

Spiri in deinem Gruppenalltag

Spiritualität ist ein kompliziertes Wort... und es fühlt sich mindestens genauso kompliziert an, etwas davon in unseren (Gruppen-) Alltag einzubauen. Dabei schafft ihr durch Spiri in euren Gruppen noch eine andere Tiefe und lernt euch nochmal anders kennen. Ganz viele Menschen erleben Spiritualität als absolut hilfreich, wenn es drum herum im Leben mal stürmisch wird. Als Gruppenleiter_in kannst du Impulse in diese Richtung setzen. Lust, einfach mal was auszuprobieren?

Generelle Vorüberlegungen:

#rededrüber

- Bring Spiri ins Gespräch und beziehe dein **Team** mit ein! Dafür beantworte dir selbst erstmal die Frage: **Warum** willst du Spiri einbringen? #sprachfähig
- Was passt zu deiner **Gruppe**? Kannst du grob einschätzen, wer sich mit dem Thema wohl oder unwohl fühlen könnte? Wo steht deine Gruppe gerade, wie lange kennt ihr euch schon? #gruppendynamik
- Wie geht's dir mit dem Wort „Spiritualität“? **Finde deine eigenen Worte**, mit denen du dich wohl fühlst. #glaube
- Sei **aufmerksam** für Momente, die für dich etwas Besonderes haben und traue dich, das in dem Moment vor deiner Gruppe in deinen Worten auszusprechen. #magicmoments

#findedeinenOrt #findedeineMusik

- Gibt es Orte, an denen Du Dich besonders gut auf dich und deine Wünsche/ Sehnsüchte/ Enttäuschungen konzentrieren kannst?
- An welchen Orten kannst du besonders gut nachdenken?
- Wo fühlst Du dich frei?

- Löst Musik etwas in dir aus? Welche löst etwas in dir aus und wie könntest du sie einbauen?
- Kann jemand aus der Gruppe ein Instrument spielen und mitbringen? Will/ Kann die Gruppe gemeinsam singen?

#mehralsdasÜbliche

Spiri ist **mehr** als einfach nur das standardmäßige Mittagsgebet, das „halt dazu gehört“.

Spiri drückt sich auch durch deine **Haltung** als Gruppenleiter_in aus und wirkt durch Botschaften wie „Dein Wert hängt nicht von deiner Leistung o.ä. ab, sondern ist immer bei 100%“ usw.

Welche kann deine Art werden, Spiri einzubauen? Finde **deine Formen und Formate**.

Beispiele:

Spirituelle Impulse

Dein Team hat Lust, zum Tagesbeginn und -abschluss mithilfe eines Impulses noch eine andere Tiefe in eure Gruppe einzubringen? Super, dann überlege dir in der Vorbereitung:

- Was genau du transportieren möchtest (auch z.B. welches Gefühl). Gibt es eine Gedichtzeile, eine Formulierung aus einem Gebet, eine Liedzeile/ ein Lied, einen Satz einer Buch/ Serienfigur, das dir schon länger im Kopf herumspukt? Was sagen dir diese Worte? Warum haben sie sich bei dir eingebrannt?
- Überlege dir auch, wie du einerseits zu dir stehen, andererseits Formulierungen wählen kannst, die deutlich machen, dass andere anders glauben und empfinden dürfen. Sprich gerne offen an, dass sich manche aus der Gruppe vielleicht nicht so wohl fühlen mit dem Thema, ermutige alle etwas auszuprobieren und sich einfach mal darauf einzulassen, stelle aber auch allen frei, nicht mitmachen zu müssen wenn sie sich nicht wohl fühlen und bitte um konstruktive Kritik. Es ist wichtig, dass jede_r auf die eigenen Grenzen achtet.
- Wo machst du den Impuls am besten? Lagerfeuer schafft von sich aus eine besondere Atmosphäre, eine Kapelle natürlich auch, aber du kannst auch einfach einen ganz normalen Raum selbst gestalten, z.B. durch eine Kerze, ein Tuch und was du damit verbindest.
- Welche Tageszeit ist passend und welche Themen sind davor/ danach dran?
- Welches Material brauchst du dafür?

Mittagsgebet

Unterhaltet euch vor eurem Zeltlager/ Veranstaltung/ Gruppenstunde, wie ihr das Beten vor dem Essen handhaben wollt. Inwiefern ist euch ein gemeinsames Gebet wichtig? Einem Kind oder Jugendlichen kurzfristig das Gebetformulieren „aufzuladen“ ist keine so gute Idee. Sucht Hilfsmittel, z.B. Gebetswürfel mit Gebeten, die euch auch wirklich ansprechen; baut selbst einen; oder einigt euch z.B. darauf, freie Gebete auszuprobieren (es gibt kein „perfektes“ Gebet!). Da geht noch mehr als „Guter Gott, segne flott“;). Sagt vor dem ersten Mal gemeinsam beten kurz ein paar erklärende Worte dazu. Das gemeinsame Gebet ist eine Möglichkeit, Danke zu sagen, gemeinsam mit dem Essen zu starten und Gott mit in den Alltag zu bringen.

Weitere Ideen

- Eine ritualisierte Form von Beginn oder Abschluss einer Gruppenstunde einführen, möglicherweise mit einem Gruß/ Verbandsgebet/ dem Notieren aller Namen auf einem Whiteboard o.ä., um die Anwesenheit und Gemeinschaft für die Zeit der Gruppenstunde sichtbar zu machen
- Räume schaffen für existenzielle Themen (Großeltern oder Haustiere sterben, ein Geschwisterkind wird geboren, Schulwechsel...) -> Gemeinschaft leben und durch Rituale Halt anbieten
- Gemeinsam ab und zu Orte erkunden, über die ihr in der Gruppe gesprochen habt
- Dich mit dem_ der Heiligen/ Patron_in des Verbandes/ der Pfarrei/ Schule auseinandersetzen und schauen ob das Impulse für deine Gruppe geben kann (Wie sind sie damals mit brenzligen Situationen umgegangen?)
- Gemeinsam den Namenstag der Gruppenmitglieder feiern und auch auf Ereignisse im Kirchenjahr eingehen -> entdecke die Feiermöglichkeiten!

Das Wichtigste ist, dich **einfach mal was zu trauen**. Im Lauf der Zeit findest du deine eigene Art und Weise, Spiri in deinen Gruppenalltag mit einzubauen und es wird für dich immer selbstverständlicher. Damit ermutigst du andere, das auch zu tun!

Wenn du Fragen oder Ideen für tolle Methoden hast, schreib uns einfach an bildung@jugend-erzbistum-hamburg.de

Euer Team vom Fachbereich Bildung

