Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Religion: Krisen bewältigen - Resilienz stärken

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

I.A.30

Mensch sein – Mensch werden

Krisen bewältigen – Resilienz stärken

Ein Beitrag von Christian Kaster

© RAABE 2022

© Hans-Peter Ziegler/Fotolia

Immer wieder stellt uns das Leben vor Entscheidungen. Wege trennen sich, Liebgewonnenes muss aufgegeben werden. Was uns Halt gab, trägt nicht mehr. Solche Situationen empfinden wir als krisenhaft, auch deshalb, weil sie uns nicht ins Konzept passen. Die Corona-Krise, der Krieg in der Ukraine – sie führen uns vor Augen, wie zerbrechlich unsere Welt ist. Aber auch der Alltag der Lernenden ist gekennzeichnet von Auseinandersetzungen mit den Eltern, Unsicherheit in Bezug auf den späteren Werdegang, Streit mit Gleichaltrigen. Diese Reihe lädt ein, Krisen als Herausforderung und Chance zu begreifen, um über neue Lebensentwürfe nachzudenken.

KOMPETENZPROFIL	
Klassenstufe:	9/10
Dauer:	8 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	die Bibel lesen und interpretieren; biblische Botschaften handlungsorientiert auf das eigene Leben anwenden; die Bibel als lebensnahes Anti-Angst-Buch deuten, das Hoffnung weckt
Thematische Bereiche:	biblische Erzählungen über Ängste, Veränderung und Neubeginn, Krisenbewältigung, Pubertät, Enttäuschung, Drogen, Partnerschaft
Medien:	Bibeltexte, Bilder, YouTube-Videos

© Copyright school-scout.de / e-learning-academy AG – Urheberrechtshinweis
Alle Inhalte dieser Material-Vorschau sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei school-scout.de / e-learning-academy AG. Wer diese Vorschauseiten unerlaubt kopiert oder verbreitet, macht sich gem. §§ 106 ff UrhG strafbar.

I.A.30

Mensch sein – Mensch werden

Krisen bewältigen – Resilienz stärken

Ein Beitrag von Christian Kuster

© Hello World / Digital Vision

© RAABE 2022

Immer wieder stellt uns das Leben vor Entscheidungen. Wege trennen sich, Liebgewonnenes muss aufgegeben werden. Was uns Halt gab, trägt nicht mehr. Solche Situationen empfinden wir als krisenhaft, auch deshalb, weil sie uns nicht ins Konzept passen. Die Corona-Krise, der Krieg in der Ukraine – sie führen uns vor Augen, wie zerbrechlich unsere Welt ist. Aber auch der Alltag der Lernenden ist gekennzeichnet von Auseinandersetzungen mit den Eltern, Unsicherheit in Bezug auf den späteren Werdegang, Streit mit Gleichaltrigen. Diese Reihe lädt ein, Krisen als Herausforderung und Chance zu begreifen, um über neue Lebensentwürfe nachzudenken.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	9/10
Dauer:	8 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	die Bibel lesen und interpretieren; biblische Botschaften handlungsorientiert auf das eigene Leben anwenden; die Bibel als lebensnahes Anti-Angst-Buch deuten, das Hoffnung weckt
Thematische Bereiche:	biblische Erzählungen über Ängste, Veränderung und Neubeginn, Krisenbewältigung, Pubertät, Enttäuschung, Drogen, Partnerschaft
Medien:	Bibeltexte, Bilder, YouTube-Videos

Fachliche Hinweise

Krisen bewältigen – Eine lebenslange Aufgabe

„Aus einer Weltkrise ist eine Krisenwelt geworden, in der wir uns ständig neu orientieren müssen"[1], schreibt die Horx-Familie auf ihrer Homepage, bezugnehmend auf die Corona-Pandemie. Jugendliche heute sehen sich in eine Welt gestellt, in der sie sich behaupten müssen. Sie nehmen die aktuelle Krisenlage sehr ernst. War der Klimawandel lange Zeit Sorge Nummer eins, so geben mehr als zwei Drittel der Jugendlichen bei Umfragen heute an, dass sie vor allem die Folgen des Ukraine-Krieges fürchten. Er stelle, so eine Studie von Simon Schnetzer und Klaus Hurrelmann, die Zukunftsaussichten Jugendlicher in Frage und zerstöre ihr bisheriges Sicherheitsgefühl. Die beiden Forscher sehen junge Menschen im Modus der Dauerkrise.[2] Zeitgleich befinden sie sich in einer sensiblen Lebensphase.
Doch wer genau hinschaut erkennt, dass Menschen sich ihr Leben lang mit herausfordernden Veränderungen konfrontiert sehen. Sie beginnen mit der Geburt, setzen sich fort in den Umbrüchen der Pubertät, treten auf in Form unverhoffter Erkrankungen, begegnen uns beim Verlust eines Menschen und stellen uns am Sterbebett nicht selten vor schwerwiegende Entscheidungen.

