mediator

trotzdem schlecht – dann sucht man sich Hilfe, zum Beispiel bei einem Mediator.

*Viele unserer Leser*innen arbeiten mit Kindern und Jugendlichen. Da gibt es bekanntlich auch oft Streit. Gibt es eigentlich einen Unterschied zwischen Konflikten von Jugendlichen und Erwachsenen?*

Ich denke, die Themen, über die gestritten wird, sind gleich, aber die Einschätzung der Konflikte ist anders. Jugendliche haben noch weniger Erfahrung und Reife und dann nehmen kleine Konflikte ein größeres Ausmaß an. Bei Jugendlichen gibt es aber das spannende Konzept der Peer-Mediation: Man schult Jugendliche darin, wie sie Konflikte unter sich gut lösen können. Erwachsene müssen sich dann gar nicht einmischen.

„Menschen sprechen zu lassen und ihnen zuzuhören: Das wirkt schon Wunder!“

Sie begleiten als Mediator auch Pfarren und Gemeinden im Konfliktfall. Was sind typische Konflikte im Pfarrumfeld?

Meistens geht es um die zwei Gruppen, die in einer Pfarre arbeiten – die Hauptamtlichen und die Ehrenamtlichen. Es kann sein, dass jemand eine Tätigkeit schon seit 30 Jahren ehrenamtlich macht und nicht will, dass sich jemand anderes einmischt. Und dann kommt ein neuer Hauptamtlicher in die Pfarre, der neue Ideen hat und das anders machen will. In solchen Situationen kommt es oft zum Streit. Zu Konflikten kann es aber auch zwischen zwei Ehrenamtlichen kommen.

Sie sind jetzt seit zehn Jahren Mediator. Welche Mediation war für Sie bis heute am einprägsamsten?

Das war ein Konflikt in einer Pfarre, bei dem ein Hauptamtlicher häufig abwesend war und wichtige Aufgaben vernachlässigt wurden. Der Pfarrgemeinderat hat damit gedroht, sich zurückzuziehen. Wir wissen alle: Ohne Ehrenamtliche kann keine Pfarre funktionieren. Also wurden eine zweite Mediatorin und ich dorthin geschickt. Wir haben die Lage überprüft und schlussendlich empfohlen, dass der Hauptamtliche versetzt werden sollte, damit Ruhe einkehrt.

Warum ist Ihnen genau dieser Fall in Erinnerung geblieben?

Das ist ein ganz typischer Pfarrkonflikt, der aber zeigt, wie komplex solche Situationen sind. Der Konflikt ist ja nicht beendet, sobald die eine Person weg war. Wir haben die Pfarre noch lange nachher begleitet. Die Freunde und Freundinnen der fraglichen Person hatten das Gefühl, sie hätten ‚verloren‘ und wollten weiterkämpfen. Die Pfarre war in zwei Lager eingeteilt, es gab viele Spannungen. Es war wichtig, die Menschen dort in diesem Prozess zu begleiten, damit eine Lösung für die Zukunft gefunden werden konnte. ★

Bei Fragen oder Interesse
an einer Mediation wende
dich an
personalentwicklung
@edw.or.at



Du bist mit deinem Latein am Ende? Du stehst an? Alles probiert? Kein Problem, niemand von uns kann alle Konflikte und Probleme lösen. Wir haben für dich nützliche Infos und kirchliche wie nicht-kirchliche Anlaufstellen aufgelistet, die dir weiterhelfen können. Alle Links findest du am Ende des Artikels.

Hilfe bei... Konflikten in der Pfarrgemeinde

„Man kann auf seinem Standpunkt stehen, aber man sollte nicht darauf sitzen“ – meinte Erich Kästner. Wer sich so leicht redet, hat wohl nie einen ausgewachsenen Konflikt in einer Pfarrgemeinde erlebt! Die Gemein-deberatung der Erzdiözese Wien hat speziell für solche Situationen geschulte Mitarbeiter*innen, die in Pfarrgemeinden kommen und unterstützen. Auch bei Konflikten, die mehr als zwei Personen betreffen – wie z.B. nach einer Pfarrzusammenlegung – wird hier kompetent weitergeholfen. Die Kosten sind fair und gut investiert!

Hilfe bei... einem Trauerfall

Der Tod eines geliebten Menschen kann uns ganz schön aus der Spur bringen und lähmen – wie soll ich Trauernden helfen, wenn mich das doch selbst so betroffen macht? Die Kontaktstelle Trauer der Pfarrcaritas bietet eine Fülle unterschiedlicher Angebote, einerseits direkt für betroffene Einzelpersonen (z.B. Trauergruppen, Wandertage ...), andererseits auch für Organisationen (z.B. nach dem Tod eines*einer Mitarbeiters*Mitarbeiterin).



Dominik ist Dienststellenleiter der Jungen Kirche. Er ist ausgebildete Präventionsfachkraft und steht gerne für Beratung zum Thema zur Verfügung.

Hilfe bei... häuslicher Gewalt gegen Kinder/Jugendliche

Eines unsere Ziele in der Kinder- und Jugendpastoral ist es, tragfähige Beziehungen zu den uns anvertrauten Kindern und Jugendlichen aufzubauen. Wenn nun ein Kind oder ein*e Jugendliche*r aus deiner Gruppe häusliche Gewalt erlebt, kann es sein, dass es sich dir anvertraut. Als Vertrauensperson kommt es in einer solchen Situation oft zu einem Überforderungsgefühl oder einer Ohnmacht und man kann der betroffenen Person nicht mehr helfen. Rasche Unterstützung bekommst du z.B. beim Kinderschutzzentrum Möwe.

HELP!

Hilfe bei... einer überfordernden Situation in der Kinder-/Jugendgruppe

„Streiten lernen ist soooo wichtig.“ Ja, eh. Trotzdem stehst du in deiner Arbeit manchmal einfach an, wenn Kinder oder Jugendliche

trotz mehrfachen Einschreitens unbelehrbar sind oder das Klima schon so vergiftet ist, dass immer wieder die gleichen Konflikte ausbrechen. Die Elternseite von Rat auf Draht hilft auch Gruppenleiter*innen weiter, es gibt kostenlos Video-, Chat- oder Telefonberatung.

Hilfe bei... Finanzbedarf für ein neues Projekt

Du hast eine tolle neue Idee für ein spannendes Projekt, aber bekommst keine finanzielle Unterstützung dafür? Oft reichen die Mittel einer Pfarre gerade aus, um das Standardprogramm zu finanzieren und es bleibt kein Spielraum für Neues. Der Innovationsfonds der Erzdiözese Wien hilft dir in diesem Fall weiter. Es werden Förderungen bis zu €5.000,- vergeben, Kinder- und Jugendprojekte werden sogar bevorzugt. Die Junge Kirche hilft dir gerne dabei, den Antrag zu stellen! ✨

Linksammlung



Gemein-deberatung



Möwe



Kontaktstelle Trauer der Pfarrcaritas



Innovationsfonds

Erste Hilfe bei Streit in deiner Gruppe



Streitereien kommen im Gruppenalltag immer wieder vor. Sie sind nervig und machen die Stimmung kaputt. Wegschauen? Ein Machtwort sprechen? Partei ergreifen? Oder ganz anders reagieren? Welche Aufgabe und welche Möglichkeiten du dabei als Gruppenleiter*in hast, erfährst du hier.

Worum es bei einem Konflikt genau geht, ist dir als Gruppenleiter*in manchmal nicht bekannt. Manche Konflikte sind ganz woanders entstanden: in der Schule, zuhause, durch Alltagsstress, Konkurrenzkampf, Neid oder Minderwertigkeitsgefühle ... Konflikte wirken sich auf die Gruppe aus, egal, wo sie entstanden sind. Und weil du Verantwortung für die Gruppe trägst, gehen dich Konflikte in der Gruppe etwas an. Deshalb findest du hier einen kleinen Erste Hilfe-Kurs für den Fall, dass es wirklich mal kracht!

Schätze die Situation ein

Manche Konflikte kann deine Gruppe – oder können die Beteiligten – ganz gut selber lösen. Viele Dinge müssen in einer Gruppe auch mal „ausgehandelt“ werden. Da musst du nicht unbedingt selbst zur Lösung des Konflikts beitragen. Wenn es aber verbal oder körperlich übergriffig wird, musst du sofort reagieren.

Entschärfe die Situation

Wenn du merkst, dass die Beteiligten die Situation selbst nicht mehr lösen können oder übergriffig werden, ist wichtig, dass du einschreitest und den Streit erstmal unterbrichst. Stelle klar, dass verbale oder körperliche Gewalt in der Gruppe keinen Platz haben. Bleib dabei aber ruhig und sachlich, schimpfe nicht den*die Beteiligte*n. Und ganz wichtig: Bleib neutral, ergreife für niemanden Partei. Wenn noch weitere Gruppenleiter*innen da sind, kannst du die Konfliktparteien auch räumlich trennen. Das nimmt oft auch die Spannung raus.

Hilf den Beteiligten bei der Lösungsfindung

Sorge dafür, dass alle Beteiligten zu Wort kommen und einander aktiv zuhören. Es geht nicht um Details – wer was zuerst getan oder gesagt hat – sondern darum, aus der Situation herauszukommen und eine Lösung zu finden, wie es weitergehen kann. Hilfreich dafür ist das Modell der „Friedenstreppe“ (siehe Abbildung). Das kannst du mit den Betroffenen allein oder im Beisein der ganzen Gruppe abhandeln. Die Gruppenmitglieder könnten dann Lösungsvorschläge anbieten, wenn die Beteiligten nicht weiterwissen.

Frieden machen üben

Damit Konflikte gar nicht erst eskalieren, kannst du mit der Gruppe gemeinsam vorbeugen: Eine gute Möglichkeit sind Gruppenregeln, die ihr gemeinsam entwickelt. Alles, was die Gemeinschaft und Kommunikation stärkt, verringert Konflikte und hilft euch, Konflikte fair auszutragen und zu lösen.

Die „Friedenstreppe“ ist ein erprobtes Modell aus der Mediation (professionelle Konfliktberatung). Sie bietet gut nachvollziehbare Schritte für den Konfliktfall an. Du kannst sie im Krisenfall nutzen. Es ist sinnvoll, die Friedenstreppe mit deiner Gruppe spielerisch anhand von fiktiven Beispielen zu üben. Dabei schlüpfen Gruppenmitglieder in die Rolle von Streithansln und probieren die Schritte aus. Im Zuge dessen kann auch geübt werden, über eigene Gefühle und Sichtweisen in Ich-Form zu sprechen (Ich-Botschaften).

Die Spielregeln lauten:

- Alle sprechen freundlich und ruhig.
- Alle hören einander zu und lassen andere ausreden.
- Sie sehen sich beim Sprechen an.

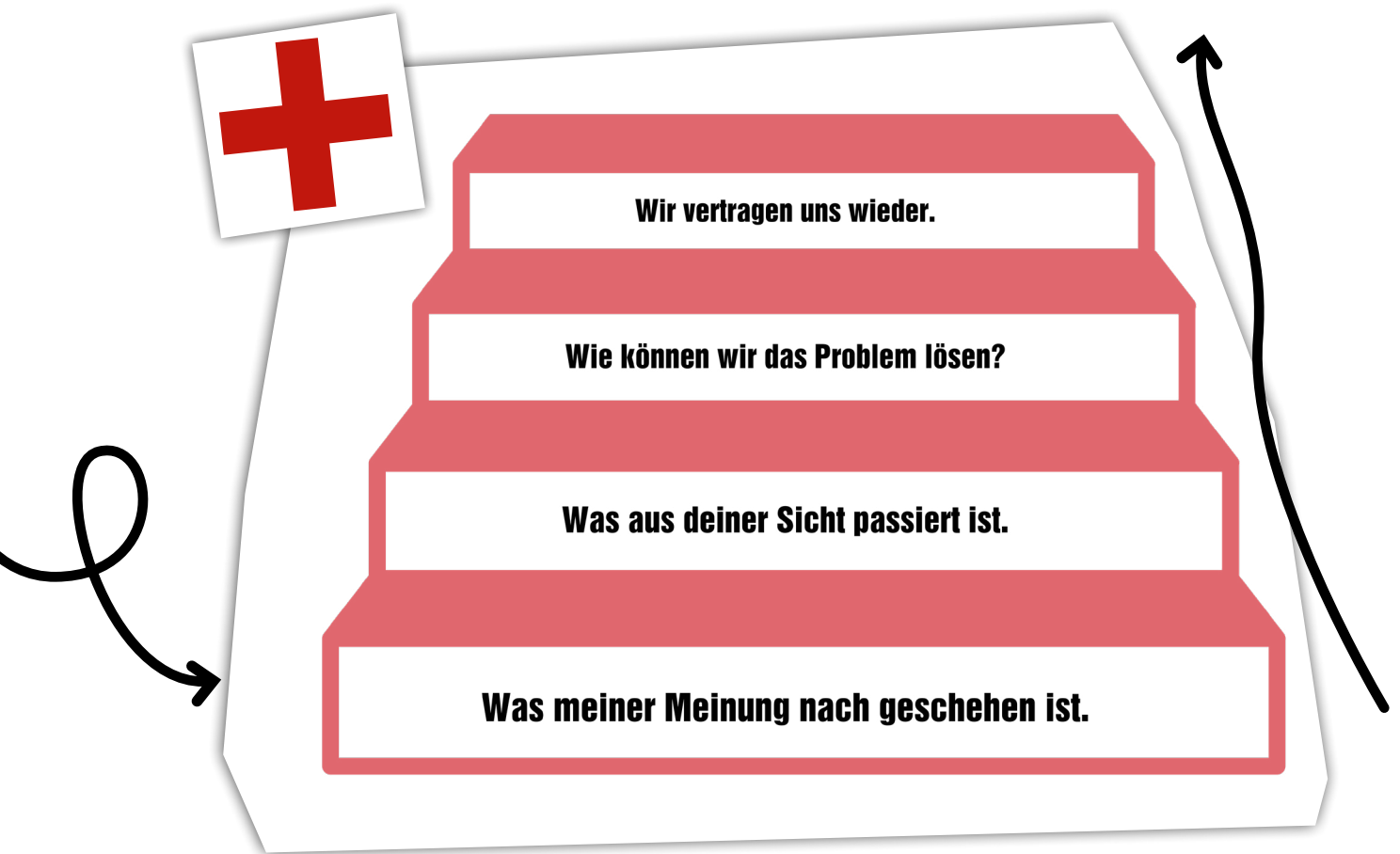
Stelle zuerst die Spielregeln vor und frage die Beteiligten, ob sie sich darauf einlassen und daran halten wollen. Wenn alle zustimmen, könnt ihr starten.

