

# DER ANGST-UND-BANGE- ABEND



## Bibeltext

Markus 4,35-41 (nach Gute Nachricht Bibel): *Am Abend jenes Tages sagte Jesus zu seinen Jüngern: „Kommt, wir fahren zum anderen Ufer hinüber!“ Die Jünger verabschiedeten die Leute; dann stiegen sie ins Boot, in dem Jesus noch saß, und fuhren los. Auch andere Boote fuhren mit. Da kam ein schwerer Sturm auf, sodass die Wellen ins Boot schlugen. Das Boot füllte sich schon mit Wasser, Jesus aber lag hinten im Boot auf dem Sitzkissen und schlief. Die Jünger weckten ihn und riefen: „Lehrer, kümmert es dich nicht, dass wir untergehen?“ Jesus stand auf, sprach ein Machtwort zu dem Sturm und befahl dem tobenden See: „Schweig! Sei still!“ Da legte sich der Wind und es wurde ganz still. „Warum habt ihr solche Angst?“, fragte Jesus. „Habt ihr denn immer noch kein Vertrauen?“ Da befahl sie große Furcht und sie fragten sich: „Wer ist das nur, dass ihm sogar Wind und Wellen gehorchen!“*

## Zielgedanke

Die Kinder sollen erkennen, dass Angst ein normales Gefühl ist, das zum Leben der Kinder dazugehört. Sie sollen aber auch einige Möglichkeiten erarbeiten, die ihnen beim Umgang mit ihrer Angst weiterhelfen können.

## Gedanken zum Bibeltext

Jesus hat viel zu tun. Er steht am Anfang seiner Wirksamkeit. Er ist mit seinen Jüngern, die er erst kurz zuvor berufen hat, unterwegs. Er predigt vor vielen Menschen. In den Versen zuvor stehen wichtige Gleichnisse, in denen Jesus bildhaft über das Reich Gottes geredet hat.

V. 35: Jesu fährt mit den Jüngern über den See. Er zieht sich zurück, weil er Ruhe braucht.

Der See Genezareth liegt im Norden Israels, in Galiläa. Er ist ca. 21 km lang

und 12 km breit. Das Besondere an seiner Lage ist, dass er in einer Senke liegt und von Gebirgen umgeben ist. Durch diese besondere Lage ist es schnell möglich, dass plötzlich Fallwinde über das Gebirge kommen und so rasch Stürme aufziehen können, mit denen zuvor niemand gerechnet hat. Die Lage des Sees ist auch für die hohen Wellen verantwortlich, da es kein breites Ufer gibt, an dem die Wellen ausrollen können.

V. 36: Die Jünger sind für die Durchführung der Aufforderung von Jesus verantwortlich. Sie schicken die Menschen, die Jesus zugehört haben, nach Hause und fahren los. Das ist kein Problem, denn Jesus predigte zuvor vom Boot aus.

V. 37: Jetzt kommt plötzlich ein Sturm auf. Die Jünger, die zum Teil Fischer von Beruf sind, sind solche Stürme gewöhnt. An diesem Tag aber ist der Sturm besonders heftig, Er ist so stark, dass viel Wasser in das Boot läuft. Das Ganze passiert nicht nach und nach, sondern ganz plötzlich.

V. 38: Während das alles passiert, schläft Jesus ganz hinten im Boot. Er bekommt von dem Unwetter nichts mit. Das zeigt zum einen, wie anstrengend der Tag war. Zum anderen macht dieses Verhalten aber auch etwas von der göttlichen Gelassenheit Jesu deutlich. Bei den Jüngern wächst nun die Angst. Werden sie diesen Sturm überleben? Werden sie heil an das andere Ufer kommen? Werden sie es schaffen, das Wasser aus dem Boot zu schöpfen? Das Verhalten von Jesus ist für die Jünger unbegreiflich. Sie wecken ihn. Er muss ihnen helfen! Im Satz der Jünger ist ein Vorwurf enthalten, dass sich Jesus nicht um sie kümmert, sondern dass er sie in ihrer Angst alleinlässt.

V. 39: Jesus hat die Situation im Griff, er steht auf und befiehlt den Naturgewalten, sich zu beruhigen. Er handelt sofort und auch das Ergebnis ist sofort sichtbar. Das Meer ist ruhig. Die lebensbedrohliche Situation ist vorbei.

