

Das geheimnisvolle
LOGBUCH



Von Ängsten und Mutmachern



IMPRESSUM

Herausgeber



Kirche Unterwegs der Bahnauer Bruderschaft e. V.

Im Wiesental 1, 71554 Weissach im Tal

www.kircheunterwegs.de | info@kircheunterwegs.de

Redaktionskreis:

Julian Böhringer, Diakon bei Kirche Unterwegs, Weissach im Tal

Ann-Kathrin Zipperer, Studierende Ev. Missionsschule, Weissach im Tal

Michael Stepper, Jugendreferent, Reutlingen

Anne Kunzi, Erzieherin, Kirche Unterwegs

Redaktion: Julian Böhringer

Mini-Logbuch: Anne Kunzi

Entwurf „Kirche Kunterbunt“: Sara Bardoll, Kirche Kunterbunt; Marlene Gruhler, Kirche Unterwegs; Anne Kunzi, Kirche Unterwegs

SoS-Übungen (Downloadpaket): Daniel Gulden, beziehungs-weise.biz

Titelgrafik: Brauner Hintergrund – Bild von rawpixel.com auf Freepik, Kompass – Grafik von Freepik

Layout & Gestaltung: Julian Böhringer

Lektorat: Bettina Braun, Friedemann Heinritz, Marlene Gruhler

Grafiken: Kompass (S. 6) – Grafik von Freepik, Weingefäß (S. 9 & S. 17) – Grafik von Jemastock auf Freepik, Segelboot (S. 85) – Grafik von Juicy Fish auf Freepik, Krankenbett (S. 21) – Grafik von Freepik, Paddelboot (S. 32) – Grafik von studiog auf Canva, Finger zeigen auf Mann (S. 45) – Grafik von Freepik, Grabstein (S. 57) – Grafik von Freepik

Fotos: Feyca Nur Demirci auf Pexels (S. 12), Maximilian Huß (S. 15), Lee Murray auf Pixabay (S. 19), Hans auf Pixabay (S. 20), Juan Pablo Serrano auf Pexels (S. 23), Splash of Rain auf Pexels (S. 24), Manfred Antranas Zimmer auf Pixabay (S. 28), Stock Snap auf Pixabay (S. 30), PublicDomainPictures auf Pixabay (S. 32), Annie Spratt auf Pixabay (S. 35), Engin Akyurt auf Pexels (S. 36), Quentin auf Unsplash (S. 42), Tara Winstead auf Pexels (S. 43), Rachel Claire auf Pexels (S. 48), Matheus Bertelli auf Pexels (S. 49), Nadjib Br auf Unsplash (S. 54), M W auf Pixabay (S. 55), Olga Petnyunene auf Unsplash (S. 56), Luis Ruiz auf Pexels (S. 59), Falco auf Pixabay (S. 60), Gelgas Airlangga auf Pexels (S. 66), Marlene Gruhler (S. 75), Pierre Bamin auf Unsplash (S. 87)

1. Auflage 2025

© 2025. Alle Rechte vorbehalten!

Wir bitten auf das Kopieren der Texte – auch auszugsweise – zu verzichten, Sie unterliegen dem Urheberrecht. Mit dem Verkauf wird die Neuentwicklung weiterer Arbeitshilfen ermöglicht.

Falls Sie aus irgendwelchen pragmatischen Gründen trotzdem Kopien von einzelnen Texten anfertigen, bitten wir um eine Spende nach eigenem Ermessen für die Arbeit der Kirche Unterwegs – IBAN: DE65 6025 0010 0000 0241 10.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

