1.15. "Frieden beginnt bei dir"

Es gibt Situationen und Momente, in denen eine Entscheidung zu treffen ist. Dabei ist diese meistens mit einem Abwägen Für und Wider verbunden und kann uns dazu bringen, zu sagen: "Puh, das ist eine schwere Entscheidung". Hierbei spielt vor allem eine Rolle, dass meine Entscheidung nicht nur Auswirkungen auf mich haben kann, sondern auch auf andere. Deswegen beschäftigen wir uns in dieser Reihe der Gruppenstundenvorschläge mit dem Thema "Frieden fängt bei mir an". Damit wir Frieden in die Welt hinaus tragen können, muss dieser erst in uns herrschen. Probiere diese Ideen also in deinen Gruppenstunden aus und trage damit zu einer etwas friedlicheren Welt bei.

Frieden durch Musik

Frieden wird in vielen Liedern besungen, manchmal aber auch das Gegenteil. Bildet Kleingruppen, in denen Ihr Euch konkret mit 1-2 Liedern auseinandersetzt.

Alter: Alle

Dauer: 10-30 Minuten (je nachdem wie viele Lieder ihr euch anhören möchtet)

Ziele: Täglich werden wir in diversen Songs mit dem Thema Frieden aber auch Krieg

konfrontiert. Das Ziel soll sein, genauer hinzuhören und zu reflektieren, wie man

selbst diese Lieder eigentlich wahrnimmt.

Material: CDs und CD-Player/ Musikstreamingdienst und eine Lautsprecher Box

Anleitung: Findet Euch in Kleingruppen zusammen. Hört Euch die Lieder an und stellt Euch

> gegenseitig Fragen wie zum Beispiel: Wird darin eine heile Welt besungen? Fordert Euch das Lied selbst zum Frieden gestalten auf? Werden Wortbilder benutzt, um

den Frieden zu besingen?

Beispiellieder:

· Peace on earth - U2

- · Heal the world Michael Jackson
- · Give peace a chance John Lennon
- · Friedenslied Sportfreunde Stiller
- · We are the world Kelly Family

Falls die Teilnehmenden nicht gut Englisch sprechen, sollte der Songtext und eine Übersetzung davon in ausgedruckter Form vorliegen.



1.15. "Frieden beginnt bei dir"

Frieden beginnt bei Dir

Oftmals fragen wir uns, wie wir Frieden schaffen können, jedoch beginnt der Frieden oftmals selbst bei uns. Wir sind nicht im Reinen mit uns selbst - wie sollen wir da Frieden auf die Umwelt ausüben können?

Alter: alle

Dauer: ca. 20 Minuten

Ziele: Selbstreflektiertes Verhalten hilft uns zu verstehen, wer wir sind und wo wir hin-

wollen. Dadurch können wir unseren inneren Frieden in die Außenwelt tragen.

Material: Aussagen, zu denen die Teilnehmenden Stellung beziehen wollen.

Anleitung: Die Teilnehmenden stehen zu Beginn im Raum. Es wird abgeklärt, welche Raum-

seite die Seite ist, bei der volle Zustimmung herrscht und die, bei der man nicht zustimmt. Nun werden diverse Aussagen vorgelesen, zu denen die Teilnehmenden Stellung beziehen sollen. Dies soll im Stillen passieren. Die Teilnehmenden sollen

nicht miteinander kommunizieren, während diese sich positionieren.

Wenn alle dort stehen, wo sie sich wohlfühlen, kann darüber gesprochen werden. Warum steht der/die eine auf der einen und der/die andere auf der anderen Seite? Was fühlen die, die sich mittig positioniert haben?

Beispielaussagen:

- · Ich bin mit meinem Charakter zufrieden und muss nicht mehr an mir arbeiten.
- · Ich bin geduldig.
- · Ich nehme mir täglich 10 Minuten nur für mich und lege mein Handy/ Laptop/ Tablet beiseite.
- · Mein Konsum von negativen Nachrichten hält sich in Grenzen.
- · Mich ziehen negative Nachrichten persönlich runter.
- · Ich empfinde mich selbst als friedliche Person.
- · Ich habe mich noch nie unnötig gestritten.

Redet darüber nach jeder Runde ausführlich. Die Teilnehmenden sollen sich ihrer selbst bewusst werden und wie sie auf andere wirken.

1.15. "Frieden beginnt bei dir

Friedenssymbole basteln

Es gibt bestimmte Symbole, die den Frieden ausdrücken. Diese sollte ieder Mensch kennen, damit verstanden wird, was damit gemeint ist. Hierzu könnt Ihr mit den Kindern die Symbole basteln. Dies kann zum Beispiel eine weiße Taube sein oder eine Friedensflagge. Die Taube kann auch aus Ton hergestellt werden und anschließend mit einer Schnur als Kette um den Hals gehängt werden.

In diesem Beispiel zeigen wir Euch wie man einen kleinen Engel aus Draht bastelt.

Alter: Alle

7eit: 20 Minuten

Ziel: Frieden, der eigentlich unsichtbar ist, zu visualisieren.

Besonders bei jüngeren Teilnehmenden kann es schwer sein, sich Frieden vorzustel-

len.

Material: Draht, Schere, je nach Drahtart auch eine kleine Zange

Anleitung: Alle Teilnehmenden bekommen 3 Stücke Draht (2 größere und ein kleineres Stück).

Aus dem ersten Stück wird eine Tropfenform hergestellt, das zweite Stück wird zu einem Herzen geformt und das dritte Stück wird zu einem kleinen Kreis gedreht. Nun wird die Tropfenform über das Herz gelegt und der kleine Kreis an die beiden Teile gehalten. Anschließend wird das Ganze mit einem kleinen Stück Draht ver-

bunden. Fertig ist Euer kleiner Engel.



Foto: www.pinterest.de/pin/785174516271409099/

1.15. "Frieden beginnt bei dir"

Frieden in Bildern selbst darstellen

Alter: alle

Zeit: 20 - 30 Minuten

Ziele: Die Teilnehmenden sollen sich explizit mit Begriffen des Friedens, aber

auch des Krieges auseinandersetzen und sich selbst aktiv Gedanken dazu machen, wie man dies in einer Pose/einer Szene dargestellen kann.

Material: Kamera und Kärtchen

Anleitung: Bevor Ihr beginnt, holt die Einverständniserklärung der Eltern ein, dass Ihr Fotos von den Teilnehmenden machen dürft.

Die Teilnehmenden sollen in Kleingruppen Karten ziehen, auf denen Begriffe stehen. Diese sollen dann als Standbild dargstellt werden. Wer es spannender gestallten will, kann diese Posen nicht nur fotografieren,

sondern auch ein kleines Pantomime-Spiel draus machen.

Am Ende kommen die Gruppen wieder zusammen und reflektieren die Schwierigkeit, wie komplex manche Begriffe zum Thema Frieden sein können. Wie kann man kleine Gesten auch im Alltag umsetzen und wirke ich immer friedlich?



Foto: BDKJ Fulda, Ideenwettbewerb

Beispielbegriffe:

- Mut
- · Gewalt
- · Freiheit
- Krieg

Vanessa Rentsch, Referentin für J-GCL, KLJB und KSJ vanessa.rentsch@bistum-fulda.de 0661/87-120

Foto: privat