V. 40: Nach dem sofortigen Handeln wendet er sich an die Jünger. Er spricht ihre Angst an. Er nimmt sie in ihrer Situation ernst. Er fragt sie aber auch nach ihrem Glauben. Jesus verurteilt damit nicht ihre Angst, sondern er gibt ihnen einen Hinweis, wie sie mit ihrer Angst umgehen können.

V. 41: Das Wunder beeindruckt die Jünger stark. Sie sehen aber nicht nur dieses Wunder, sie sehen dadurch auf Jesus. Sie, die noch nicht sehr lange mit Jesus unterwegs waren, haben hier eine ganz neue Seite von ihm kennen gelernt. Er hat die Macht über die Naturgewalten. Er ist Herr über alles.

Trotzdem sie dies alles erlebt haben, haben sie Jesus noch nicht wirklich verstanden, denn die Frage bleibt für sie bestehen: Wer ist er?

## **ABLAUF DER GRUPPENSTUNDE**

### **Treffpunkt**

*Der Treffpunkt ist die Ankommensphase der Gruppenstunde. Hier sollen die Kinder freundlich, mit Namen und Handschlag begrüßt werden. Sie sollen Zeit haben, sich mit dem Raum, den Gegebenheiten und den Mitarbeitern vertraut zu machen. In dieser Zeit ist die Hauptaufgabe für die Mitarbeiter, Kontakte mit den Kindern herzustellen, zu vertiefen und zu pflegen. Hier entstehen Beziehungen zwischen Kindern und Mitarbeitern und hier wächst Vertrauen.*

*In der Treffpunktphase werden verschiedene Spiele und Bastelarbeiten angeboten, die parallel laufen. Diese Angebote haben schon etwas mit dem Thema der Stunde zu tun und führen die Kinder zum Thema hin.*

*Neben solchen speziellen Angeboten gibt es auch noch offene Angebote wie Kicker, Tischtennis usw., bei denen die Kinder ihren Lieblingsbeschäftigungen nachgehen können.*

*Sinnvoll ist es auch, eine kleine Ecke aufzubauen, in der die Kinder sitzen und reden können, dort sollten Getränke und kleine Knabbereien bereitstellen.*

### **Spiel: Tierische Angst**

Die Kinder stehen nebeneinander an einer Linie. Gegenüber steht ein Kind. Dieses Kind ist der Jäger und die anderen Kinder sind die Tiere. Die Kinder rufen laut: „Wer hat Angst vor wilden Tieren?“ Der Jäger muss nun antworten: „Niemand. Ich auch nicht, außer es sind ...“ An dieser Stelle muss ein beliebiges Tier eingesetzt werden. Die Kinder müssen nun dieses Tier darstellen, um so auf die andere Seite zu kommen. Der Jäger muss versuchen, so viele Tiere wie möglich zu fangen. In der nächsten Runde ist ein anderes Kind der Jäger.

### **Spiel: Fliegen lernen**

Es wird ein dickes Brett benötigt. Ein Kind muss sich auf das Brett stellen und bekommt die Augen verbunden. Nun wird ihm erklärt, dass es fliegen lernen soll. Zwei Mitarbeiter heben das Brett auf beiden Seiten leicht an und schaukeln ein wenig mit dem Brett. Das Brett braucht gar nicht hoch gehalten werden und trotzdem hat das Kind den Eindruck, dass es immer höher geho-

ben wird. Der Moderator erklärt noch verschiedene Situationen, zum Beispiel Rechtskurve, Luftloch usw. Dabei können mit dem Brett noch ruckartige Bewegungen gemacht werden. Nun wird dem Kind gesagt, dass es gleich an der Decke ist. Dann passiert etwas ganz Schlimmes, der Motor brennt und das Kind muss abspringen.

Nur wenige Kinder werden den Mut haben zu springen, denn sie wissen nicht, dass sie nur wenige Zentimeter über dem Boden schweben.