ONLINE GEDRUCKT VON

SAXOPRINT

S. 2–5

Willkommen im Logbuch: Von Ängsten und Mutmachern

Vorwort – S. 2 | Einführung Logbuch – S. 2–4 |

Gut zu wissen – S. 4–5

S. 6–8

Die Logbuch-Welt

Passende liturgische Elemente – S. 6 | Weiterführende Literatur – S. 6 |

Das Logbuch-Universum (Ergänzende Produkte) – S. 7 |

Theaterwelt (Rahmenfiguren & Rollen) – S. 8 |

S. 9–20

Einheit 1: Angst, nicht gut genug zu sein

Einführung – S. 10–11 | Bibeltheater – S. 12–16 |

Entdeckerzeit – S. 17–18 | Erlebniszeit – S. 18–20

S. 21–32

Einheit 2: Angst vor Krankheit

Einführung – S. 22–23 | Bibeltheater – S. 24–28 |

Entdeckerzeit – S. 28–30 | Erlebniszeit – S. 30–32

S. 33–44

Einheit 3: Angst vor Einsamkeit

Einführung – S. 34–35 | Bibeltheater – S. 36–40 |

Entdeckerzeit – S. 41 | Erlebniszeit – S. 42–44

S. 45–56

Einheit 4: Angst vor Ausgrenzung

Einführung – S. 46–47 | Bibeltheater – S. 48–52 |

Entdeckerzeit – S. 53 | Erlebniszeit – S. 54–56

S. 57–67

Einheit 5: Angst vor dem Tod

Einführung – S. 58–59 | Bibeltheater – S. 60–64 |

Entdeckerzeit – S. 64–65 | Erlebniszeit – S. 66–67

S. 68–76

Gottesdienst/Kirche Kunterbunt

Liturgie für Gottesdienst – S. 69 | Kirche Kunterbunt-Entwurf – S. 70–76

S. 77–89

Mini-Logbuch (für Kindergartenkinder)

Einführung & Erzählidee – S. 78–79 | Einheit 1 – S. 80–82 |

Einheit 2 – S. 82–85 | Einheit 3 – S. 85–87 | Einheit 4 – S. 87–89

Liebe Leserin, lieber Leser,

an allererster Stelle: Die Auswahl dieser Arbeitshilfe war eine mutige Entscheidung in vielerlei Hinsicht. Super, dass du diesen mutigen Schritt gegangen bist – aus unserer Sicht wird er sich lohnen. Das Thema Angst ist in der aktuellen Arbeit mit Kindern nicht mehr wegzudenken. Trotzdem ist es kein einfaches Thema. Vielleicht entsteht an der ein oder anderen Stelle beim Lesen dieser Arbeitshilfe der Eindruck, dass das Thema zu schwer ist. Bitte verliere dabei nicht aus dem Blick: Wir müssen und können auch mit Kindern schwere Themen angehen – wer, wenn nicht wir? Und das Ziel ist ein schönes: Kinder, die lernen mit ihren Ängsten umzugehen, über sie zu sprechen, werden resilient und gehen am Ende ein Stück mutiger durchs Leben – ein Stück mehr wie Jesus.

Dazu haben wir wieder eine Arbeitshilfe für verschiedenste Projekte mit Kindern gestaltet. Sie ist vollgepackt mit allem, was das Mitarbeitenden-Herz begehrt. Fünf Einheiten plus einem Abschluss (Gottesdienst/Kirche Kunterbunt):

Thematische und theologische Einführungen, Bibeltheater, Gesprächsanregungen, Spiele, Gebete, erlebnisorientierte Vertiefungsangebote, Mini-Logbuch: Vier Einheiten für die Arbeit mit Kindergartenkinder und vieles mehr.

Für die Drei- bis Sechsjährigen haben wir ein ganz eigenes Programm mit vier Einheiten entwickelt. Hier ist es uns wichtig, dass wir die Kleinen in ihrer Entwicklung ernst nehmen und nicht überfordern. Angst ist auch in diesem Alter ein wichtiges Thema, aber eben auf einer ganz anderen Ebene wie bei Schulkindern. Für sie gibt es vier Einheiten komplett vorbereitet mit Geschichte, Gesprächsimpuls, Gebet, Segen und Kreativangebot.