Alles, was die Gemeinschaft und Kommunikation stärkt, verringert Konflikte und hilft euch, Konflikte fair auszutragen und zu lösen.

Macht die Treppe gut sichtbar: Mit Kreppband am Boden aufkleben, mit Kreide auf Asphalt malen ... – so groß, dass die Beteiligten die Stufen wirklich betreten und sich mit jedem Schritt näherkommen können. Oder ihr zeichnet die Treppe auf ein Plakat und die Streitenden gehen jeweils einen Schritt aufeinander zu.

Doris leitet das Team der Fachstellen.





Die Friedenstreppe

1. Stufe:

Die Beteiligten vereinbaren, wer zuerst die eigene Sichtweise erzählen darf. Danach ist das andere Kind dran. Wichtig: Bleibt bei Ich-Botschaften (Ich habe mich geärgert, weil... Ich fühle mich...). Als Gruppenleiter*in kannst du auch unterstützen und nachfragen, wie sich der*die Betroffene gefühlt hat/gerade fühlt. Die andere Person hört einfach zu. Danach dürfen beide einen Schritt auf die erste Stufe machen. Sie kommen sich ein wenig näher.

2. Stufe:

Nun fühlen sich die Beteiligten nacheinander in die andere Person ein und wiederholen, was sie von der*dem anderen gehört haben. Der*die andere hört nur zu. Natürlich darf auch nachgefragt werden, ob man richtig verstanden hat oder wenn man ein Detail vergessen hat. So kann man Verständnis füreinander entwickeln. Am Ende darf die nächste Stufe erklommen werden.

3. Stufe:

Jede*r darf Vorschläge einbringen, wie der Streit beigelegt werden könnte. Sie dürfen sagen, was sie sich wünschen und wie sie sich eine Lösung vorstellen können. Vielleicht fällt ihnen etwas ein, das sie selbst beitragen wollen. Auch die restlichen Gruppenmitglieder können hier Vorschläge einbringen. Als Gruppenleiter*in hilfst du, dass sich die Betroffenen auf eine Lösung einlassen können, mit der alle einverstanden sind. Jetzt steigen beide auf die letzte Stufe.

4. Stufe:

Hier wiederholt jede*r, was auf Stufe 3 vereinbart wurde und verspricht, sich daran zu halten. Sie geben sich ein Zeichen für ihr Versprechen: Hände reichen, umarmen, „Vertrag“ unterschreiben ..., was immer für die Betroffenen passt. Die anderen Gruppenmitglieder können sie an ihre Vereinbarung erinnern. ✨

Tipp:

Reflektiere einen Konflikt und vor allem, wie ihr die Situation gelöst habt. Gehe in Gedanken nochmal durch, was euch geholfen hat. So lernst du für die Zukunft und weißt, ihr könnt da gemeinsam rauskommen!

Die wichtigste **LIEBES**BEZIEHUNG deines Lebens

Selbstliebe hat nichts mit Egoismus zu tun. Im Gegenteil: Sie ist wichtig für eine gesunde Psyche und regt dazu an, auf sich selbst zu achten und sich persönlich weiterzuentwickeln. Wer sich selbst liebevoll annimmt, kann sogar bessere Beziehungen zu Mitmenschen aufbauen.

Achtsamkeit und Selbstfürsorge sind nicht erst seit der Coronakrise voll im Trend. Selbsternannte Coaches und Influencer*innen laden dazu ein, die innere Balance zu finden und die Selbstliebe zu stärken und Selbstfürsorge-Workshops boomen. Sie versprechen uns alles, was man für ein glückliches und zufriedenes Leben braucht. Doch wie steht eigentlich das Christentum zum Thema Selbstliebe? Ein Blick in die Bibel.

Das Doppelgebot der Liebe

Schon in der Bibel begegnet uns die Selbstliebe in der Verbindung von Gottes- und Nächstenliebe. Im Matthäus-Evangelium heißt es: „Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit deinem ganzen Herzen und mit deiner ganzen Seele und mit deiner ganzen Vernunft. Das ist das wichtigste und erste Gebot. Das Zweite ist ihm gleich: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst. An diesen beiden Geboten hängen das ganze Gesetz und die Propheten.“ (Mt 22,37-40)

Diese drei Formen der Liebe hängen unmittelbar zusammen. In ihrer je spezifischen Bedeutung sind sie wichtig und einzigartig. Sie spiegeln ein Beziehungsgeflecht wider. Basis

dieser Einheit bildet die bedingungslose Liebe Gottes zu uns Menschen. Sie ist die antreibende Kraft, die Nächsten- und Selbstliebe erst ermöglicht.

Liebe stellt keine Bedingungen

Unabhängig von unseren Leistungen, unserem Reichtum, unserem Aussehen oder unserem Wirken sind wir von Gott bedingungslos geliebt. Vor Gottes Augen bestehen wir immer, weil Gott jedem und jeder von uns vom Anfang unseres Seins an seine immerwährende Liebe zuge-

sagt hat. Blicken wir uns selbst so an, wie Gott uns sieht, ist es unmöglich, sich selbst nicht zu lieben. Leben wir wahrhaftig aus Gottes Liebe heraus, ist Missgunst und Feindschaft zu anderen nicht möglich. Warum gehen wir dann aber oft gerade mit uns selbst so schwer ins Gericht? Warum behandeln wir uns oft so, als wären wir unser größter Feind?

Die Botschaft von der Liebe ist toll, nutzt aber wenig, wenn man ein verschlossenes Herz hat und die Liebe nicht annehmen kann. Alte Glaubenssätze aus der Kindheit wie „Du bist nicht genug“ oder Sticheleien in der Jugend führen dazu, dass man an sich selbst zweifelt. Aus diesem Selbstzweifel heraus ist es unmöglich zu glauben, dass es da jemanden gibt, der mich so liebt und annimmt, wie ich bin.



Selbstzweifel? Nicht mit Gott!

Aus diesem Selbstzweifel heraus können wir uns selbst nicht annehmen und gut zu uns sein und es fällt uns auch schwerer, mit unseren Mitmenschen liebevoll umzugehen. Denn denke ich schlecht über mich, behandle ich mich wahrscheinlich schlecht und das färbt auf das soziale Miteinander ab. Wer unsicher oder verletzt ist, schaltet eher auf „Angriffsmodus“ um – ein Konflikt entsteht nicht selten aus Selbstzweifeln. In dieser Negativspirale verschließt sich mein Herz immer mehr und Liebe kann mich nicht mehr erreichen. Im Alten Testament spricht man auch von der Verstockung des Herzens, wie es im Psalm 81 beschrieben wird.



**Mache dir bewusst, dass du jede Sekunde
deines Lebens mit dir verbringen wirst.
Das ist wohl die wichtigste Liebesbeziehung deines
Lebens – und die größte Herausforderung.**

Gerade in Phasen der Selbstablehnung und des Zweifels dürfen wir uns in Gottes Liebe fallen lassen. Sie ist wie eine Quelle, die uns erfrischt und vor Augen führt, wie unendlich geliebt und gewollt wir sind. Sprich dich aus im Gebet und erzähle Gott von deinem Selbstzweifel!

Die wichtigste Person deines Lebens

Lade immer wieder die Liebe in dein Leben ein und mache dir bewusst, dass du die Person bist, mit der du in jeder Sekunde deines Lebens zusammen sein wirst. Das ist wohl die wichtigste Liebesbeziehung in deinem Leben und zugleich auch die größte Herausforderung. Denn niemand von uns ist sich seiner*ihres immer zu 100% sicher und liebt sich dementsprechend. Deswegen frage dich, in welcher Be-

ziehung du mit dir selbst leben möchtest. Möchtest du die Person sein, die dich kleinhält, die schlecht von dir spricht, die dich ständig kritisiert, die dich hässlich findet, dich nicht für liebenswert hält? Oder möchtest du an deiner Seite der*die Freund*in sein, der*die liebevoll ist, dich wertschätzt, deine Grenzen respektiert und achtet, deine Einzigartigkeit feiert, dich motiviert und aufbaut?

Die goldene Regel

Selbstliebe ermöglicht dir, eine Beziehung zu dir aufzubauen, die auf Vertrauen und Wertschätzung der eigenen Fähigkeiten und Grenzen basiert. Wer zu sich selbst steht und sich liebevoll annimmt, der kann auch zu seinen Mitmenschen gesunde und respektvolle Beziehungen aufbauen. Und das hilft wiederum, Konflikte schon vor ihrem Entstehen

zu verhindern.

Selbstliebe ist wichtig, weil sie die Grundlage für ein gesundes und erfülltes Leben bildet. Sie fördert die Empathie zu mir selbst und zu meinen Mitmenschen. Sie fördert ein friedliches Miteinander, weil die Grenzen der*des anderen geachtet und respektiert werden. Ganz nach dem Motto: So wie ich behandelt werden möchte, so behandle ich auch meine Mitmenschen. ✨



Katja ist Fachstellenreferentin für Firmung und Versöhnung. Die Liebe spielt schon immer eine zentrale Rolle in ihrem Leben.

Und wie lösen wir das jetzt?

In Gruppenstunden kommt es häufig zu Konflikten – das ist ganz normal und gehört dazu. Die Herausforderung liegt darin, diese Auseinandersetzungen konstruktiv zu bewältigen. Die folgenden spielerischen Methoden bieten praktische Ansätze, um gemeinsam Lösungen zu finden und das Miteinander zu stärken.

Dreibeinlauf

BAUSTEIN

Alter: 8–14 Jahre
Dauer: 10–15 Minuten
Aufwand: gering
Gruppengröße: ab 6 Personen
Material: Schnüre oder Tücher

Jeweils zwei Kinder bilden ein Paar – sie werden zum Dreibein. Die beiden stellen sich nebeneinander auf. Mit einem Tuch oder einer Schnur wird nun das rechte Bein des einen Kindes mit dem linken Bein des anderen Kindes zusammengebunden (Pass auf, dass du nicht zu eng zusammenbindest!). Ganz vorsichtig sollen die Kinder nun versuchen, mit ihren drei Beinen vorwärtszukommen. Das ist eine Herausforderung, und die Kinder werden schnell merken, dass sie nur durch Zusammenarbeit vorankommen. Sie müssen sich gut aufeinander einstellen. Eine Hilfe kann sein, sich dabei gegenseitig um die Taille zu fassen oder sich an den Händen zu halten. Achtung: Bei solchen Spielen mit viel Körperkontakt ist es besonders wichtig, dass sich die Mitspielenden ihre Partner*innen selbst aussuchen dürfen. Schau darauf, dass der Körperkontakt für die Kinder nicht unangenehm wird.

Variante 1: Wenn deine Kinder schon älter sind, kannst du auch versuchen, mehr als zwei Kinder zusammenzubinden. Dadurch wird die Aufgabe schwieriger.

Variante 2: Stelle zwei Personen gegenüber voneinander auf. Die eine Person stellt sich auf die Füße der anderen und so wird gemeinsam vorwärts gegangen. Die Person, die nach vorne sieht, ist dabei die Person, die führt, und trägt damit die Verantwortung.

Blinde Handwerker

BAUSTEIN

Alter: 12–16 Jahre
Dauer: 30–40 Minuten
Aufwand: mittel
Gruppengröße: ab 8 Personen
Material: Lego oder Duplo, Augenbinden

Deine Vorbereitung besteht darin, mit Lego oder Duplo eine Figur aufzubauen. Wie schwierig du es machen willst, entscheidest du selbst. Ziel des Spiels ist es, die Figur, die im Laufe des Spiels zerstört wird, wieder komplett aufzubauen.

Die Gruppe wird am Anfang in zwei geteilt: Die eine Gruppe besteht aus den „blinden Handwerkern“, die andere aus den „sehenden Baumeistern“. Zuerst stehen beide Gruppen still um die gebaute Figur herum und dürfen sie sich einprägen. Vorher wird von der Spielleitung bekannt gegeben, wie lang dafür Zeit ist (maximal 10 Minuten).

Anschließend gibt es eine Besprechungsphase beider Gruppen (15–20 Minuten). Sie müssen einen Plan entwickeln, wie sie die Figur, die (nach dieser Phase) zerstört wird, am besten wieder aufbauen können. Die Herausforderung besteht darin, dass die Baumeister zwar sehen, aber nicht Hand anlegen dürfen, die Handwerker hingegen nichts sehen, aber die Figur aufbauen müssen.

Außerdem gibt es folgende Einschränkung: Die Baumeister dürfen nur vier gesprochene Kommandos (oder je nach Schwierigkeitsgrad auch mehr) geben. Auch die Baumeister müssen sich die gebaute Figur im Kopf also gut einprägen. Wenn du den Schwierigkeitsgrad erleichtern möchtest, kannst du den Baumeistern auch erlauben, ein Foto von der Figur zu machen.

Jetzt wird die Figur zerstört und den Handwerkern werden die Augen verbunden; die Baumeister stehen im Kreis rundherum. Aufgabe ist es nun, nach den oben genannten Regeln und innerhalb eines gewissen zeitlichen Rahmens (je nach Schwierigkeit zwischen 6 und 12 Minuten) die Figur wieder aufzubauen.

TeamBILDer & Kugelkanne

BAUSTEIN

Alter: ab 8 Jahren

Dauer: 10–15 Minuten

Aufwand: gering

Gruppengröße: ab 4 Personen

Material: Material von der Jungen Kirche, für den TeamBILDer zusätzlich Papier und Permanentmarker

Mit den gruppendynamischen Spielen „Kugelkanne“ und „TeamBILDer“ lernt deine Gruppe auf spielerische Weise, was es bedeutet, gemeinsam Probleme zu lösen. Bei beiden Methoden geht es darum, dass die Gruppe buchstäblich lernt, „am selben Strang zu ziehen“. Kugelkanne und TeamBILDer sind beides Holzgegenstände, an denen Fäden befestigt sind. Die Mitspielenden stellen sich im Kreis auf und ziehen an den Fäden, um die Gegenstände zu steuern und die gestellten Aufgaben zu bewältigen.