### **Karten basteln, die man anderen als Mutmacher verschenken kann**

Weiße Postkarten werden mit Kreidewischbildern schön gestaltet. Dazu werden aus Pappe kleine Schablonen ausgeschnitten, z.B. Blumen, Herz, Wolken usw. Diese Schablonen werden mit farbiger Kreide an den Rändern bemalt und vorsichtig auf die Karte gelegt. Nun wird mit den Fingern die Farbe über den Rand hinaus von der Schablone auf die Karte gewischt.

### **Mutmacher basteln**

Es wird ein Salzteig aus 4 Tassen Mehl, 1 Tasse Salz und ca. 1½ Tassen Wasser hergestellt.

Aus diesem Teig formen die Kinder kleine Anhänger, Herzen usw. Mit einem Stöckchen wird ein Loch in den Anhänger gestochen, sodass man ein Band durchfädeln und ihn auch als Kette um den Hals tragen kann. Diesen Mutmacher kann man jemandem schenken.

### **Boote schwimmen lassen**

Ein Blatt weißer Karton in der Größe DIN A5 wird in der Mitte gefaltet. Auf eine Außenseite wird ein Schiff gemalt. Wenn der Karton mit der leeren Seite auf das Wasser gelegt wird, richtet sich das Boot auf.

## **Knackpunkt**

*Im Knackpunkt erfolgt die Verkündigung. Die Biblische Geschichte wird erzählt und es erfolgt eine Hinführung zum Thema, das mit der Geschichte angesprochen wird. In diesem Fall das Thema Angst.*

*Zu Beginn des Knackpunktes werden einige Lieder gesungen.*

Folgende Lieder passen zu dem Thema Angst:

- Wenn der Sturm tobt
- Gott hört dein Gebet
- Ich bin sicher an der Hand des Vaters
- With christ in my heart I can fly at the storm

*Danach begrüßt der Moderator die Kinder noch einmal alle ganz herzlich. Er erklärt ihnen, dass er jetzt ein Spiel mit ihnen spielen will. Dazu müssen sich immer zwei Kinder zusammenstellen. Sie legen fest, welches Kind zuerst spielt.*

Der Moderator nennt nun eine Situation, und das Kind, das zuerst spielt, muss pantomimisch darstellen, wie man sich in dieser Situation fühlt.

Wenn der Moderator also sagt: „Ich habe auf dem Weg zum Einkaufen die Geldtasche verloren“, dann muss das Kind suchend umherschauen. Das zweite Kind begutachtet die Darstellung und bewertet, ob es gut umgesetzt wurde, und gibt auch Tipps, wie es noch besser dargestellt werden kann.

Bei der nächsten Runde tauschen die Partner die Rollen. Dieses Spiel kann man über mehrere Runden spielen.

Als mögliche Situationen können genannt werden:

- Ich habe eine schlechte Note in der Mathearbeit geschrieben und muss sie meinem Vater zeigen.
- Ich habe vergessen, meine Hausaufgaben zu machen.
- Ich habe den Schulbus verpasst.
- Ich habe beim Spülmaschine-Ausräumen einen Stapel Teller fallen lassen.
- Ich habe beim Fußballspiel den entscheidenden Elfmeter verschossen.
- Ich habe mir vorgenommen, im Schwimmbad vom 5-Meter-Turm zu springen, habe mich dann aber doch nicht getraut.

*Nach diesen Partnerübungen wird den Kindern folgende Frage gestellt:  
Was hatten die dargestellten Situationen gemeinsam?*

Antwort: Angst

Warum? Es sind verschiedene Ängste angesprochen und dargestellt worden, z.B. Angst vor Strafe, Angst ausgelacht zu werden, Angst vor den eigenen Fähigkeiten usw.

*Zum Abschluss dieser Einstiegsübung soll jedes Kind ein ängstliches Gesicht machen.*

*Dann sagt der Moderator: Ihr alle seid Angsthasen!*

Vielleicht werden die Kinder protestieren oder es gelassen hinnehmen. Egal wie die Reaktion der Kinder ist, der Gedanke „Ihr alle seid Angsthasen“ oder besser „Wir alle sind Angsthasen“ soll den Übergang zur biblischen Geschichte schaffen.

Der Moderator erklärt: Wir sind nicht die ersten, die Angst haben. Das ging schon erwachsenen Männern vor ca. 2000 Jahren so. Diese Geschichte will