Das war uns für diese Arbeitshilfe noch nicht genug. Wir haben direkt ein ganzes Logbuch-Universum geschaffen. Zusätzlich zu den Inhalten in diesem Heft gibt es rund um das Logbuch ergänzende Materialien wie ein Downloadpaket (inkl. Impulskarten, mit denen ihr Mitarbeitendenimpulse gestalten könnt), ein Medienpaket – mit den Verfilmungen der Bibelszenen, ein Mitmach-Heft und verschiedene Postkarten. *Mehr dazu findest du auf Seite 7.*

Wir wünschen dir bei deiner Kinderbibelwoche, deinen Kinderbibeltagen, deinem Ferienprogramm oder -freizeit, deiner Jungschar oder Kinderkirche, deinem Ganztagesangebot oder Religionsunterricht, im Kindergarten, ... ganz viele ehrliche und offene Gespräche, mutmachende Momente und die erlebbare und spürbare Gegenwart Gottes.

Dein Logbuch-Redaktionsteam

EINFÜHRUNG LOGBUCH

Angst ist eines der eindrücklichsten Gefühle, die wir Menschen kennen. Und **Angst ist etwas Gutes!** Das mag schwer vorstellbar sein, aber unsere Angst hält uns am Leben. Wir können durch sie gefährliche und lebensbedrohliche Situationen erkennen und besser damit umgehen: Wir gehen nach Hause, wenn ein bedrohliches Gewitter aufzieht, wir treffen Sicherheitsvorkehrungen, wenn wir mit einem gefährlichen Werkzeug wie einer Säge arbeiten oder folgen den ausgezeichneten Wegen bei einer Höhentour durch die Berge (Höhenangst).

Die Angst hilft uns aber auch dabei, uns auf das Wesentliche zu konzentrieren: Für eine anstehende Prüfung lernen wir mehr (Prüfungsangst), ich bereite mich auf etwas bevorstehendes – wie einer Veranstaltung – gut vor oder wir treffen uns mit den Menschen, die uns wichtig sind (Angst vor Ein-

samkeit oder Verlust). Deshalb ist Angst grundlegend etwas Gutes!

Die **Angst kann uns aber auch extrem herausfordern**, denn sie nimmt manchmal unseren ganzen Körper ein. Das Herz schlägt schneller, Schwindel im Kopf, der Bauch schmerzt, zitterige Arme und Beine, die Atmung wird schneller, ... Situationen, die wir alle mehr oder weniger kennen. Situationen, auf die wir gerne verzichten.

Aktuell leben wir in einer **Zeit, in der Angst viele Lebensbereiche beherrscht**: Zukunftsangst mit Blick auf den Klimawandel, Angst vor Kriegen – die uns bedrohlich nahe kommen, Angst vor Einsamkeit und Krankheit – geprägt vor allem durch die Coronavirus-Pandemie, Angst vor Bedeutungslosigkeit – in einer Gesellschaft, die nach Leistung bewertet und alles auf Social Media präsentiert,

Angst vor „Radikalisierung“ – in einer immer mehr polarisierenden, politischen Landschaft, Angst vor dem Versagen – in einer hochkomplexen Welt ...

Es gibt Ängste, die so groß werden können, dass wir nicht mehr alleine damit zurecht kommen. Angsterkrankungen sind die häufigsten psychischen Störungen, immerhin etwa 10–14 % der Menschen in Deutschland leiden unter einer behandlungsbedürftigen Störung.¹ Ähnliche Zahlen sind es unter Kindern und Jugendlichen.²

Und nun? An der Stelle könnte man resignierend abwinken und traurig über diese Situation werden. Oder man setzt der Angst etwas entgegen, z. B. eine Arbeitshilfe, mit der wir Programme gestalten, die Kindern und Jugendlichen helfen, **sich der Angst zu stellen**. Die uns entdecken lässt, dass Angst nicht das letzte Wort hat. Es steht außer Frage, dass Angst zu dieser Welt gehört. Jesus selbst erlebte Todesangst, als er kurz vor seiner Kreuzigung im Garten Gethsemane betete (Mt. 26, 36–46). An einer anderen Stelle spricht er seinen Jüngern zu: „In der Welt habt ihr Angst.“ (Joh. 16, 33 – BasisBibel). Die Frage ist also nicht: Warum gibt es Angst? Warum muss ich diese Angst erleben? Wie werde ich sie los? Die Frage ist vielmehr: Wie akzeptiere ich (meine) Angst und gehe mit ihr um? Wie wird der zweite Teil des Zitats von Jesus zu meiner Wahrheit: „Aber fasst Mut, ich habe die Welt besiegt“ (Joh. 16, 33 – BasisBibel).