Die Herausforderung bei der Kugelkanne ist es, gemeinsam in der Gruppe den Inhalt der Kanne – Kugeln – in vorbereitete Gefäße zu füllen. Wenn viele Leute gleichzeitig an der Kugelkanne ziehen und sie gemeinsam steuern, ist das gar nicht so einfach. Um die Schwierigkeit zu erhöhen, kannst du Hindernisse in den Raum stellen, z.B. muss die Gruppe die Kugelkanne über oder unter einem aufgestellten Tisch vorbeibalancieren oder durch eine Engstelle.

Beim TeamBILDer ist das Ziel, gemeinsam in der Gruppe ein Bild zu malen. Dafür sind Permanentmarker am TeamBILDer befestigt und Papier am Boden aufgelegt. Die Gruppe muss die Stifte nun über die Fäden steuern. Du kannst die Aufgabe variieren, indem du entweder die ganze Gruppe ein Bild malen lässt, oder zwei Gruppen bildest. Dann soll die eine Gruppe das Bild malen, während die andere Gruppe erraten muss, was dargestellt wird.

Du kannst dir beide Methoden bei der Jungen Kirche ausleihen. Melde dich bei Interesse gerne unter junge.kirche@edw.or.at und hol die beiden Spiele direkt in der Regionalstelle in deiner Nähe ab.



Wir hängen alle zusammen

BAUSTEIN

Alter: 8–10 Jahre

Dauer: 10 Minuten

Aufwand: gering

Gruppengröße: ab 8 Personen

Material: keines

Die Kinder bilden einen Kreis und ein Kind stellt sich in die Mitte. Dieses Kind ruft ein anderes Kind beim Namen zu sich und nennt dabei ein gemeinsames Merkmal (z.B. „Magdalena, wir tragen beide eine Brille.“). Das aufgerufene Kind geht in die Mitte und „hängt sich an“ an das andere Kind – so entsteht eine Kette.

Dann ruft dieses Kind ein anderes Kind zu sich und nennt ein gemeinsames Merkmal. Das geht immer so weiter, bis alle Kinder an der Kette zusammenhängen. ★



Martin ist Jugend- und Kinderpastoral-assistent im Vikariat Stadt.



Versöhnung spürbar machen

Das Sakrament der Versöhnung ist mehr als „nur“ Beichte. Gemeinsam mit dem Bischofsrat wurden vier Grundbotschaften formuliert, die beschreiben, was Kinder bei der Vorbereitung auf dieses Sakrament spüren sollen. Doch wie vermittelt man diese Botschaften kindgerecht? Hier findest du Methoden und Bausteine dazu.

„Ist Gott für uns, wer ist dann gegen uns?“ – so drückt es der Apostel Paulus aus (Röm 8,31). In der Realität glauben wir leider oft mehr daran, dass alles und jede*r gegen uns ist. Wir machen unser Herz hart und verletzen andere und uns selbst. Die Beichte ist ein Sakrament der Heilung (KKK 1421). Gott heilt uns von unserer Härte und dem negativen Blick auf uns selbst, auf die anderen und auf Gott.

Genial-Brille

BAUSTEIN

→ **Grundbotschaft:** Gott hat dich lieb – immer
Alter: ab 7 Jahren
Dauer: 15 Minuten
Gruppengröße: 5–10 Kinder
Material: Brille mit wasserfester Aufschrift „Gott hat mich lieb“; dicken, schwarzen, wasserlöslichen Plakatstift; (Wimmel-)Bild, z.B. zum Thema Schöpfung; Schüssel mit Wasser

Durch die beschriftete Brille schauen die Kinder auf ein Bild und nennen etwas, das ihnen auf dem Bild gut gefällt. Die Leitung erklärt: „Wenn uns jemand mag, freuen wir uns – über uns selbst und andere. So ist es auch mit der Liebe Gottes. Gott hat uns lieb – was auch immer geschieht. Das hilft uns, das Schöne in der Welt zu sehen. Manchmal passieren aber Dinge, die uns diesen Blick versperren, die uns Freude nehmen. Das sind Dinge, die uns leidtun oder wehtun.“



Reihum nennt jedes Kind Situationen, wo es unfair war oder jemandem weh getan hat. Die Leitung beginnt. Beispiele können sein: auslachen, unfair spielen, ausschließen, Lügen über jemanden erzählen, wegnehmen, allein lassen, gemein sein ...

Jede*r, die*der etwas nennt, malt mit dem wasserlöslichen Stift einen Fleck auf die Brille. Danach schauen die Kinder wieder durch. Nun ist es schwieriger, das Schöne auf dem Bild und in der Welt zu sehen. Es macht weniger Freude. Die Leitung erklärt: „Im Sakrament der Versöhnung passiert das, was auch in der Taufe mit uns geschieht: klar werden. Der Priester sagt bei der Beichte: ‚Ich spreche dich los von deinen Sünden. Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.‘ Ihr Kinder antwortet darauf mit: ‚Amen.‘“

Während den Worten der Lossprechung wäscht die Leitung die Brille mit Wasser wieder klar. Die Kinder schauen erneut durch die Brille.

Beichte als Taferneuerung

BAUSTEIN

→ **Grundbotschaft:** Du kannst Gutes tun
Alter: ab 7 Jahren
Dauer: 15 Minuten
Gruppengröße: 5–15 Kinder
Material: Kiste, Sand, Wasserschüssel, Steine mit Talenten und guten Eigenschaften beschriftet und mit Sonnen verziert (mit wasserfestem Stift!)

Eine Kiste ist mit Sand gefüllt. Daneben liegen Steine, die mit Talenten und guten Eigenschaften beschriftet und mit Sonnen verziert sind. Jedes Kind schaut auf sein rechtes Nachbarskind und denkt darüber nach, was es an diesem Kind gerne mag. Jedes Kind sucht nun einen Stein mit passender Aufschrift aus und überreicht ihn dem Nachbarskind.

Gruppenleitung: „Gott hat uns alle gut geschaffen und viel Schönes in uns gelegt. Oft bemerken wir aber vor allem die Schattenseiten an anderen Menschen und an uns selbst.“

Wir werden gemein zueinander und verletzend. Dann sind unsere Sonnenseiten wie begraben und wir können uns bedrückt fühlen.“ Die Steine werden nun in der Kiste vergraben. „Beim Sakrament der Versöhnung ist es wie bei unserer Taufe. Wir werden innerlich gewaschen und strahlen wie neu.“ Die Steine werden ausgegraben und in der Schüssel mit Wasser gewaschen. Wer will kann sich die Hände in der Schüssel waschen und mit dem Wasser ein Kreuzzeichen auf die Stirn machen.

Geheim-Brief

BAUSTEIN

→ **Grundbotschaft:** Gutes tun ist nicht immer einfach

Alter: ab 7 Jahren

Dauer: 2x15 Minuten

Gruppengröße: 5–15 Kinder

Material: Geheim-Brief-Vorlage (Download: versoehnung.jungekirche.wien), Stifte, Kuverts, Topf zum Verbrennen des Papiers, Feuerzeug
(**Material für die Erweiterung:** Erde, Samen, beschriftetes Häferl für jedes Kind)



In der Vorbereitung auf das Sakrament der Versöhnung schreiben die Kinder einen „Geheim-Brief“. Die Vorlagen werden als gefaltete A4-Blätter ausgeteilt. Innen links steht der Ablauf der Beichte. Innen rechts steht die Überschrift „Was tut mir leid? Was möchte ich ändern?“. Darunter ist Platz für die Notizen der Kinder. Diesen Brief nehmen die Kinder zu ihrer Erstbeichte mit. Der Priester gibt dem Kind am Ende der Beichte ein Kuvert, in das es den Brief gibt. Am Schluss werden alle Briefe verbrannt.

Erweiterung: Die Asche der Briefe wird zusammen mit Erde in Häferl gefüllt und mit Samen bepflanzt. Auf dem Häferl steht eine der Grundbotschaften zum Sakrament der Versöhnung: „Gott hat dich lieb, [Name des Kindes].“

„Was liegt dir am Herzen? Ein Begleitbuch durch das Sakrament der Versöhnung“

BAUSTEIN

→ **Grundbotschaft:** Gott vergibt dir und hilft dir, dich zu versöhnen

Alter: ab 7 Jahren

Dauer: 2x20 Minuten

Gruppengröße: 5–15 Kinder

Material: Begleitbuch mit Post-its bestückt (Download: versoehnung.jungekirche.wien), Stifte, Wasserschüssel, Kreuz, Stabmixer

Das Begleitbuch „Was liegt dir am Herzen?“ stellt den Ablauf einer Kinder-Beichte dar. Auf jeder Seite wird ein Schritt beschrieben. Dieses Buch kann als Anleitung bei der Vorbereitung sowie beim Sakrament der Versöhnung selbst verwendet werden.

In der Vorbereitung bekommt jedes Kind ein solches Begleitbuch, das es später dann zur Einzelbeichte mitnimmt. Auf die drei Seiten mit Reflexionsfragen (S. 4, 6, 8) werden im Vorfeld durch die Leitung Post-its geklebt. Auf diesen Post-its können die Kinder in der Zeit der Vorbereitung die Reflexionsfragen, z.B. „Was macht dich traurig? Was tut dir leid?“, beantworten. Nach der Beichte legt jedes Kind seine Post-its in eine Wasserschüssel vor einem Kreuz. Sind alle Post-its eingeweicht, wird alles mit einem Stabmixer zerkleinert. Mit dem bunten Wasser können Blumen gegossen werden. ✨

„Was liegt dir am Herzen? Ein Begleitbuch durch das Sakrament der Versöhnung“ kann auf unserer Website heruntergeladen werden: versoehnung.jungekirche.wien



Tipp: Mehr zu den Grundbotschaften und weitere methodische Ideen findest du in unserem Behelf „Verlorengehen und Heimkommen: Unterwegs zur (Erst)Beichte“ →



Katharina Sperrer ist Fachstellenreferentin für Erstkommunion und Versöhnung. Die Beichte erlebt sie selbst immer wieder als ein Sakrament der Heilung.

GRAUE STEINE, BUNTES LEBEN

In der Vorbereitung auf die Erstbeichte wählen Pfarren unterschiedliche Wege, um Kindern das Sakrament der Versöhnung nahezubringen. Pfarrer Gerald Gump und Pastoralassistentin Maria Sigert-Kraupp zeigen anhand zweier Pfarren, wie vielfältig die Ansätze dabei sein können.

Seit zehn Jahren ist Maria Sigert-Kraupp Pastoralassistentin im Pfarrverband Ziersdorf und dort zuständig für die Erstkommunionvorbereitung. Gleich zu Beginn ihrer Tätigkeit holte sie die Erstbeichte aus dem Verantwortungsbereich der örtlichen Volksschule in die Pfarre, „damit die Kinder die Beichte nicht mit Unterricht und Benotung verbinden“, wie sie erklärt. Seitdem hat sie ihr Konzept zum Thema Versöhnung weiterentwickelt: Aktuell wird es im Rahmen der Erstkommunionvorbereitung in zwei Vorbereitungseinheiten behandelt und mit der Erstbeichte und einem gemeinsamen Versöhnungsfest beschlossen. Bei jedem Schritt dieses Weges bindet Maria die Eltern und Bezugspersonen der Kinder mit ein, damit diese sehen: „Die Gemeinschaft der Kirche hat ihren Kindern sehr wohl etwas zu bieten. Aber sie selbst müssen sich drauf einlassen – anders geht’s nicht.“

Versöhnung im Alltag der Kinder

In Ziersdorf findet die Erstkommunionvorbereitung in kleinen Tischgruppen statt. Gemeinsam mit den Tischeltern plant Maria die Treffen. Jeder Elternteil ist „Tischmutter“ bzw. „Tischvater“ und gestaltet die eine oder andere Stunde mit. Ihr ist besonders wichtig, dass das Thema Versöhnung methodisch abwechslungsreich vermittelt und mit dem kindlichen Alltag verknüpft wird: „Die Kinder merken dann: Das machen wir nicht, weil Gott das will, oder weil es sich gehört – sondern das hat echt was mit mir und



Beichtschachteln

meinem Leben zu tun!“

Mit einer Farb-Metapher veranschaulicht sie das Thema: Sie spricht von einem ‚bunten‘ oder ‚grauen‘ Leben und verwendet Gegensatzpaare wie behutsam/grob oder zufrieden/neidisch. „Gott sieht uns als ganze Menschen mit unseren bunten und grauen Anteilen. Aber eigentlich wollen wir, dass unser Leben bunt ist“, erklärt Maria. Zur Vorbereitung auf die Erstbeichte gestaltet jedes Kind eine „Beichtschachtel“. Das ist eine verzierte Schubschachtel, in die die Kinder zwei Zettel hineinlegen: Auf den einen schreiben sie in grauer Farbe eine Sache, die sie mit Absicht schlecht gemacht haben und auf den zweiten Zettel schreiben sie in bunter Farbe eine Sache, wo ihnen Gutes gelungen ist.

Wo ist dein Leben bunt?

Die erste Beichte der Kinder findet dann vor Ostern im Rahmen eines Versöhnungsfestes statt. Jede Tischgruppe feiert einzeln mit den Kernfamilien der Kinder. Mit einem Gebet und einer Geschichte werden die Mitfeiernden auf die Beichte eingestimmt. Dann gehen die Kinder nach und nach mit ihrer Beichtschachtel zum Pfarrer ins Aussprachezimmer. Das hat im Ziersdorfer Pfarrhof eine Glastüre, damit die Eltern ihre Kinder im Blick behalten können. Gemeinsam mit dem Pfarrer verbrennen die Kinder bei der Beichte den grauen Zettel und legen den bunten in eine Schatzkiste für Jesus – anschließend empfangen sie zum ersten Mal das Bußsakrament. Als

Erinnerung an diesen besonderen Moment bewahren viele Kinder gerne ihre Beichtschachtel auf.