Krisen sind Wendepunkte – Sie sind Chance und Gefahr zugleich

Eine Krise ist – per definitionem – ein Höhe- und Wendepunkt. In einer Krise liegen Gefahr und Chance zugleich. In der Regel scheuen wir Krisensituationen. Und wenn sie sich ereignen, kommen sie oftmals einer Katastrophe gleich. Wir fürchten uns vor dem, was auf uns zukommt und wissen nicht, wie wir damit umgehen werden. Dabei liegt es an uns, neben der bestehenden Gefahr auch die Chance zu sehen, die in jeder Krise liegt, die Gelegenheit als Einladung zu verstehen, unserem Leben eine neue Ausrichtung zu geben. Ein chinesisches Sprichwort sagt: „Wohl dem, der in bewegten Zeiten lebt."[3]

Krisen und Krisenbewältigung in der Bibel

„Das Leiden, die Not gehört zum Leben dazu, wie das Schicksal und der Tod. Sie lassen sich nicht vom Leben trennen, ohne dessen Sinn […] zu zerstören", schreibt Viktor Frankl.[4] Auch die Bibel kennt Leidensgeschichten. Sie erzählen von Menschen wie Mose, David, Daniel, Jesus, Maria von Magdala, Petrus und Paulus, die krisenhafte Umbrüche bewältigen mussten. Doch am Ende wandte sich vieles in ihrem Leben zum Guten. Biblische Erzählungen über Lebenskrisen lassen uns Hoffnung schöpfen, dass auch unser Leben – trotz aller Widerstände und Anfechtungen – gelingen wird.

Noach und die Sintflut – Wenn Gott Menschen etwas zumutet (Gen 6-9)

Gott missfällt das Verhalten der Menschen. Deshalb lässt er eine Sintflut über die Erde kommen. Einzig Noach, der vor Gott als gerecht gilt, soll von der Katastrophe verschont bleiben. Dennoch bleibt er nicht unbehelligt. Er muss die Krise meistern. Erst nach einiger Zeit gewinnt er wieder festen Boden unter den Füßen. Gott erneuert seinen Bund mit den Menschen und segnet sie. Der Sintflut entronnen, der Zusage Gottes gewiss, wird Noach seinem Namen, der übersetzt so viel bedeutet wie „Tröstung", gerecht. Er pflanzt einen Weinberg an, in der Bibel Sinnbild für Besitz und Lebensfreude. Die Geschichte von Noach und seiner Familie ist die eines Lern- und Reifungsprozesses.

---

1 Online zitiert am 09.04.2020: https://www.diezukunftnachcorona.com/ [zuletzt geprüft am 27.7.2022].
2 Größte Sorge der Jugend heißt Ukraine-Krieg. Zu finden unter: https://www.n-tv.de/panorama/Groesste-Angst-der-Jugend-heisst-Ukraine-Krieg-article23305244.html [zuletzt geprüft am 29.7.2022].
3 Online zitiert am 12.04.2020: http://eringard.com/-ber-uns.html [zuletzt geprüft am 27.7.2022].
4 Frankl, Viktor E.: Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse. dtv, München[9] 2019. S. 162.

© RAABE 2022

Fürchtet euch nicht! – Mose spaltet das Meer (Ex 14,12-18)
Das Volk Israel flüchtet aus Ägypten. Aber der Weg bis ins Land der Freiheit ist weit. Vor Israel liegt das Schilfmeer. Es bedroht die Hebräer. Sie könnten darin untergehen. Wie geht Mose mit der Situation um? Er tut, was sein Herr ihm sagt: Er lässt die Israeliten aufstehen. Er hebt seinen Stab. Er spaltet mit seiner Hand das Meer. Und die Israeliten wandern trockenen Fußes durch das Wasser. Auch wenn die Zukunft ungewiss ist und uns Angst lähmt, dürfen wir uns im Vertrauen auf Gottes Beistand, erheben und weitergehen.