Wir sind überzeugt davon, dass die biblischen Erzählungen, die Begegnung mit Gott, unser Glaube und unsere Angebote der Angst etwas entgegengesetzen können, ohne die Realität der Angst abzusprechen oder klein zu machen. Das geschieht auf vielfältige Weise – an dieser Stelle **einige der wesentlichen Ansätze und Antworten**:

– In der **Haltung von Jesus** (In der Welt habt ihr Angst,...) steckt eine tiefe Wahrheit im Umgang mit Ängsten. Wenn wir seine Aussage ernst nehmen, wird klar: Die Anwesenheit von Angst darf sein und im besten Fall begrüßen wir die Angst. Mit dieser Haltung gestalten wir unsere Angebote.

– Die Grundbausteine für einen guten Umgang mit Angst sind **sichere, gute und vertrauensvolle**

¹ <https://www.psychiatrie.de/psychische-erkrankungen/angststoerungen.html#:~:text=Die%20Gruppe%20der%20Angstst%C3%B6rungen%20ist,irgendeinem%20Zeitpunkt%20an%20einer%20Angstst%C3%B6rung.>

² <https://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/kinder-jugendpsychiatrie-psychosomatik-und-psychotherapie/stoerungen-erkrankungen/angststoerungen/>

Bindungen und Beziehungen. In Jesus gibt es einen, der ein Gegenüber sein möchte, zu dem eine solche Beziehung möglich ist. Einer, der einfach da ist und dessen Anwesenheit ich mir nicht verdienen muss. Jemand, der mich mit meiner Angst ernst nimmt, mit dem ich weinen und traurig sein kann, der mir Nähe gibt, dem ich alles erzählen kann, der sich mit mir und an mir freut... Das bringt er auch durch Mitarbeitende und Menschen, die mit ihm unterwegs sind, also uns, zum Ausdruck.

– In den Bibeltheatern begegnen die Kinder verschiedenen Ängsten – und das ist gut so. Eines der wichtigsten Dinge beim Umgang mit Angst ist, nicht vor ihnen zu flüchten. Wie gut, dass **Kinder im geschützten Umfeld unserer Angebote damit konfrontiert werden**.

– **Geschichten und Erzählungen mit einem Happy End** sind ein guter Weg, um Kindern eine Bewältigung für ihre Angst an die Hand zu geben. Außerdem wird in unseren Erzählungen klar, welche Möglichkeiten der Gott hat, mit dem wir unterwegs sind – es wird deutlich: Das, wovor wir Angst haben, hat niemals das letzte Wort. Außerdem: Wenn ich Strategien habe, mit der Angst umzugehen, erlebe ich mich als selbstwirksam und bin ihr nicht mehr hilflos ausgesetzt.

– Ängste werden teilweise durch Reize und Erfahrungen hervorgerufen, die mit schlechten Gefühlen verbunden sind. Die Erzählungen über Jesus und sein Umgang mit den Themen – er überwindet Dinge wie Wertlosigkeit, Krankheit, Tod, uvm. – **verbindet und verknüpft solche Erfahrungen neu mit hoffnungsvollen Gedanken und Gefühlen**. So werden Ängste kleiner bzw. vorgebeugt. Kinder werden angstresilienter.

– Wir können in unseren Angeboten vielfältige Möglichkeiten schaffen, die den **Umgang mit der eigenen Angst ermöglichen**: Im Bibeltheater, in Gesprächsphasen, in denen die Kinder ihre Ängste besprechen können, in einer kreativen Auseinandersetzung, im Kennenlernen von Ritualen, in der Kinder-Kathedrale der Kinderstadt, weil Kindern etwas zugetraut wird, in Spielen, die Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten stärken und eine schützende Distanz zu Ängsten aufbauen, uvm.