Party im Pfarrheim

Nachdem alle Kinder das Sakrament der Versöhnung empfangen haben, wird im Pfarrheim gemeinsam gebetet, gegessen und gespielt. Das gemeinsame Feiern hat für Maria große Bedeutung. Viele Eltern würden vergessen, dass die Beichte genauso wie die Taufe, die Erstkommunion oder die Firmung ein Sakrament ist. Damit das wieder ins Bewusstsein rückt, betont sie den feierlichen Aspekt der Versöhnungsfeier mit Musik und Essen: „Zu einem Fest gehört ein bisschen Tamtam rundherum einfach dazu!“, erzählt sie augenzwinkernd. Von den Kindern hört Maria immer wieder, dass sie viel Freude bei der Beichtvorbereitung haben. Maria empfindet ihre Arbeit mit den Kindern als gegenseitiges Geben und Nehmen. Sie findet, dass wir Erwachsenen viel von Kindern lernen können: „Wie sie Ungerechtigkeit erkennen, wie schnell sie verzeihen und wieder miteinander spielen. Die Kinder haben das Gespür dafür, zu erkennen, worauf es eigentlich ankommt.“ Die Begleitung der Kinder zum Versöhnungsfest erinnere sie selbst immer wieder aufs Neue an die Botschaft, die sie den Kindern mitgeben möchte: „Versöhnung ist immer möglich!“

Voneinander lernen

Ähnlich und doch ganz anders läuft die Vorbereitung auf die Erstbeichte in den Pfarrgemeinden St. Elisabeth und St. Florian der „Pfarre zur Frohen Botschaft“ im 4. Wiener Gemeindebezirk ab. Während der Co-

vid-Zeit erfuhr das bisherige Konzept eine Zäsur: Aus Termindruck musste das Beichtfest verschoben werden und fand erst nach der Erstkommunion statt. Doch was aus einer Notwendigkeit entstanden ist, hat sich bewährt und wird auch jetzt noch so durchgeführt. Für Pfarrer Gerald Gump wird damit endlich erfahrbar, was in der Theorie schon immer so war: „Sakramente sind Geschenke. Der liebe Gott braucht mein Bravsein nicht, damit ich mir die Erstkommunion verdiene.“

Neue Wege in der Beichtvorbereitung

Gerald ist in seiner Rolle als Pfarrer Teil des Erstkommunionteams in St. Elisabeth und St. Florian. So wie in Ziersdorf werden die Kinder

innerhalb der Erstkommunionsvorbereitung auf die Beichte vorbereitet, doch die zwei Sakramente werden in umgedrehter Reihenfolge empfangen. Nicht alle Kinder, die die Erstkommunion empfangen haben, kommen auch zur Beichte. Das nimmt das Vorbereitungsteam aber in Kauf, denn: „Wer nicht will, kommt halt nicht. Ich habe kein Mittel, sie zu zwingen und das ist gut so. Jeglicher Druck ist grundsätzlich destruktiv im Religiösen“, findet Gerald. Die Vorbereitungstreffen auf das Bußsakrament finden nach der Erstkommunion statt. Zwei Treffen widmet das Team dem Themenkomplex rund um Gewissen, Schuld und Beichte. Bei den Kindern komme das laut Gerald gut an: „Die Kinder haben meist ein ausgezeichnetes Gespür dafür, was aufleben lässt und was das Miteinander auch ka-



„Dunkelheit“

putt macht.“ Um ihnen die abstrakte Thematik etwas zu veranschaulichen, werden in der Vorbereitung unterschiedliche bildliche Herangehensweisen gewählt. Als Hinführung verwendet das Erstkommunionsteam eine Geschichte über den barmherzigen Vater und seinen verlorenen Sohn, der symbolisch aus dem hellen Haus des Vaters in die Dunkelheit geht und wieder zurück zum Licht findet.

Symbole der Versöhnung

Gerald verwendet als Symbol gerne den Stein. Dieser steht für alles Belastende, so wie der sinnbildliche Stein, der uns nach einem Streit „im Magen liegen“ kann. In der Vorbereitung können die Kinder einen Stein mit Dingen beschriften, die sie belasten, und bei der Beichte beim lieben Gott ablegen.

Zum Abschluss der Vorbereitung „übt“ die Gruppe den Ablauf der Beichte, um den Kindern Sicherheit in dieser ungewohnten Situation zu geben. Dadurch kommt es auch kaum zu Angst vor der Beichte, was für Gerald wesentlich ist: „Kinder müssen eine befreiende Erfahrung machen, damit sie lernen: Beim lieben Gott kann ich abladen und das tut gut!“

Inhaltlich vorbereitet und gestärkt durch den Empfang der Eucharistie kommen die Kinder dann zum Beichtfest. Dieses startet im Kirchenraum: Mit ihren Eltern warten sie im hinteren Teil der Kirche und beschäftigen sich still, z.B. mit Basteln. Wenn sie an der Reihe sind, haben sie die Auswahl aus möglichst zwei Priestern und dürfen entscheiden,

bei dem sie beichten möchten. Meist entscheiden sich die Kinder für Gerald, weil sie ihn schon aus der Vorbereitung kennen – aber sie sollen die Möglichkeit haben, zu wählen. Einzeln kommen sie dann nach vorne und setzen sich mit dem Priester zum Hochaltar. Diese Vorgangsweise gibt sowohl Kindern als auch Eltern Sicherheit und hat sich laut Gerald bewährt: „Man sieht alles, aber man hört nichts.“

Beichte am Hochaltar

Bei der Beichte erzählen die Kinder dann, was sie mitgebracht haben: Dinge, die sie gut gemacht haben und Dinge, die ihnen

misslungen sind. Ihren beschrifteten Stein können sie dabei in eine Kiste werfen und so eine haptische Befreiungserfahrung machen. Wenn jedes Kind das Bußsakrament empfangen hat, wird gemeinsam gesungen und gebetet, dann wird im Pfarrheim neben der Kirche mit den Eltern, Kindern und dem Vorbereitungsteam gegessen. Wobei – meistens essen die Kinder eher wenig und toben lieber am Spielplatz vor der Kirche herum. „Ich bin als Kind auch in die Kirche gegangen, weil ich nachher im Pfarrcafé meine Freunde getroffen habe. Der liebe Gott hat seine Wege“, sagt Gerald lachend. ✨



„Licht“



Wieder gut?

Versöhnung betrifft jede*n von uns, weil es ein Leben ohne Brüche und Verletzungen nicht gibt. Versöhnung gelingt aber nur dann, wenn Menschen nachdenken, umdenken und Verantwortung übernehmen. Diese Kompetenzen können besonders in der Firmvorbereitung mit Jugendlichen geübt werden.

Was der eine als gut empfindet, hält der andere für unmoralisch. Doch wer urteilt über diese Dinge und unterscheidet zwischen Richtig und Falsch?

Der Kompass in uns

Es ist das Gewissen, das hier eine entscheidende Rolle spielt. Das Gewissen ist die innere Stimme in uns, die uns hilft, das zu tun, was wir für richtig halten. Es ist das Gefühl in uns, das uns mahnt und davor bewahrt, Grenzen zu überschreiten, die gegen unsere moralischen Vorstellungen sind. Das Gewissen ist wie ein Kompass, der uns leitet und dazu anregt, über unser Verhalten nachzudenken.

Besonders laut hören wir diese innere Stimme, wenn wir etwas tun, das gegen unsere moralischen Werte verstößt. Dann taucht dieses ungute, diffuse Gefühl auf – das schlechte Gewissen meldet sich. Es tritt auf, wenn man beispielsweise gelogen, betrogen oder Unrecht getan hat. Es kann aber auch auftreten, wenn man das Gefühl hat, Erwartungen an sich oder von anderen nicht erfüllt zu haben. Bei Jugendlichen meldet sich das schlechte Gewissen meistens auch dann zu Wort, wenn sie die von Eltern und Autoritäten gesetzten Regeln nicht befolgen.

Das schlechte Gewissen

Gerade in der Pubertät setzen sich junge Menschen mit den Normen und Werten ihrer Rollenvorbilder kritisch auseinander. Es ist ein wichtiger Schritt ins Erwachsenenleben hinein, eigene Maßstäbe für die Gewissensentscheidungen

zu entwickeln und auszubauen. Es ist wichtig, junge Menschen – z.B. in der Firmbegleitung – in der Findung eigener Werte und Normen zu begleiten und zu bestärken.

Übrigens ist das schlechte Gewissen nichts Schlechtes. Es signalisiert uns: Hier ist etwas nicht in Ordnung, hier liegt Unrecht vor. Auch wenn es sich unangenehm anfühlt, so ist es dennoch gut, dass sich die Gewissensbisse melden. Sie sind ein Zeichen dafür, dass man sich seiner Handlungen und deren Auswirkungen bewusst ist. Und: Es ist menschlich, Fehler zu machen.

Fehler machen gehört dazu

Wir sind nicht automatisch schlecht, weil wir Fehler machen. Nicht allen Jugendlichen ist das aber bewusst. Wenn man mit Jugendlichen über Sünde, Schuld und Versöhnung nachdenkt, kann sie das entlasten. Gerade in der Pubertät, der Zeit der Identitätsfindung, ist das eine Erfahrung, die Mut schenkt und ihnen zeigt: Du bist gut, so wie du bist und mit allem, das dich ausmacht. Die Jugendlichen erfahren so, dass sie willkommen sind, und zwar genau da, wo sie sich jetzt in ihrem Leben befinden, mit ihren Problemen und Anliegen.

Trotzdem ist es wichtig, Fehler zu erkennen und zu korrigieren. Dazu bedarf es der Selbstreflexion. Sie lädt uns ein, ernsthaft über das, was uns nicht so gelungen ist, nachzudenken und unsere Werte (wieder) in Erinnerung zu rufen. Selbstreflexion und Gewissen hängen wesentlich zusam-

men, weil sie unser Handeln als moralische und ethische Person beeinflussen.

Im Einklang mit unseren Werten

Das Gewissen dient als innerer Wegweiser für moralische Entscheidungen und daraus resultierendes Verhalten. Die Selbstreflexion hingegen ist der innere Monolog, in dem man über die eigenen Gedanken, Gefühle und Handlungen nachdenkt. Dabei geht man auch der Frage nach, warum man so gehandelt hat, wie man es getan hat.

**Jugendliche stehen vor der Aufgabe,
ihren eigenen Platz im sozialen Gefüge
zu suchen und sich gezielt abzugrenzen.
Dabei können schon einmal Fehler
passieren.**

Es ist empfehlenswert, in der Firmbegleitung die Jugendlichen zu Selbstreflexionen anzuleiten. Hier setzen sie sich mit verschiedenen Fragen auseinander, die sich auf ihre Gegenwart und Zukunft beziehen. „Was wäre, wenn“-Fragen eignen sich auch gut. So wird den Jugendlichen bewusst, was ihnen wichtig ist und welche Werte ihren Handlungen zugrunde liegen.

Impulsfragen:

- Was machst du besonders gerne in deiner Freizeit und warum?
- Was wäre, wenn du ein*e Superheld*in wärst ... wofür würdest du dich ganz besonders in der Welt einsetzen?
- Was ist dir in Freundschaften wichtig?

Jugendliche stehen vor Herausforderungen

Wir leben in vier Grundbeziehungen, anhand derer wir eingeladen sind, unser Gewissen zu reflektieren: zu Gott, zu den Mitmenschen, zur Umwelt und zu uns selbst. Es ist gut, diese verschiedenen Aspekte des sozialen Gefüges mit Ju-

gendlichen zu thematisieren und mit Blick auf ihre persönliche Situation im Leben zu reflektieren.

Denn es warten viele Herausforderungen auf sie. In der Jugendzeit findet eine große psychische und physische Entwicklung statt, in der junge Menschen nach einem Platz in der Welt suchen. Es ist die Zeit, in der man sich von den Eltern und den Autoritäten abnabelt und immer autonomer wird. Jugendliche stehen hierbei erstmals vor der großen Aufgabe, ihren eigenen Platz im sozialen Gefüge zu suchen und sich gezielt auch abzugrenzen. Bei solch großen Aufgaben können schon einmal Fehler passieren.

Gräben überwinden, Wege finden

Überall dort, wo wir Fehler und Versagen in unserem Denken, Sprechen, Handeln, Verhalten entdecken, entsteht ein Bruch in der Beziehung. Das kann man mit dem Begriff „Sünde“ beschreiben. Sünde trifft unmittelbar die Beziehungsebene und (zer)stört diese. Die Herkunft des Wortes „Sünde“ deutet bereits auf diesen Beziehungsaspekt hin: „Sunt“ heißt Graben. Ein Graben entsteht dort, wo Verletzung geschieht und Verletzung entsteht dort, wo Beziehung ist. Wo ein Graben ist, muss erst wieder ein neuer Weg gefunden werden.

Im christlichen Glauben geschieht das im Sakrament der Versöhnung. Jugendliche kann das Thema darin unterstützen, das Gute in sich selbst zu entfalten und sich mit dem auseinanderzusetzen, was manchmal noch nicht so gelingt. Es ist daher sehr wertvoll und heilsam, in der Firmbegleitung über Versöhnung und Vergebung zu sprechen.

Gott liebt und verzeiht

Das Gewissen zu erforschen ist der bewusste Blick auf mich selbst in dem Vertrauen darauf, dass ich von Gott geliebt und gewollt bin. Diese Erfahrung hilft Jugendlichen, die bedingungslose Annahme und Vergebung Gottes zu erleben. Ein Beichtspiegel kann dabei unterstützen, das eigene Gewissen gründlicher zu erforschen.

Schön, dass du das *Movi*★ liest!



Abonnieren, weiterempfehlen, Feedback geben – all das hilft uns, unsere Arbeit für DICH weiterzuführen.



Wenn du möchtest, kannst du uns auch finanziell unterstützen. Mit deiner **Spende** hilfst du uns, das Movi für alle zugänglich zu halten – besonders für unsere jüngeren Leser*innen, die noch kein eigenes Einkommen haben. Danke!