Ein Engel in der Löwengrube – Daniel wird gerettet (Dan 6,1-29)
Daniel besticht durch seinen Verstand. Doch der letzte Karriereschritt hin zum Stellvertreter des Königs ruft Neider auf den Plan. Zu Fall bringen soll ihn seine enge Beziehung zum Gott Israels. Der König ist blind für die Intrige. Daniel wird in die Löwengrube geworfen. Nach menschlichem Ermessen gibt es kein Entrinnen mehr. Wir wissen nicht, was er tat in der Löwengrube. Wusste er sich auch in tiefster Not mit Gott verbunden? Wusste er sich von Gott umarmt und gehalten, trotz seiner Angst? Gott erspart uns Krisen nicht. Aber er schenkt uns die Kraft, in ihnen zu bestehen und nicht unterzugehen, wenn wir ihm vertrauen.

Habt ihr keinen Glauben? – Der Sturm auf dem See (Mk 4,34-41)
Die Wellen schlagen ans Boot. Den Jüngern steht das Wasser bis zum Hals. Sie drohen im Sturm unterzugehen. Die Situation ist lebensgefährlich. Doch Jesus erweist sich als Herr über die Gewalten. Er ist die Ruhe in Person. Wenn unser Leben in Gefahr ist, agieren wir oft kopflos. Spätestens jetzt begreifen wir, dass wir nicht alles im Griff haben. Pläne zerrinnen uns unter den Händen. Wir sehen uns mit dem Unverfügbaren konfrontiert. Dann dürfen wir darauf vertrauen, dass Jesus unser Leben zu befrieden vermag.

© RAABE 2022

Habt keine Angst! – Die Frauen am leeren Grab (Mk 16,1-9)
Sie fürchteten sich sehr. Mit diesen Worten endet das ursprüngliche Markusevangelium. Die Rede ist von Maria aus Magdala, Maria, der Mutter des Jakobus, und Salome. Sie wollen den toten Jesus salben, den Tod besänftigen und den kommenden Verwesungsgeruch des Leichnams in wohlriechende Düfte hüllen. Doch als sie zum Grab kommen, ist der schwere Stein schon weggewälzt. Ein junger Mann in weißem Gewand spricht sie an und sagt: „Jesus ist nicht hier, er ist auferstanden. Er geht euch voraus nach Galiläa. Erzählt das dem Petrus und den anderen Jüngern!" Die Botschaft von Jesu Auferstehung nimmt uns die Angst vor der Zukunft. Sie fordert uns auf, nicht mehr zurückzublicken, Vergangenes loszulassen und mitten in der Bedrängnis den Blick nach vorn zu richten, vorwärtszugehen, auf das Leben zuzugehen.

Von Prüfungen und deren Überwindung (1 Petr 1,5-9)
Wenn es Probleme gibt, wenn wir unter vielerlei Versuchungen leiden, wenn wir in Schwierigkeiten geraten, wenn wir uns dessen bewusstwerden, dass wir in einer Krise stecken, dann kann eine Prognose (wörtlich: Vorwärts-Wissen) hilfreich sein. Eine Prognose, die nach vorne schaut und zugleich einem Wissen gleichkommt, wie es nur der Glaube schenken kann. Das Ziel ist die Rettung, der Weg dorthin sind Freude und Bewährung, Läuterung und Prüfung (wörtlich: Versuchung).

Theologische Aspekte – Religion als Krisenbegleiter
Religionen sind Krisenbegleiter. Sie geben Antworten auf die unsicheren Bedingungen des Menschseins, auf die Sorge um die eigene Endlichkeit und die Frage nach den Ursachen des Bösen. Vor al-

lem das Christentum nimmt die *conditio humana* ernst. Denn es geht davon aus, dass Gott selbst als schwacher und sterblicher Mensch auf die Welt kam und sich mit den Leidenden solidarisierte. Er wandte sich den Kranken und Außenseitern zu, er litt und starb am Kreuz. Gott lässt sich selbst verwunden. Dieses neue, ja provokative und paradoxe Gottesbild revolutioniert in letzter Konsequenz auch das Bild vom Menschen. Gott nimmt die Schwäche des Menschen ernst. Der Mensch weiß Gott auf seiner Seite. Er ist stark, weil er sich in seiner Schwäche angenommen weiß. Nicht Erfolg und Leistung führen zu einem sinnerfüllten Leben, sondern Liebe und Hingabe.