Bei alledem, was wir der Angst entgegenzusetzen haben, gibt es ein paar **wesentliche Dinge, die wir vermeiden sollten**. Diese Ansätze helfen nicht und sind sogar kontraproduktiv, da sie die Angst vergrößern und verschlimmern können:

- **Rationalisieren von Ängsten:** Es hilft nicht, dem Kind zuzusprechen, dass es keine Angst haben muss. Das ist vielleicht unsere erste Reaktion, weil wir die Angst des Kindes nicht verstehen. Die Angst des Kindes ist real, es hat diese Angst und muss nicht von der Angst abgelenkt werden.
- **Ignorieren/Bagatellisieren von Ängsten:** Es hilft nicht dem Kind zu sagen, dass doch alles gar nicht so schlimm ist. Für uns erscheint es vielleicht als ein „kleines Problem“, für das Kind ist es aber ein „riesengroßes Problem“! Deshalb braucht es unser offenes Ohr und einen Raum, in dem sich das Kind mitteilen kann. Es ist wichtig, dass das Kind wissen darf, dass es nicht alleine durch die Angst muss.
- **Dramatisieren von Ängsten/Bemitleiden:** Es hilft nicht, das Kind zu bemitleiden und es einfach nur in den Arm zu nehmen. Das Kind spürt selbst, wie hilflos es ist und braucht kein Mitleid von uns.
- **Totale Konfrontation mit Ängsten:** Es hilft nicht, dass Kind schockartig ins kalte Wasser zu werfen. Kinder müssen sich ihren Ängsten stellen, aber sie werden nicht durch Abhärtung bewältigt, sondern durch behutsames Herantasten an das, was ihnen Angst macht.

Was uns noch wichtig ist: Es gibt – das wissen wir aus der Forschung – sehr **unterschiedliche Formen von Angst**. Nicht jeder Mensch reagiert gleich auf die verschiedenen Wege und Möglichkeiten, mit der Angst umzugehen. Und es gibt Formen von Angst, die tatsächlich krankhaft sind. Auch für Menschen, bei denen die Angst eine Erkrankung ist, sind unsere Ansätze und Methoden hilfreich. Vor allem in der Begegnung mit Gott kann sich in solchen Situationen etwas verändern. **Dennoch ersetzen sie nicht die Arbeit von professionellen Therapeut:innen**. In solchen Fällen macht es Sinn, zusätzlich zu unseren Angeboten, den Betroffenen Mut zu machen, professionelle Hilfe anzunehmen. Die Aussichten auf eine erfolgreiche Behandlung sind bei Angsterkrankungen sehr hoch.

So – jetzt aber auf in das Abenteuer rund um das geheimnisvolle Logbuch. Ein Logbuch, in der die Kraft steckt, die jeder Angst etwas entgegenzusetzen hat. Wir wünschen euch hilfreiche Entdeckungen, mutmachende Abenteuer und eine segensreiche Zeit.

Schiff ahoi, eure Logbuch-Erforscher.

GUT ZU WISSEN

An dieser Stelle gibt es ausgewählte, weiterführende Informationen für Leitungen, Mitarbeitende, Mitwirkende und Gemeinden zum Thema „Umgang mit Ängsten“.

Auseinandersetzung mit der eigenen Angst
Alle Menschen haben Angst. Manche mehr, manche weniger. Diese Erkenntnis macht uns zu einem Gegenüber für Kinder, dass ihnen auf Augenhöhe begegnen kann. Die Angst gehört zum Leben – die Frage ist nur: Wie gehen wir damit um?

Nach alledem, was wir in der Einführung ausgeführt haben, ist klar: Es ist gut, wenn wir mit unseren Ängsten umgehen und uns ihnen stellen. Sie zulassen und nicht nur den Kindern dabei helfen, ihrer Angst zu begegnen.