Jetzt unterstützen unter movi.jungekirche.wien
Kontoinhaber: Erzdiözese Wien Finanzkammer
IBAN: AT30 1919 0000 0010 0453
Verwendungszweck: 4130002529 Beitrag Movi



Zahlen mit Code

Auszug aus dem Beichtspiegel aus
„Versöhnung feiern mit
Firmkandidat*innen und Jugendlichen“

Die Beichte ist ein Ort im Leben, wo du die Erfahrung machen darfst, ganz angenommen zu sein, so wie du bist. Du bist eingeladen, darüber nachzudenken, was dir wichtig ist.

Ich bin von Gott geliebt!

Welche Rolle spielt Gott in meinem Leben?

Wie erfahre ich Gott in meinem Leben?

Welchen Raum gebe ich Gott in meinem Leben/in meinem Alltag?

...

Ich bin nicht allein!

Wie und wodurch gelingt es mir, meine Freundinnen und Freunde/Mitmenschen/meine Familie/mein Umfeld zu fördern und zu unterstützen?

Wodurch habe ich andere Menschen verletzt? Was tut mir leid?

Wie gelingt es mir, mich für Gerechtigkeit und Fairness einzusetzen? Und wo fällt mir das schwer?

...

Ich bin Teil der Welt. Die Schöpfung ist mir anvertraut.

Was trage ich zur Bewahrung unseres Planeten bei?

Was brauche ich, um zu leben, worauf möchte ich bewusst verzichten? Was möchte ich teilen?

Wo sehe ich konkrete Handlungsmöglichkeiten für Vermeidung von Müll, Ressourcenschonung, Mobilität etc.?

...

Mein Leben ist ein Geschenk und ich bin unendlich kostbar.

Was mag ich an mir? Was schätzen andere an mir? Inwieweit bin ich mit mir zufrieden?

Wo oder wann spiele ich mir selbst und anderen etwas vor?

Vertraue ich auf meine Stärken und glaube ich an meine Träume?

...

Dank und Mut tun gut

Schuld und Fehler einzugestehen ist nicht leicht. Es braucht Mut und Größe, aber genau das bietet unfassbar viel Potenzial für die Persönlichkeitsentwicklung Heranwachsender. Das eigene Gewissen zu erforschen, fördert ein friedvolles Verhalten in den vier Beziehungsdimensionen, in die Jugendliche wie Erwachsene eingebettet sind.

Dabei dürfen wir nicht vergessen: Das Sakrament der Versöhnung ist ein Geschenk Gottes an uns. Dafür dürfen wir dankbar sein. Richte ich bewusst meinen Blick auf das, was Gott mir geschenkt hat, fokussiere ich mich auf die Fülle und nicht den Mangel, der ja meistens Ursprung jeglichen Fehlverhaltens ist. Der Aspekt des Dankens darf deswegen nicht zu kurz kommen – in der Gewissenserforschung und im Leben allgemein. ✨

Tipp: Noch mehr Anregungen, Tipps und Vorlagen findest du in unserem Behelf „Versöhnung feiern mit Firmkandidat*innen und Jugendlichen“. Du kannst ihn auf unserer Webseite herunterladen oder hier darauf zugreifen:





Strittiger Jesus?!

Jesus hat sich immer für die Botschaft der Liebe eingesetzt, für Barmherzigkeit und Gerechtigkeit. Das schließt aber nicht aus, im Leben auch mal klare Worte zu finden. Eine Anleitung zum Streiten am Beispiel von Jesus.

Unser Bild von Jesus Christus ist für gewöhnlich vom Frieden geprägt: Er ist derjenige, den wir für seine Barmherzigkeit und Güte kennen, für seine unbedingte Liebe zu allen Menschen und für seine einzigartige, unmittelbare Verbindung zu Gott. Dabei vergessen wir, dass Jesus auch in Konflikte geraten ist. Mehr noch: In manchen Situationen hat er sogar selbst die Konfrontation gesucht.

Ein berühmtes Beispiel dafür ist die „Tempelreinigung“¹, von der sogar alle vier Evangelien erzählen. Das zeigt, dass es sich hierbei um ein Ereignis handelt, das für das Verständnis von Jesus, seinem Wirken und seiner Botschaft von zentraler Bedeutung ist. Es wird erzählt, dass Jesus in den Tempel ging, und sofort damit begann, die Händler und Geldwechsler zu vertreiben, indem er ihre Tische umwarf. Mehrfach ist dabei ein Wort Jesu überliefert: „Mein Haus soll ein Haus des Gebetes sein, aber ihr habt

daraus eine Räuberhöhle gemacht!“

Zwar wird die Geschichte von den Evangelisten in jeweils unterschiedlicher Länge erzählt, doch immer ist es Jesus, der diesen Streit beginnt. Wie passt das mit unserem Bild eines friedvollen Jesus zusammen, der ja auch gesagt hat: „Liebt eure Feinde und tut denen Gutes, die euch hassen!“ (Lk 6,27-28) oder „Wie ihr wollt, dass euch die Menschen tun sollen, das tut auch ihr ihnen!“ (Lk 6,31)?

Die Antwort findet sich in der Absicht von Jesus. Es stimmt zwar, dass er sich mit Schriftgelehrten, Händlern und Pharisäern angelegt hat, doch das hat er nicht aus Geringschätzung gegenüber diesen Menschen getan, sondern weil es ihm um die Wahrheit seiner Botschaft ging.

Klarheit und Wahrheit als Akte der Liebe

Jesus hat also nicht aus Wut oder Ego-

ismus gestritten, wie wir es manchmal tun, und bestimmt wollte er niemanden verletzen. Im Gegenteil, ihm ging es um Heilung. Wenn er gegenüber seinen „Gegnern“ das Wort ergriff oder wie im Fall der Tempelreinigung auch handgreiflich wurde, dann tat er das, um diesen Menschen die Notwendigkeit der Umkehr zu zeigen. Was auf den ersten Blick also wie ein Bruch des Liebesgebotes wirkt, ist im Gegenteil ein Aktivwerden aus Gründen der Nächstenliebe. Denn Liebe bedeutet ja nicht, Konflikten so oft wie möglich aus dem Weg zu gehen, sondern die Wahrheit klar und deutlich auszusprechen – auch, wenn das manchmal hart klingen oder schwer zu verdauen sein kann.

Bei der Tempelreinigung mag Jesus manche Menschen vor den Kopf gestoßen haben, doch letztlich ging es ihm um die größere Wahrheit: dass der Tempel ein heiliger Ort ist, an dem gebetet, d.h. die Beziehung zum lebendigen und liebenden Gott gepflegt werden soll. Die Absicht Jesu lag – trotz allem Zorn ganz liebevoll – darin, die Menschen wieder zu Gott zu führen.

¹Mt 21, 12–13 / Mk 11, 15–18 / Lk 19, 45–48 / Joh 2, 13–17

Hannes Grabner ist Seelsorger der Jungen Kirche. Die Bibel bestärkt ihn immer wieder in Konfliktsituationen im Alltag.





Unterscheidung zwischen Person und Tat

Es fällt auf, dass die verschiedenen Konflikte, in die Jesus verwickelt war, vor allem das Verhalten von Menschen kritisiert haben, nicht aber ihren Wert als Person. Das ist von zentraler Bedeutung und steht ganz im Einklang mit der frohen Botschaft, die Jesus verkündigt hat. Er kritisierte zwar Heuchelei, Ungerechtigkeiten und den Missbrauch religiöser Macht, dabei blieben seine Liebe und Barmherzigkeit gegenüber den Menschen, die ihm begegneten, aber immer bestehen – innerhalb und außerhalb von Streitsituationen.

Das zeigt eine weitere, oft übersehene Dimension der Botschaft Jesu auf, die auch für unseren Alltag relevant ist. Wenn wir mit klarem Fehlverhalten konfrontiert werden, verlangt das Gebot der Nächstenliebe von uns sogar, aktiv auf andere zuzugehen und nicht vor Konflikten zurückzuschrecken. Natürlich ist dabei zu beachten, möglichst objektiv auf die jeweilige Situation hinzuschauen und auch das eigene Gewissen sehr genau zu befragen. Denn man soll

keine Konflikte beginnen, nur um eigene Interessen durchzusetzen. Wo man das aber ausschließen kann, da ruft uns die Liebe dazu auf, anderen die Möglichkeit zu geben, ihre eigenen Fehler und Schwächen sehen zu können. Manchmal muss ihnen dazu sprichwörtlich „der Spiegel vorgehalten werden“ – was dann unsere Aufgabe ist.

Liebe bedeutet nicht, Konflikten so oft wie möglich aus dem Weg zu gehen, sondern die Wahrheit klar und deutlich auszusprechen.

Die christliche Theologie hat in ihrer langen Tradition sogar einen eigenen Begriff dafür gefunden und spricht dabei von der „correctio fraterna“ (wörtlich: „brüderliche Zurechtweisung“), die wohl auf den Hl. Benedikt zurückgeht. Der sah darin eine wichtige Regel für das Zusammenleben seiner Mönchsgemeinschaft. Eine „geschwisterliche Zurechtweisung“ hat also nicht den Streit zum Ziel, sondern das Wiederherstellen

der (Liebes-)Gemeinschaft, aus der sich andere durch ihr Verhalten selbst ausgeschlossen haben. Und das ganz im Sinne Jesu: Weil wir unsere „Feinde“ lieben sollen, müssen wir uns aufrichtig und liebevoll um sie bemühen.

Was können wir daraus lernen?

Wir sehen also, dass echte Liebe zu unseren Mitmenschen (und auch zu uns selbst) die Konfrontation nicht scheut, solange sie Wahrheit, Heilung und Gemeinschaft zurückbringen möchte. Die vielen Situationen, die uns einen streitenden Jesus vor Augen stellen, zeigen uns außerdem neue Wege für unsere eigenen Konfliktsituationen auf: Man kann auch streiten, ohne den anderen in seiner Würde oder seinem Wert zu verletzen. Jesus ist nie persönlich übergriffig geworden und er hat ganz auf Beschimpfungen oder gar körperliche Gewalt verzichtet. Seine Zurechtweisungen haben die Menschen geachtet, ihnen aber auch die Möglichkeit gegeben, ihr eigenes Verhalten zu überdenken. Es geht um die persönliche Umkehr, nicht um das letzte Wort. ✨

Showdown in Jerusalem

Hitzige Auseinandersetzungen, mutige Entscheidungen und Persönlichkeiten wie Petrus und Paulus prägten die Anfänge der Kirche, besonders beim Apostelkonzil. Der entschlossene Dialog von damals könnte wegweisend für den Umgang mit den heutigen Spannungen in der Kirche sein.

Zank und Reibereien prägten die christliche Urgemeinde um das Jahr 48 n. Chr. Die Streitfrage: Können Heiden Christen werden oder müssen sie vorher Juden werden? Um das zu klären, kam es zum Showdown in Jerusalem beim sogenannten Apostelkonzil.

Im Mittelpunkt des Konflikts steht Paulus, eine der schillerndsten Figuren des Frühchristentums. Früher hatte er Christ*innen verfolgt, jetzt war er ein begeisterter Christ. Unermüdlich missionierte er die Gemeinden Kleinasiens und bekehrte viele Menschen zu Jesus Christus – auch sogenannte Heiden, die nicht an den Gott Israels glaubten. Diese Menschen nannte man Heidenchristen.

Judenchristen vs. Heidenchristen

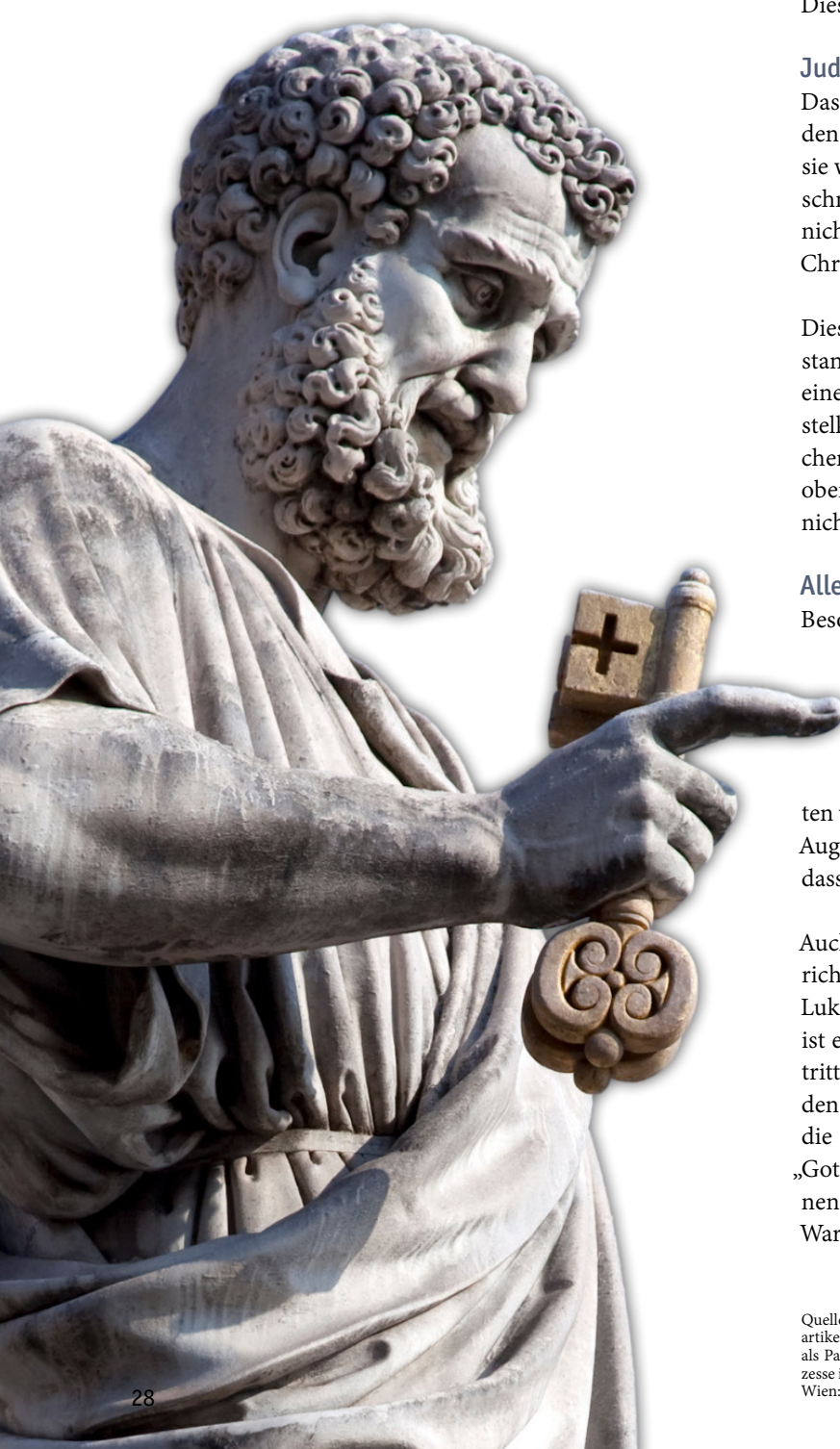
Das passte den strenggläubigen Juden, die Christen geworden waren, nicht. Jesus war schließlich Jude gewesen. Für sie waren die Einhaltung der Speisevorschriften und die Beschneidung von Männern entscheidend. Wer diesen Weg nicht beschritten hätte, so die Judenchristen, könne kein Christ sein. Paulus widersprach dem vehement.

