

Heute in einer anderen Welt

Unsicherheit aushalten, Hoffnung haben,
Schönes in den Blick nehmen, zur Tat schreiten

Ein Krieg in Europa, ganz nah: Nachrichten über Tod, Flucht, Sanktionen, steigende (Energie-)Preise ... und dann war da noch der Stromausfall letzte Nacht: Ganz normal oder vielleicht ein Hackerangriff?

Die Kriegslage in Europa verunsichert; verständlicherweise. Diese **Unsicherheit** ist da, sollte nicht übergangen, darf erlebt und muss wohl auch ausgehalten werden. Ebenso darf es **Hoffnung** geben: Z.B. darauf, dass es nicht so schlimm bzw. besser werden mag, dass es trotz allem ...

Und: Was empfinde ich als **schön**? Was macht mein Leben lebenswert? Sich immer wieder auch einmal auf das Schöne zu fokussieren, kann helfen, innerlich in Balance zu bleiben.

Viele **Aktionen** entstehen: Was kann ich tun? Wie kann ich helfen? Tolles entsteht. Wichtig zu beachten: Fliehe ich dabei vielleicht ein wenig vor der eigenen Unsicherheit? Oder löst meine ausgehaltene Unsicherheit verbunden mit Hoffnung meine Tatkraft aus?

Unsicherheit aushalten, Hoffnung haben, Schönes in den Blick nehmen, zur Tat schreiten: Diese vier Elemente finden sich in der nachfolgenden schulpastoralen Idee für alle Schulformen wieder. Sie kann in verschiedenen Kontexten eingesetzt werden wie z.B. in einer Meditation, in einem Schulgottesdienst, in einer Schulstunde.

Aufgabe 1 (draußen)

Die eigenen Unsicherheiten aufspüren und sie aushalten

Materialien: pro Person vier Blatt weißes Papier und vier Teelichte

- Was sind eure Ängste und Sorgen, eure Unsicherheiten in dieser Zeit? Geht raus und sucht einen Gegenstand, der euch dabei hilft, die Ängste und Sorgen, die ihr habt, zu beschreiben. Solch ein Gegenstand kann ein Stein sein, ein Blatt, ein Zweig oder auch irgendein Alltagsgegenstand. Schaut einfach, was ihr Passendes findet.
- Findet zu eurem Gegenstand eine Überschrift zum Thema „Meine Ängste und Sorgen in dieser Zeit“.





Aufgabe 2 (im Stuhlkreis)

Unsicherheiten miteinander teilen, Hoffnung und Stärke in Gemeinschaft spüren

- Legt Eure Gegenstände und Überschriften, Euren eigenen Ort, vor Euch hin. Geht nun durch den Raum und schaut Euch die Orte der anderen an. Bitte tut das in stillem Schweigen.
- Wenn Ihr Euch alles angeschaut habt, dann spürt, wo Euer Ort ist. Das darf gerne auch der Ort einer anderen Person sein. Falls Euch mehrere Orte ansprechen, dann wählt Euch maximal vier Orte aus. Stellt Euch nun dorthin, wo es Euch am meisten hinzieht. Merkt Euch aber auch die anderen Orte, die Euch anziehen.
- Für jeden Ort, der Euch anspricht, bekommt Ihr ein Blatt Papier. Schreibt für jeden Eurer gewählten Orte Eure Gedanken auf das entsprechende Blatt Papier und legt die Blätter an den entsprechenden Orten ab, wenn Ihr fertig geschrieben habt. Nehmt Euch auch Zeit zu lesen, was andere an die Orte gelegt haben. Das Teilen Eurer Gedanken und Empfindungen darf Euch guttun; Ihr seid nicht alleine, sondern gemeinsam unterwegs.
- Setzt Euch nun auf Euren Stuhl und lasst uns zwei Minuten still sein, um in uns nachklingen zu lassen, was wir gerade

Aufgabe 3

Den Blick auf Positives, auf Schönes lenken

Jede und jeder von Euch bekommt nun ein Teelicht für jeden Ort, an dem Ihr etwas abgelegt habt, also mindestens ein Teelicht, maximal vier Teelichte. Wenn Ihr nun gleich nacheinander die Teelichte an Eure Orte stellt und dort entzündet, dann sagt laut etwas zu der Frage

„Was macht mir das Leben in solchen Situationen heller?“

Auf diese Weise können wir uns gegenseitig bereichern durch das, was wir selber sagen und von anderen hören und bekommen vielleicht dadurch auch neue Ideen, was das eigene Leben in solchen Situationen heller machen könnte.

Aufgabe 4

Was können wir tun?

Wir haben uns unsere Ängste und Sorgen angeschaut, sie miteinander geteilt, Schönes in den Blick genommen, was mir in sorgenvollen Situationen das Leben heller machen kann. Lasst uns nun gemeinsam überlegen, was wir vielleicht noch tun können.

Hier kann z.B. für den nächsten Schulgottesdienst ein gemeinsames Gebet formuliert werden und/oder Fürbitten (ggf. in Kleingruppen), vielleicht entsteht aber auch eine Projektidee, z.B. eine Unterstützungs-, Spendenaktion für Menschen in Not, vielleicht gibt es die Idee einer regelmäßigen Schweigeminute, vielleicht gibt es aber auch ganz andere Ideen, die entstehen. Wichtig ist, dass jede Idee erst einmal wertschätzend Raum haben darf, bevor anschließend geschaut wird, was realistisch umsetzbar ist.



Falls Sie in der aktuellen Situation schulpastorale Beratung / Begleitung wünschen, können Sie sehr gerne die regionalen schulpastoralen Referentinnen und Referenten kontaktieren, die Sie hier finden:

https://www.erzbistum-koeln.de/kultur_und_bildung/schulen/schulpastoral/schulpastoral_regional/die_regionen/