Wir halten es für wichtig, dass Mitarbeitende und Leitende eines Projekts für Kinder mit diesem Thema sich auch mit der eigenen Angst auseinandersetzen. Dies kann durch vielfältige Weise geschehen: Durch eine Einführung in das Thema bei einem Vorbereitungstreffen, durch Gespräche und begleitende Programme (Seminarabende, ...), durch

Wer zugibt, dass er feige ist, hat Mut.

Fernandel

eine Predigt(-reihe), durch Gesprächsabende und andere dialogische Formate, durch Mitarbeitendenimpulse im Vorfeld und während einer Kinderbibelwoche.

Wichtig ist nur: Es braucht Raum & Zeit dafür.

Zwei weiterführende Hinweise dazu:

- Wir haben für diesen Zweck sechs **Impulskarten** entwickelt, die es erleichtern sollen über die Angstthemen dieser Arbeitshilfe ins Gespräch zu kommen und einen Impuls zu setzen. Die Impulskarten findest du in unserem Downloadpaket „Das geheimnisvolle Logbuch“, welches über unseren Shop bezogen werden kann.
- Manchmal macht es Sinn, noch intensiver in das Thema einzusteigen und die **Angst als Thema auch für die ganze Gemeinde** zu sehen. Dazu gibt es professionelle Referenten mit einer therapeutischen Ausbildung zu diesen Themen. Du findest passende Referenten über deine lokalen Fachstellen, Landeskirchen oder andere Einrichtungen.

Angst und Fragen, die aufkommen

Wenn wir uns und die Kinder sich mit den eigenen Ängsten auseinandersetzen, können unweigerlich Ängste und Fragen aufkommen. An dieser Stelle zum einen noch der Hinweis auf die Einführung – vor allem den Teil: Was sollten wir beim Umgang mit Ängsten vermeiden. Zusätzlich zwei weitere, hilfreiche Hinweise:

- **Wenn Fragen aufkommen**, brauchen diese Fragen Raum und einen ehrlichen Umgang damit – auch wenn wir als Mitarbeitende an unsere Grenzen kommen (das dürfen wir auch so zu Kindern sagen). Auch hier gilt: Zuhören und interessiert nachfragen ist immer besser, als direkt etwas entgegenzusetzen. Teil dieser Arbeitshilfe sind schwierige Themen wie Krankheit, Einsamkeit und Tod. Wenn du eine Kleingruppe oder ähnliches leitest, mache dir bereits im Vorfeld Gedanken zu Fragen wie: Welche eigenen Erfahrungen habe ich damit? Was hilft mir im Umgang damit? Welche hoffnungsvollen und mutmachenden Gedanken setzt mein Glaube dem entgegen?

- **Ängste können auch akut in der Auseinandersetzung aufkommen** und in seltenen Fällen auch eine Panikattacke auslösen. Dabei sind verschiedene Sachen wichtig:

- o Habt keine Angst vor solchen Situationen, es ist gut, dass es einen Raum gibt, in dem Angst das Thema ist.

- o Akute Angst ist zwar unangenehm, aber nicht gefährlich und lässt in aller Regel nach spätestens 30 Minuten langsam automatisch nach.

- o Eine direkte, praktische Möglichkeit mit der Angst umzugehen ist die 4-7-8-Atmung. 4 Sekunden durch die Nase einatmen, 7 Sekunden die Luft halten und 8 Sekunden (am besten gegen Widerstand = Mund fast komplett schließen) durch den Mund ausatmen.

- o Eine weitere Möglichkeit mit der Angst umzugehen, sind die SoS-Übungen. Diese wurden uns freundlicherweise von Daniel Gulden (Diakon & systemischer Therapeut/beziehungs-weise.biz) zur Verfügung gestellt. Eine Anleitung dazu findest du in unserem Downloadpaket.

Angst vor Gott

Was uns auch begegnen kann, sind angstbesetzte Gottesbilder. Die Angst vor Gott war bisher in der Einführung kein Thema, deshalb gibt es an dieser Stelle eine Ergänzung.