Dieses Thema entzweite die christliche Urgemeinde und stand der Verbreitung des Evangeliums im Weg. Es musste eine Entscheidung getroffen werden, also wurde das Apostelkonzil einberufen. Es nahm eine der wichtigsten Weichenstellungen der frühen Kirche vor – und das nicht von oben herab, sondern auf Basis des Dialogs. Das heißt aber nicht, dass dabei nicht gestritten wurde!

Alles auf Angriff

Besonders angriffslustig tritt Paulus in Erscheinung, der in seinem Brief an die Galater vom Apostelkonzil berichtet. Polemisch schreibt er dort: „Denn was die falschen Brüder betrifft, jene Eindringlinge, die sich eingeschlichen hatten, um die Freiheit, die wir in Christus Jesus haben, argwöhnisch zu beobachten und uns zu Sklaven zu machen, so haben wir uns keinen Augenblick unterworfen.“ (Gal 2,4-5) Paulus ist überzeugt, dass er zur Heidenmission berufen ist.

Auch in der Apostelgeschichte wird vom Apostelkonzil berichtet – dort allerdings aus der Perspektive des Apostels Lukas, der Paulus in den Hintergrund rücken lässt. Hier ist es Petrus, der die Gemeinde in Jerusalem überzeugt. Er tritt besonnener auf und argumentiert, dass Gott den Heidenchristen den heiligen Geist geschenkt und damit schon die Entscheidung getroffen habe. Vorhang auf für Petrus: „Gott machte keinerlei Unterschied zwischen uns und ihnen; denn er hat ihre Herzen durch den Glauben gereinigt. Warum stellt ihr also jetzt Gott auf die Probe?“ (Apg 15,10)



Das Konzil entscheidet, den Heidenchristen nur minimale Speisevorschriften aufzuerlegen.

Weitreichende Folgen

Die Entscheidung war mutig. Die strenggläubigen Judenchristen in Jerusalem hatten berechtigte Bedenken: Abraham hatte schließlich auf göttliche Weisung hin sich und sein Haus beschneiden lassen. Um die Kontinuität der Heilsgeschichte zu bewahren, müssten sich alle Christen beschneiden lassen. Aber sie hörten zu und ließen sich überzeugen – nicht überreden – und sicherten damit die Einheit und Handlungsfähigkeit der frühen Kirche. Das war ein entscheidender Moment für das Christentum, denn so konnte aus einer kleinen Sekte eine Weltreligion werden. Aus Konflikten kann eben etwas Gutes entstehen.

Das Amen im Gebet

Theologische Konflikte sind so alt wie die Kirche selbst und so sicher wie das Amen im Gebet. Zahlreiche Konzilien, Schismen und theologische Streitschriften bezeugen dies. Ein aktueller Konflikt dreht sich ausgerechnet um die Frage, wie die Kirche Entscheidungen treffen will.

Das Verhalten der Apostel kann Vorbild sein für kirchliche Entscheidungsträger der Gegenwart.

Nach Veröffentlichung einer Studie über sexualisierte Gewalt in der katholischen Kirche in Deutschland entschieden sich die deutsche Bischofskonferenz und das Zentralkomitee der deutschen Katholiken 2019 für den sogenannten „Synodalen Weg“. Synode, das bedeutet „Versammlung“. In Deutschland meint das ein strukturiertes Gesprächsforum, bei dem über drängende Themen wie Machtmissbrauch, Zölibat und die Rolle der Frau debattiert wird. Das Besondere: Lai*innen und Bischöfe beraten sich dazu gleichgeordnet.

Synodale Prozesse

Prompt kam es zum Zwist mit dem Vatikan, dem der Alleingang der deutschen Bischöfe nicht gefiel. Papst Franziskus kritisierte, dass sich die Kirche in Deutschland immer weiter von der Weltkirche entferne. Kurz darauf berief Papst Franziskus die Welsynode ein, die im letzten Herbst endete. Trotz aller Kritik am deutschen Weg erkennt auch Franziskus die Notwendigkeit einer synodalen Kirche, die Menschen weltweit befragt und anhört. Denn an vielen Or-

ten der Welt gibt es Spannungen – innerhalb der Ortskirchen und auch mit der Weltkirche.

Die Kirche hat schon immer gestritten, aber es gibt sie noch – und sie streitet weiter. Das Vorgehen der Urgemeinde im Apostelkonzil, das Kardinal Schönborn einmal „Ursynode“ nannte, kann nicht als Schablone für heutige Konflikte dienen. Dazu hat sich die Kirche seitdem zu stark verändert. Aber das Verhalten der Apostel kann in vielerlei Hinsicht als Vorbild gesehen werden: In einen offenen Dialog zu gehen; sich ehrlich auf die Argumente der anderen Seite einzulassen, auch, wenn sie Irritationen auslösen, und mutige Entscheidungen zu treffen, die die Kirche bis in ihre Substanz verändern – das alles sind Tugenden, die sich unsere kirchlichen Entscheidungsträger zu Herzen nehmen sollten. ✨



Vom Streit zur Versöhnung mit der Bibel



Konflikte sind Teil des Lebens – auch in der Bibel geht es nicht konfliktfrei zu. Biblische Konfliktgeschichten eignen sich gut, um mit deiner Gruppe über Streit und Versöhnung zu sprechen. Mit Spielen und Methoden kannst du die Texte lebendig machen – von Kain und Abel bis Petrus und Paulus.

Die Bibel erzählt von zahlreichen Konflikten – zu viele, um sie alle in einer Gruppenstunde zu behandeln. Wähle daher selbst die Bibelgeschichte aus, die am besten zu deiner Gruppe passt. Die Methoden in diesem Artikel sollen dir dabei helfen, Konfliktgeschichten spannend zu vermitteln und lassen sich flexibel auf verschiedene Texte anwenden.

Beispiele für biblische Konfliktgeschichten

Kain und Abel: Gen 4,1-16

Gott verschmäht das Opfer Kains, akzeptiert aber das Opfer Abels. Daraufhin erschlägt Kain seinen Bruder.

Jakob und Esau: Gen 27

Jakob, der zweite Sohn von Isaak und Rebekka, täuscht seinen blinden Vater und erschleicht sich so den Erstgeborenenesegen. Seinem Bruder Esau bleibt dadurch nur das Fortziehen aus dem Land.

Auge um Auge: Levitikus 24,10-23, Gegenstelle: Mt 5,38

Die Gesetzessammlung der Bibel gibt Vorschriften für den Umgang mit Konflikten. Im Matthäusevangelium gibt es dazu eine Gegenstelle, in der Jesus davon spricht, wie Konflikte gelöst werden sollen.

Gleichnis vom verlorenen Sohn: Lk 15,11-32

Der Sohn, der sein Erbe verprasst hat und nun als Bettler heimkommt, wird von seinem Vater mit großer Freude und einem Fest empfangen. Der andere Sohn ist deswegen verärgert.

Petrus/Paulus: Gal 2,14

Die Apostel sind sich in der Frage der Missionierung der Heiden uneinig und kommen in Jerusalem zusammen.

Ideen zum Einstieg in die Bibelarbeit

Man kann mit der Bibel sehr vielfältig arbeiten. Zu Beginn braucht es aber immer eine Auseinandersetzung mit dem Text. Hier einige Ideen für den Einstieg:

- Gib jeder Person in der Gruppe den Text. Jede*r kann den Text damit in der für ihn* sie passenden Geschwindigkeit durchlesen.
- Wenn die Bibelstelle Dialoge enthält, kann sie in verteilten Rollen gelesen werden. Teile den Text schon vor der Stunde auf.
- Auch absatzweises Lesen (z.B. jede Person zwei Verse) ist möglich. So stellst du auch sicher, dass jede*r einmal drankommt.

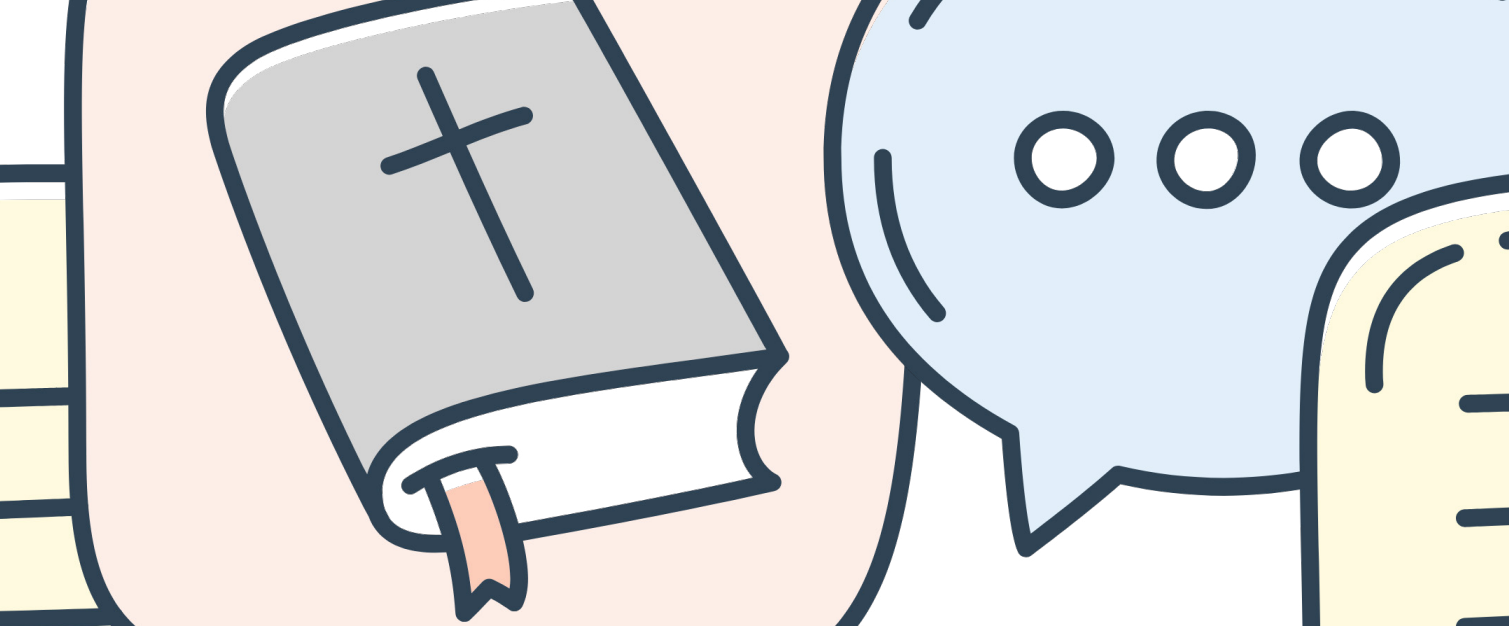
Lasst im Anschluss die Bibelstelle auf euch wirken. Diskutiert in der Gruppe über die Geschichte oder denkt still darüber nach. Folgende Reflexionsfragen helfen dabei:

- Was passiert in dieser Erzählung?
- Wer ist in den Konflikt verwickelt?
- Wodurch wird der Konflikt ausgelöst?

Ideen zur Vertiefung

Szenische Darstellung

- Als **Theaterstück**: Verteile die Rollen innerhalb der Gruppe vorab oder lass die Schauspieler*innen selbst über ihre Rollen entscheiden. Spielt dann die



Geschichte nach.

- **Als Standbild:** Stellt eine oder mehrere Szenen als Standbild dar. Wie können die Figuren in dieser Szene reagiert haben? Welchen Gesichtsausdruck können sie gehabt haben?

Beide Methoden fördern das Einfühlen in die Gefühlswelt der handelnden Personen. Diskutiert in der Gruppe: Welche Emotionen verspüren die Figuren? Wie haben sie reagiert? Wenn du z.B. mit dem Gleichnis vom verlorenen Sohn (Lk 15,11-32) arbeitest, können folgende Fragen bei der Vorbereitung auf die szenische Darstellung helfen:

Was könnte der verlorene Sohn denken?

„Hoffentlich habe ich noch einen Platz in der Familie.“ oder

„Wie wird mein Vater reagieren?“

Was könnte sein Bruder denken?

„Wieso richtet mein Vater ein Fest aus für diesen Taugenichts?“ oder „Ich habe jahrelang geschuftet und was bekomme ich dafür? Nichts!“

Bildnerische Darstellung

Jede*r malt die Szene, die er*sie als Schlüsselmoment der Geschichte empfindet. Wer nicht malen will, kann auch eine Collage erstellen. Biete dafür alte Zeitungen und Bastelmaterial an.

Ein Spiel zum Thema „Verzeihen“

Wenn man einen Streit überwinden und zur Versöhnung gelangen will, müssen beide Streitparteien aufeinander zugehen. Was geleistet werden muss, damit Versöhnung passieren kann, wird durch ein einfaches Brettspiel von Frieder Harz veranschaulicht.