Vom Leben gefordert – Krisen im Leben von Jugendlichen

Vor allem Jugendliche in der Pubertät sehen sich vielfach herausgefordert. Es finden körperliche, seelische, geistige, soziale und religiöse Umbrüche statt. Mit der Pubertät kommt es zu einer gesteigerten Selbstwahrnehmung. Das körperliche Aussehen rückt in den Fokus. Bei Jungen zeigen sich körperliche Veränderungen vor allem im Kräftezuwachs. Hinzu kommt, dass die körperliche Reife immer früher einsetzt (bei Mädchen mit 11,5 Jahren, bei Jungen mit 12,5 Jahren). So klaffen körperliche und seelische Entwicklung nicht selten auseinander. Die aufbrechende Sexualität bedingt ein kompliziertes Zusammenspiel zwischen der körperlich-biologischen (vor allem hormonellen) Entwicklung, emotionalen und kognitiven Voraussetzungen und verschiedenen psychosozialen Bedingungen. Auf der Suche nach Selbstständigkeit wird die Peer-Group wichtiger als die Eltern. Das Gehirn strukturiert sich um, Denkprozesse verändern sich. In den Fokus rückt die Frage nach der eigenen Identität.

Bleiben Jugendliche auf sich gestellt, treten nicht selten Verhaltensprobleme auf. Immer wieder geraten junge Menschen in krisenhafte Situationen, die sie herausfordern, nicht selten überfordern. Wichtig ist, diese als solche zu erkennen, um sie bewältigen zu können.

© RAABE 2022

Didaktisch-methodisches Konzept

Wie bettet sich diese Einheit in den Lehrplan?

Diese Einheit bettet sich in den Lernbereich 3 des bayrischen Lehrplans: „Lebenskrisen als persönliche Herausforderung begreifen". Die Lernenden wenden ihre Erkenntnisse über Krisen und Lebensbrüche auf Fallbeispiele an und erörtern Bewältigungsstrategien. Sie reflektieren das Entwicklungspotenzial, dass Krisensituationen enthalten und schulen ihr Empathievermögen im Umgang mit Menschen in schwierigen Lebenssituationen.

Welche Zielsetzungen verfolgt diese Einheit?

Jugendliche in Klasse 10 befinden sich kurz vor dem Übergang in die Oberstufe. In einigen Jahren müssen sie sich für einen Beruf oder ein Studienfach, später für einen Partner, eine Partnerin entscheiden. Sie treffen Entscheidungen und haben Entscheidendes vor sich. Die Auseinandersetzung mit biblischen Gestalten und Menschen in Krisensituationen kann ihnen Impulse geben, wie es gelingen kann, in schweren Tagen gute und richtige Entscheidungen zu treffen.

Welche Kompetenzen fördert diese Einheit?

Die Schülerinnen und Schüler können

- anhand konkreter Beispiele erläutern, wie es gelingt, Krisen zu meistern,
- zeigen, dass der Glaube an Gottes Beistand Kraft geben kann,
- sich in andere Menschen einfühlen,
- gut bewältigte Krisensituationen benennen und Gründe für das Gelingen reflektieren.

Welche Materialien können Sie zusätzlich nutzen?

I Literatur

- Claussen, Johann Hinrich: Das Buch der Flucht. Die Bibel in 40 Stationen. Verlag C. H. Beck, München 2018.
  Johann Hinrich Claussen schreibt über Flüchtende, Vertriebene und Heimatlose. Er beginnt mit der Vertreibung Adams und Evas aus dem Paradies, erzählt vom Auszug aus Ägypten, dem babylonischen Exil und schaut auf Jesus und seine zwölf Apostel, die „heimatlos" durch Israel ziehen. Dieses Buch kann als Ergänzung dienen zu den in der Reihe aufgeführten Perikopen.
- Frankl, Viktor E.: Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute. Kreuz Verlag, Freiburg im Breisgau 2015. 128 Seiten.
  An vielen Beispielen führt Viktor Frankl in sein therapeutisches Konzept ein, mit dem er die Krankheit unserer Zeit, das existenzielle Sinnvakuum, erfolgreich behandelte.
- Hoffmann, Ulrich: Pubertät to go. Checklisten für Chaos und Krisen, Erziehung ohne Labern, die kleinen Alltagsdramen. Gräfe und Unzer Verlag, München 2019.
  Dieser Ratgeber beschäftigt sich mit allem, was Jugendliche in ihren Höhen und Tiefen bewegt. Mit Beispielen und Sachinformationen versehen, führt er konkrete Handlungsmöglichkeiten an.

II Internetlinks

- 48 – Die Welt nach Corona – *https://www.horx.com/48-die-welt-nach-corona/*
  Auf dieser Seite finden Sie viele zukunftsweisende und visionäre Impulse von Matthias Horx, einem Visionär, Trend- und Zukunftsforscher, geboren 1955 in Düsseldorf.