Hier findest du die Spielidee und das Material:

Ein guter Ausgangstext für dieses Spiel ist die Bibelstelle von Jakob und Esau (Gen 27), in der Jakob sich den Erstge-

borenen-Segen erschleicht. In der Bibelstelle gehen die Brüder nach diesem Konflikt getrennte Wege. Aber was wäre passiert, wenn sie einander verziehen hätten?

Das Spiel wird von zwei Seiten gespielt. Beide Spieler*innen (oder Spieler*innengruppchen) müssen ihren Weg über das Spielfeld in die Mitte finden, wo sie eine Brücke der Versöhnung schlagen. Unterwegs ziehen sie Kärtchen, die verschiedene Reaktionen auf den Streit und die Versöhnung darstellen. Diese Kärtchen findest du als Vorlage auf der Webseite.

Ihr könnt aber auch eigene Kärtchen erstellen, die zu eurer Gruppe passen. Überlegt gemeinsam, welche Reaktionen zu mehr Streit führen und welche zur Versöhnung beitragen könnten. Diese schreibt ihr auf Aktionskärtchen, die ihr mit lachenden oder weinenden Smileys verseht. So könnt ihr das Spiel individuell anpassen und vertiefen.

Ideen zur Weiterführung

Bibeltexte sind oft sehr vage. Wir erfahren meist nicht, wie es zwischen den Personen, die in Konflikt miteinander stehen, weitergeht. In der Gruppenstunde könnt ihr gemeinsam Konfliktlösungen erarbeiten.

- Weiterschreiben der Bibelstelle: Wie geht die Bibelstelle nach dem Konflikt weiter? Wie werden die handelnden Personen wohl weiteragieren?
- Anti-Text: Überlegt euch, wie die Bibelstelle lauten würde, wenn die handelnden Personen entweder keinen Konflikt hätten oder den Konflikt auf eine andere (friedliche) Weise lösen könnten. Was braucht es in der konkreten Situation, um einen Konflikt gar nicht erst aufkommen zu lassen? ★

Schlechte Gewohnheiten gehören verbrannt

Es ist ein alter Brauch, in der Fastenzeit auf etwas zu verzichten. Wenn man Kinder nach ihrem Fastenvorsatz fragt, bekommt man meist die Antwort „keine Schokolade essen“. Doch wie wäre es, die Fastenzeit zum Anlass zu nehmen, eine schlechte Angewohnheit abzulegen?

Vorbemerkung: Das ist eine fertig geplante Ministunde für den Anfang der Fastenzeit. Du kannst alles übernehmen oder auch nur Teile davon.

BAUSTEIN

Alter: 8–12 Jahre

Dauer: 60 Minuten

Aufwand: gering

Gruppengröße: 5–20 Personen

Material: kleine Zettel, Stifte, feuerfeste Schale, Feuerzeug, Palmzweig oder anderer Gegenstand, Musik, Asche fürs Aschenkreuz, für jedes Kind Antwortzettel a-b-c

Ort: ev. Gruppenraum, im Freien, Kirche

Tagebucheintrag von Simon:

In der folgenden Geschichte berichtet Simon von seinem Tag. Dabei erfahren die Kinder von seinen schlechten Angewohnheiten und wie es bei ihm zu einem Umdenken kommt. Die Geschichte kann in der Minigruppe laut vorgelesen und anschließend mit ein paar Reflexionsfragen aufgegriffen werden.

Liebes Tagebuch,
heute in der Schule habe ich mich wieder fürchterlich aufgeregt! Du kannst dir gar nicht vorstellen, was passiert ist. Ali hat sich doch tatsächlich im Biologiesaal auf meinen Platz gesetzt. Dabei sitze ich schon seit immer dort. Ich habe ihm dann eh gesagt, dass ich dort immer sitze, aber das wollte er einfach nicht verstehen. Um meinen Platz zu bekommen habe ich ihn dann halt weggestoßen und so kam es zu einem großen Streit. Anna hat versucht uns zu beruhigen, aber warum soll ich mich beruhigen, wenn Ali mich einfach nicht verstehen will?

Und weißt du, was dann noch passiert ist? In der letzten Schulstunde mussten alle ein Mathebeispiel lösen. Sofija, meine Sitznachbarin, versteht das doch alles überhaupt nicht und hat mich gefragt, ob ich ihr helfen kann. Aber warum soll ich ihr denn jetzt die ganze Stunde lang das Beispiel erklären? Allein bin ich viel schneller fertig und kann noch ein bisschen chillen am Ende der Stunde. Ich hab das dann einfach selbst

gelöst und ihr halt die Lösung gezeigt.

Am Heimweg ist dann etwas passiert. Eine Frau mit Hund hat ihr Handy im Bus liegen gelassen. Ihr ist das gar nicht aufgefallen. Ein Kind ist dann aufgestanden, hat das Handy geschnappt und ist der Frau nachgelaufen. Da war ich schon beeindruckt, was man alles Nettes machen kann. Ob ich das auch gemacht hätte? Die Frau hat sich so gefreut, das war krass. Ich hätte auch gerne so reagiert. Vielleicht kann ich es ja schaffen und gleich damit anfangen, etwas hilfsbereiter und netter zu sein?

Ich bin gespannt, was ich morgen so alles erlebe und ob ich auch jemandem helfen kann. Bis morgen!

Reflexionsfragen:

- Welches Verhalten könnte Simon verändern?
- Wieso nimmt er sich vor, am nächsten Tag auch jemandem zu helfen?
- Hast du dir auch schon einmal gedacht, dass du dich in Situationen anders verhalten hättest sollen? Welche Situationen waren das?

Schlechte Gewohnheiten gehören verbrannt:

Als nächstes sollen alle Kinder bewusst über ihre Angewohnheiten nachdenken. Dazu werden sie eingeladen, sich kurz einen ruhigen Platz im Raum zu suchen und auf einen kleinen Zettel eine konkrete Angewohnheit, die sie ändern möchten, aufzuschreiben. Sag den Kindern vorab, dass die Zettel verbrannt werden, damit sie ehrlich zu sich selbst sein können. Wer fertig ist, kann dann seinen*ihren Zettel zusammenknüllen und in die feuerfeste Schale legen. Am besten geht ihr damit ins Freie und zündet dort die Zettel mit all den schlechten Angewohnheiten an. Hier wird Altes verbrannt, um anschließend so richtig erneuert in die Fastenzeit starten zu können.

Spielerisch fasten mit dem Palmzweigtanzen:

Die Kinder gehen immer zu zweit zusammen. Ein Team bekommt den Palmzweig (oder einen anderen Gegenstand) in die Hand. Solange die Musik läuft, dürfen sich

alle durch den Raum bewegen und den Palmzweig weitergeben. Wichtig ist dabei, dass alle den Palmzweig auch annehmen müssen. Wenn die Musik stoppt, muss das Team, das den Palmzweig gerade in der Hand hält, eine positive Eigenschaft/eine gute Angewohnheit nennen. Schaffen sie das, dürfen sie im Spiel bleiben und die Musik kann wieder starten. Spielt davon einige Runden, bis ihr euch so richtig ausgetobt habt.

Rund ums Aschenkreuz:

Jetzt befassen wir uns mit dem Aschenkreuz. Es ist wohl das bekannteste Symbol des Aschermittwochs. Schaut euch

dazu in der Kirche an, wo die Asche aufbewahrt wird, wie sie genau aussieht und bespricht die Bedeutung davon. Abschließend gibt es noch ein kleines Quiz. Dafür setzen sich alle Minis in die hinterste Bankreihe der Kirche. Der*die Gruppenleiter*in liest die Fragen mit den Antwortmöglichkeiten vor. Die Kinder sollen gleichzeitig das von ihnen gewählte Antwortkärtchen a, b oder c in die Luft halten. Wer richtig geantwortet hat, darf eine Bankreihe weiter nach vorne rutschen. Ziel des Spiels ist es, möglichst weit nach vorne zu kommen. Achtung: Bei zwei Fragen gibt es zwei richtige Antwortmöglichkeiten! ✨

- 1) Woher kommt die Asche am Aschermittwoch?
 - a) vom Feuer des letzten Dachbrandes der Kirche
 - b) verbrannte Faschingskrapfen
 - c) verbrannte Palmzweige vom Vorjahr**
- 2) Wie viele Tage hat die Fastenzeit?
 - a) 30
 - b) 40**
 - c) 44
- 3) Warum sind es, wenn man im Kalender nachzählt, mehr als 40 Tage?
 - a) weil das Wochenende nicht mitzählt
 - b) weil die Sonntage die Fastenzeit unterbrechen**
 - c) weil sich wer verzählt hat
- 4) Welche liturgische Farbe tragen die Minis, Diakone und Priester in der Fastenzeit?
 - a) weiß
 - b) grün
 - c) lila**
- 5) Was wird beim Aufzeichnen des Aschenkreuzes gesagt?
 - a) „Bedenke Mensch, dass du Staub bist.“**
 - b) „Bald kommt Ostern, freue dich darauf.“
 - c) „Kehr um und glaub an das Evangelium.“**
- 6) Mit welchem Ereignis beginnt die Karwoche?
 - a) mit dem Einzug Jesu nach Jerusalem**
 - b) als Jesus auf einem Esel nach Betlehem reitet
 - c) beim letzten Abendmahl mit Jesus

- 7) Was ist ein guter Vorschlag für einen Fastenvorsatz?
 - a) immer nur allen anderen helfen und nie auf sich selbst schauen
 - b) besonders freundlich und hilfsbereit in der Schule sein**
 - c) die Eltern unterstützen und beim Haushalt mithelfen**
- 8) Woran denken wir am Gründonnerstag?
 - a) die Geburt Jesu
 - b) das letzte Abendmahl Jesu mit seinen Jüngern**
 - c) die Auferstehung Jesu
- 9) Was trifft auf die Fastenzeit zu?
 - a) man soll die ganze Zeit nur bedrückt sein
 - b) auf alles verzichten was einen Spaß macht
 - c) auf Dinge verzichten, die einem nicht guttun**
- 10) Welchen besonderen Segen spendet der Papst zu Ostern?
 - a) „dominus vobiscum“
 - b) „ulli und omi“
 - c) „urbi et orbi“**



Wusstest du?
Unter **minis.wien** gibt es viele weitere fertig geplante Ministunden, die du im ganzen Schuljahr verwenden kannst! :-)



Kathi ist Kernteammitglied der Minis und selbst Gruppenleiterin. Jasmin leitet seit vielen Jahren eine Minigruppe im 20. Wiener Bezirk.

Warum wir alle Giraffisch lernen sollten

Das Konzept der Gewaltfreien Kommunikation zielt darauf ab, ein friedliches Miteinander zu ermöglichen. Das gelingt durch bewusstes Wahrnehmen und Ausdrücken von Gefühlen und Bedürfnissen. Wer die gewaltfreie Kommunikation beherrscht, kann Konflikte leichter bewältigen oder sogar vermeiden.

„Gehen wir jetzt endlich raus Ball spielen?“

„Wir müssen zuerst hier drinnen aufräumen und danach spielen wir noch was.“

„Ich will aber jetzt spielen!!!“

„Wenn du mich noch weiter nervst, gibt es gar kein Spiel mehr!“

Vielleicht kennst du Dialoge dieser Art aus deiner Kinder- oder Jugendgruppe? Von dir selbst oder aus deiner Umgebung? Das wäre auch nicht verwunderlich, denn die meisten von uns kommunizieren „wölfisch“.

„Wölfisch“ – die Sprache der Macht

Der Wolf hat sehr gerne Recht. Er fühlt sich leicht angegriffen, verteidigt sich und geht in die Offensive. Wenn das Gegenüber dann ähnlich reagiert, kann eine „gewaltvolle Spirale“ entstehen: Ein Streit wird geführt, der eventuell nicht in einer gemeinsamen Lösung endet, sondern sich zuspitzt und beide Gesprächspartner*innen verletzt. Die meisten von uns haben gelernt, sich „wölfisch“ auszudrücken. Wölfisch ist eher die Sprache unserer Gesellschaft, der Medien und Politiker*innen: Darauf bedacht sein, einem bestimmten Image von sich gerecht zu werden, Gefühle nicht zu zeigen, auf andere

nicht einzugehen, sondern überzeugen wollen, sich Sündenböcke zu suchen und Macht auszuüben.

Oft ist es uns gar nicht bewusst, dass wir uns auch anders ausdrücken könnten, dass es noch eine andere Sprache gibt, die wir erlernen und üben können, um gewaltfreier miteinander umzugehen. Nach Marshall Rosenbergs Konzept der Gewaltfreien Kommunikation (GFK), das in den 1960er Jahren entwickelt wurde, wird das die Sprache der Giraffen genannt.

„Giraffisch“ – die Sprache des Herzens

Die Giraffe wurde als Symbol gewählt, weil sie das Tier mit dem größten Herzen aller Landtiere ist. Die Giraffe steht deshalb für die gewaltfreie Kommunikation, die vom Herzen ausgeht. „Giraffisch“ zu sprechen bedeutet, einfühlsam zuzuhören, also zu erkennen, welche Bedürfnisse hinter den gehörten Worten stehen und auch selbst die eigenen Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche ehrlich auszudrücken. Da die meisten von uns als Kinder „wölfisch“ gelernt haben, müssen wir die „neue“ Sprache von Grund auf lernen. Die folgenden vier Schritte können uns dabei helfen:

Schritt 1: Wertfreie Beobachtung mitteilen

Im ersten Schritt fragen wir uns selbst: Was passiert in einer Situation? Was tut/sagt der*die andere? Diese Beobachtung soll dann ohne Beurteilung oder Bewertung dem*der anderen mitgeteilt werden. Das ist oft gar nicht so einfach. Wir sind sehr geübt darin, sehr schnell einzuordnen und zu bewerten. „Du kommst immer zu spät“ z.B. ist eine Bewertung und „Die letzten zwei Male, in denen wir uns getroffen haben, bist du zu spät gekommen“ ist eine Beobachtung.

Schritt 2: Gefühle benennen

In einem zweiten Schritt, überlegen wir uns, welche Gefühle das Gesagte in uns auslöst – fühlen wir uns zum Beispiel verletzt, erschrocken, amüsiert, verärgert ...? Dieses Gefühl soll dann mitgeteilt werden. Auch das ist nicht unbedingt einfach, weil wir oft gelernt haben, Gefühle nicht zu zeigen, und somit auch verlernt haben, Gefühle wahrzunehmen.



Schritt 3: Bedürfnisse aussprechen

Unseren Gefühlen liegen Bedürfnisse zugrunde, wie jene nach Sinn, Selbstwert, Akzeptanz, Nähe, Gemeinschaft, Rücksichtnahme, Verständnis, Frieden ... In einem dritten Schritt der GFK teilen wir unserem*unserer Gesprächspartner*in das Bedürfnis mit, das hinter unseren Gefühlen steht. Zum Beispiel: „Ich fühle mich verärgert, wenn ich das höre, weil ich Respekt brauche und das, was ich höre, als Beleidigung auffasse.“

Schritt 4: Um etwas bitten

Im vierten Schritt wird eine Bitte formuliert (oder eine gemeinsame Lösung gesucht). Hierbei geht es darum zu sagen, was wir brauchen, damit es uns besser geht. Die Bitte ist sozusagen die Brücke zur anderen Person. Bitten sollen konkret, machbar und positiv formuliert werden, zum Beispiel „Wäre es ok für dich, mir in Zukunft Bescheid zu geben, wenn du weißt, dass du zu spät kommst?“ statt „Bitte komm nicht mehr zu spät.“

In Satzform lauten diese **vier Grundschritte der Giraffensprache** folgendermaßen:

Wenn ich sehe oder höre, dass ...
(**Beobachtung**, Schritt 1),

dann fühle ich mich ...
(**Gefühle**, Schritt 2),

weil ich ... brauche
(**Bedürfnis**, Schritt 3).

Darum bitte ich dich, dass ...
(**Bitte**, Schritt 4).

Willst du Frieden in der Welt, schaffe Frieden in dir selbst!

Diese vier Schritte sind ein Teil der Giraffensprache. Sie stellen eine Orientierung dar. Genauso wichtig für das gewaltfreie Kommunizieren ist das einfühlsame Zuhören. Egal, wie oder was jemand sagt, es stehen Bedürfnisse, Gefühle und Bitten dahinter. Wenn uns jemand beschimpft oder angreift, sollten wir überlegen, was gerade passiert ist, welche Gefühle ausgelöst wurden, welche Bedürfnisse dahinterstecken und was eine Lösung für die Situation wäre.

Gewaltfrei zu kommunizieren ist ganz schön anstrengend. Weil wir uns mithilfe der „Giraffensprache“ angreifbarer machen, weil wir uns sichtbar machen, indem wir zu uns und unseren Gefühlen stehen und Verantwortung für sie übernehmen. Es bedeutet nicht, dass man Konflikten aus dem Weg geht. Im Gegenteil: Gewaltfrei kommunizieren zu lernen heißt, konfliktfähig zu werden und belastbare Beziehungen aufzubauen, in denen wir einander ehrlich begegnen können, ohne uns zu verletzen oder verteidigen zu müssen. Gewaltfreie Kommunikation ist ein Schritt zu einem friedlichen Miteinander. ★

Läuft es in eurer Gruppenleiter*innen-Runde nicht ganz rund? Könnte eine externe Moderation eure Diskussionen unterstützen? Dann holt euch einen kostenlosen Pfarr-Workshop der Jungschar Wien – zum Thema Konflikte oder zu anderen kinderbezogenen Themen. Für mehr Infos meldet euch gerne unter dlwien@jungschar.at!

Dieser Artikel von Betti Zelenak erschien erstmals im Kumquat 3/2010. Katrin Aiterwegmair hat ihn gekürzt und überarbeitet. Katrin ist Bildungsreferentin bei der Jungschar Wien.



Kann man Vergeben ausrechnen?

70x7 – Niko Kirchenmaus plagt sich mit einer biblischen Rechenaufgabe

„Sieben mal sieben ist ... ist neunundfünf ... nein! Neunundvierzig. Und dann mal zehn ...“ Niko knabbert an seinem Bleistift. Rechnen ist nicht seine Stärke. „Noch mal von vorne“, murmelt er. „Sieben mal ...“

Da hört er plötzlich das Quietschen der Eingangstür. Niko springt auf. Ihm ist gerade jeder Grund für eine Pause recht. Freudig begrüßt er seinen Opa.

„Was rechnest du denn da?“, will Opa Kirchenmaus wissen. „Hausübung?“

Niko schüttelt den Kopf. „Nein, damit bin ich längst fertig. Das ist die Rechnung aus der Kirche.“ Die Rechnung aus der Kirche? Opa versteht nicht sofort, was Niko meint.

„Kannst du dich nicht an Sonntag erinnern?“, fragt Niko. „An die Bibelstelle? Jesus hat zu Petrus gesagt, er soll siebzimal siebenmal vergeben! Ich glaub, so weit bin ich bei meiner nervigen Schwester Lilly jetzt bald einmal. Aber ich will's genau wissen – und deshalb muss ich das jetzt ausrechnen! Hilfst du mir dabei?“

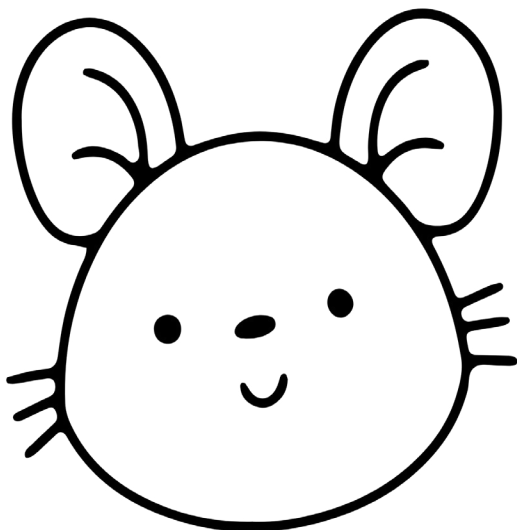
Opa seufzt. „Das war doch keine Rechenaufgabe von Jesus. Auch wenn dir ein bisschen mehr Üben guttun würde! Hast du nicht zugehört, was Pfarrer Clemens danach gesagt hat?“ Nein, dazu fällt Niko nichts ein. „Weißt du es noch?“, fragt er Opa. Der kratzt sich am Kopf. Wo beginnt er am besten mit der Erklärung? „Sieben ist eine besondere Zahl. Denk nur an den Anfang der Bibel ...“

„Da hat Gott die ganze Welt in sieben Tagen erschaffen – und sie war gut und vollkommen!“, ruft Niko. Opa nickt. „Ja, genau. Und Petrus fragt Jesus, wie oft er vergeben muss. Sieben Mal müsste doch reichen.“ „Aber Jesus findet das nicht!“, weiß Niko. „Jesus sagt: bis zu siebzimal siebenmal.“

„Gut gemerkt!“, lobt Opa seinen Enkel. „Jesus sagt damit: Wenn sieben Mal vollkommen ist und was ähnliches wie ‚immer‘ bedeutet, dann ist siebzimal siebenmal unvorstellbar viel öfter, also so wie immer-immer!“

Niko denkt ein bisschen nach. Dann sagt er: „Du meinst, wenn Lilly wieder mal mein Lego-Haus kaputtmacht, dann soll ich ihr das siebzimal siebenmal vergeben? Und am nächsten Tag wieder von vorne? Und wenn sie sich das letzte Stück Kuchen nimmt, obwohl sie vorher schon das meiste gehabt hat – dann zählt das wieder extra?“ Opa nickt. „Und wenn sie so viel redet, dass ich gar nicht zu Wort komme – dann noch mal siebzimal sieben? Und wenn Lilly laut singt und tanzt und nervt – dann noch einmal? Dann brauch ich mit Zählen ja gar nicht anfangen und ausrechnen brauch ich das auch nicht!“

Opa schmunzelt. „So ist es! Natürlich darfst du Lilly auch sagen, was dich stört oder was dir zu viel ist. Aber schau drauf, wie du das tust! Und vielleicht schaffst du es ja auch, statt dich zu ärgern, mit Lilly mitzutanzten und mitzusingen!“



- Was hilft dir, jemandem immer wieder zu vergeben und neu anzufangen?
- Müssen das andere bei dir auch immer wieder?
- Mit wem kannst du darüber reden?

Termine, Termine, Termine

In den kommenden Monaten erwarten dich wieder viele spannende Angebote der Jungen Kirche. Hier findest du eine Auswahl – wir würden uns freuen, dich bei einer unserer Veranstaltungen kennenzulernen!



Ganzheitliches Gestalten nach Franz Kett in Erstkommunionvorbereitung, Kinderliturgie und Religionsunterricht

Samstag, 22. Februar 2025, 9 - 16 Uhr
Bildungszentrum St. Bernhard, Wr. Neustadt
TN-Beitrag: 35,-
Anmeldung unter liturgie.jungekirche.wien



Grundkurse für Jungschar-Gruppenleiter*innen

Grundkurse sind die Grundausbildung für alle Jungschar-Gruppenleiter*innen. Auf einem Grundkurs bekommst du die nötigen Basisinfos, um eine Kindergruppe gut leiten zu können.

Wann: Fr, 21.–So, 23. März
Wo: Burg Wildeg, Wildeggerstraße 41,
2393 Sittendorf
Weiterer Termin:
29.05.–01.06.2025
Infos unter: wien.jungschar.at/grundkurs



Mit Jugendlichen Gott feiern

Es ist schön, gemeinsam Gottesdienste zu feiern. Noch schöner ist es, wenn auch Jugendliche gerne mitfeiern. In diesem Workshop bekommst du Tipps, wie du gemeinsam mit Jugendlichen Gottesdienste vorbereiten kannst. Dabei bleibt viel Platz für deine Fragen und genug Zeit zum Ausprobieren!

Wann: Fr, 21. März, 17 Uhr
Wo: Blutgasse 1, 1010 Wien



Ein Nachmittag für alle Minis:

Especially4you

Im Vorfeld zur jährlichen Chrisam-messe sind alle Minis zwischen 14 und 17 Jahren zu einem gemeinsamen Nachmittag eingeladen! Dabei werden die Bedeutung der heiligen Öle vertieft, der Stephans-dom bei einer Führung erkundet und gemeinsam die Chrisammesse gefeiert.

Wann: Mo, 14. April, 14 Uhr
Wo: Rund um den Stephansdom
Kosten: 5€ für Verpflegung und Material
Anmeldung:





Über meinen Schatten springen

Der Bruder des „verlorenen Sohnes“ denkt nach (Lk 15,11-32)

*Es ist so unfair!
Jahrelang hat er mich im Stich gelassen.
Um alles hier habe ich mich allein gekümmert, während
er es sich gut gehen hat lassen!*

*Für ihn war nur der Spaß wichtig. Vom Geld, das unser
Vater ihm gegeben hat, ist nichts mehr übrig.
Schöne Frauen, das beste Essen und Trinken und eine
Reise um die halbe Welt hat er sich geleistet.
So lange, bis er pleite war.*

*Und ich?
Ich weiß nicht mehr, wann ich das letzte Mal einen Tag
frei hatte.
Oder wann ich mir irgendetwas einfach nur so für mich
gegönnt habe.
Nicht einmal einen Ziegenbock, um ein Fest mit meinen
Freunden zu feiern.
Ich arbeite am Feld, egal ob es regnet oder die Sonne
vom Himmel brennt.
Ich kümmere mich um unsere Ziegen und Schafe und
ums Federvieh.
Und bevor ich todmüde ins Bett falle, muss ich noch
schauen, ob es unseren Eltern gut geht.
Sie sind ja auch nicht mehr die Jüngsten...*

Und dann kommt er angekrochen –

*und Vater läuft ihm mit offenen Armen entgegen und
tut, als wäre nichts gewesen.*

*„Freu dich doch, dass dein Bruder wieder da ist! Wir ha-
ben ihn gesund wiederbekommen – das ist doch das Ein-
zige, das zählt!“, sagt er und schmeißt eine Party, wie
ich sie überhaupt noch nie erlebt habe. Aber ich kann
und ich will mich nicht einfach mit ihm freuen.*

*Über wen ärgere ich mich eigentlich gerade so?
Über Vater, der so großzügig und barmherzig ist? Über
den Heimkehrer? Oder über mich?*

Ich weiß es selbst nicht.

*Es ist ja nicht so, dass er mit diesem Willkommen ge-
rechnet hat. Er hat um Arbeit gebeten und um ein Dach
über dem Kopf – und mehr auch nicht. Ganz zerknirscht
ist er angekommen.*

*Er war sich nicht sicher, ob unser Vater ihm überhaupt
zuhört oder ob er ihn sofort davonjagt.*

Und stattdessen?

*Das beste Gewand, neue Schuhe, einen wertvollen Ring
und eine fette Party kriegt er.*

*Es ist einfach nur unfair und ich weiß nicht, wie ich
mitfeiern soll.*

*Ob ich es noch schaffe, über meinen eigenen Schatten
zu springen?*

Wenn mein Herz voller Ärger ist,
wenn mich das Verhalten anderer verletzt,
wenn ich die Worte, die zwischen uns gefallen sind, immer wieder in meinem Kopf höre,
wenn ich mir selbst leidtue,
wenn ich nicht weiß, ob ich vergeben kann,
wenn ich den Weg zur Versöhnung nicht sehe
und keine Kraft habe, den ersten Schritt zu machen:
Dann lass mich nicht allein, guter Gott!
Hilf mir, über meinen Schatten zu springen.
Schenke mir ein weites Herz.
Zeige mir, wo ich verletzt habe, vielleicht unabsichtlich oder unbedacht.
Gib mir den Mut, meine eigene Schuld ehrlich einzugestehen
und den ersten Schritt hin zur Versöhnung zu machen.
Lass nicht zu, dass wir uns mit faulen Kompromissen zufriedengeben,
sondern hilf uns, neue Wege zueinander zu suchen und zu gehen.
Amen.