© RAABE 2022

Auf einen Blick

1./2. Stunde

Thema: Meine, deine, unsere Krisen – Umbrüche gehören zum Leben

M 1 **Alles im Griff? – Krisen wahrnehmen**
M 2 **Veränderung ist normal – Über Krisen nachdenken**
M 3 **Pubertät – Der ganz normale Wahnsinn**

Inhalt: An eine Bildbetrachtung schließt sich die Definition des Begriffes „Krise" an. Deutlich wird, dass es sich um eine Umbruchsituation handelt, die Gefahren aber auch Chancen birgt. Die Jugendlichen erörtern mögliche Auslöser für Krisen und bringen eigene Erfahrungen zum Thema ein. Sie diskutieren, warum auch die Adoleszenz als Krise verstanden werden kann, aus der man gestärkt hervorgeht.

3./4. Stunde

Thema: Krisen und Bewältigungsstrategien im Alten Testament

M 4 **Noach und die Sintflut – Aus Krisen gestärkt hervorgehen**
M 5 **Mose spaltet das Meer – Aufstehen, wenn Angst uns lähmt**
M 6 **Daniel in der Löwengrube – Den Glauben an Gott nicht verlieren**

Inhalt: Noach meistert die Sintflut, Mose wird auf der Flucht aktiv, Daniel überlebt die Löwengrube. Diese biblischen Personen verkörpern Lebenslust und Zuversicht inmitten größter Gefahr. Sie ermutigen die Jugendlichen, Lebenskrisen zu meistern.

Benötigt: Corona-Maske, Visualizer, JBL-Boxen, Internetzugang, Bibeln

5./6. Stunde

Thema: In Krisen standhaft bleiben – Von Figuren aus dem Neuen Testament lernen

M 7 **Der Sturm auf dem See**
M 8 **Die Frauen am leeren Grab**
M 9 **Freude in Bedrängnis**
M 10 **Von Prüfungen und deren Überwindung**

Inhalt: Jesus erweist sich als Herr über die Stürme unseres Lebens, Frauen trotzen ihrer Verstörtheit am leeren Grab ihres Herrn, Paulus schreibt einen Freudenbrief aus dem Gefängnis und Petrus weiß um die bestandenen Prüfungen im Leben. Sie alle machen uns Mut, in Bedrängnis durchzuhalten.

© RAABE 2022

7./8. Stunde

Thema: Not lehrt beten – Dem verborgenen Gott auf der Spur

M 11 **Not lehrt beten – Krisengebete formulieren**

M 12 **Gebete von Ijob, Sophie Scholl und Dietrich Bonhoeffer – Dem verborgenen Gott auf der Spur**

Inhalt: Die Schülerinnen und Schüler verfassen Krisengebete. Diese vergleichen sie mit Gebeten von Hiob, Sophie Scholl und Dietrich Bonhoeffer. Sie arbeiten deren Gottesbild heraus und erörtern abschließend, inwiefern beten in Krisensituationen hilft.

© RAABE 2022

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Religion: Krisen bewältigen - Resilienz stärken

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

I.A.30

Mensch sein – Mensch werden

Krisen bewältigen – Resilienz stärken

Ein Beitrag von Christian Kaster

© RAABE 2022

© Hans-Peter Ziegler/Fotolia

Immer wieder stellt uns das Leben vor Entscheidungen. Wege trennen sich, Liebgewonnenes muss aufgegeben werden. Was uns Halt gab, trägt nicht mehr. Solche Situationen empfinden wir als krisenhaft, auch deshalb, weil sie uns nicht ins Konzept passen. Die Corona-Krise, der Krieg in der Ukraine – sie führen uns vor Augen, wie zerbrechlich unsere Welt ist. Aber auch der Alltag der Lernenden ist gekennzeichnet von Auseinandersetzungen mit den Eltern, Unsicherheit in Bezug auf den späteren Werdegang, Streit mit Gleichaltrigen. Diese Reihe lädt ein, Krisen als Herausforderung und Chance zu begreifen, um über neue Lebensentwürfe nachzudenken.

KOMPETENZPROFIL	
Klassenstufe:	9/10
Dauer:	8 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	die Bibel lesen und interpretieren; biblische Botschaften handlungsorientiert auf das eigene Leben anwenden; die Bibel als lebensnahes Anti-Angst-Buch deuten, das Hoffnung weckt
Thematische Bereiche:	biblische Erzählungen über Ängste, Veränderung und Neubeginn, Krisenbewältigung, Pubertät, Enttäuschung, Drogen, Partnerschaft
Medien:	Bibeltexte, Bilder, YouTube-Videos

© Copyright school-scout.de / e-learning-academy AG – Urheberrechtshinweis
Alle Inhalte dieser Material-Vorschau sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei school-scout.de / e-learning-academy AG. Wer diese Vorschauseiten unerlaubt kopiert oder verbreitet, macht sich gem. §§ 106 ff UrhG strafbar.