In der Arbeitshilfe zeichnen wir zwar ein völlig konträres Bild von Gott als liebendes Gegenüber. Dennoch können Bilder von einem strafenden Gott, der nur hohe Leistung honoriert eine Rolle spielen. Die-

se führen zu Ängsten bei Kindern. Und **die Angst vor Gott macht eine Beziehung zu ihm ungleich schwerer**. Hier gilt:

- Auch diese Ängste dürfen und müssen ausgesprochen werden ohne sie zu rationalisieren, bagatellisieren, ignorieren oder dramatisieren. Hört den Kindern am besten einfach zu und fragt nach, um sie besser zu verstehen.

- Sprecht mit den Kindern über die Erzählungen dieser Arbeitshilfe: Wie ist Gott in diesen Erzählungen? Wie wird er dargestellt? Was macht ihn aus? Wünschenswert wäre, wenn Kinder selbst erkennen: Jesus/Gott ist freundlich, er unterstützt, hilft, steht bei, geht mit, heilt, liebt, ...

- Erzählt eigene, positive Erfahrungen mit Gott: Wie erlebt ihr Gott? Nicht im Sinne: Davor brauchst du keine Angst haben, weil ... Sondern eher: Manchmal kann uns das, was wir nicht sehen, wirklich Angst machen. Ich erlebe Gott aber so ...

Zeitliche Begrenzung

Die meisten Projekte mit Kindern unterliegen einer zeitlichen Begrenzung. Nach zwei bis maximal 14 Tagen sind die Kinder wieder weg und das Projekt zumindest für das laufende Jahr beendet. Deshalb folgende Frage: Was können wir in so einer kurzen Zeit überhaupt leisten?

Dazu ein paar **Mutmacher**:

- Es ist unfassbar wichtig, dass Kinder Räume haben, in denen sie ihre Ängste zulassen und aussprechen dürfen. Selbst wenn es nur einmal an einem Tag bei eurem Projekt ist. Diese – wenn auch vielleicht einmalige – Erfahrung kann großen Einfluss haben.

- Desto mehr Zeit die Kinder in der Auseinandersetzung mit dem Thema haben, desto besser. Deshalb wollen wir Mut machen, nicht nur ein oder zwei Tage zu gestalten, sondern mindestens drei oder mehr, falls es die Möglichkeiten dazu gibt. Oft ist mehr möglich, als man denkt.

- Es hilft natürlich, wenn es nach dem Projekt, der Kinderbibelwoche, der Freizeit, ... weitergeht. Wenn die Beziehungen und der geschaffene Raum für die Ängste und Fragen der Kinder weiterhin Bestand haben. Habt Mut, euch auch danach mit den Kindern zu treffen, in wöchentlichen Angeboten wie z.B. Jungschar, Kinderkirche oder Ganztagesbetreuung, in monatlichen Angeboten wie z. B. Kinderfrühstück und Kirche Kunterbunt oder Einzelangeboten wie z. B. Kinder-Erlebnistage oder KONFI 3. Ideal wäre natürlich, wenn die Mitarbeitenden des Projekts dort wieder auftauchen, denn ihr habt bereits wertvolle Beziehungen zu den Kindern aufgebaut.

DAS LOGBUCH-UNIVERSUM

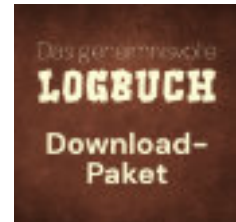
Rund um „Das geheimnisvolle Logbuch“ haben wir ergänzende Materialien entwickelt, die helfen, die Arbeitshilfe noch flexibler/besser einzusetzen und liefern Materialien, um das Thema gut zu vertiefen – auch über das Projekt mit den Kindern hinaus.

Alle Produkte können über unseren Webshop (shop.kircheunterwegs.de) bezogen werden. Das Download- und Medienpaket sind in der Kategorie „Medien für Kinder-Arbeitshilfen“ zu finden, das Mitmach-Heft unter „Verteilhefte für Kinder“ und die Postkarten unter „Werbe- und Verteilmaterial“.

Download-Paket zu „Das geheimnisvolle Logbuch“

Das Downloadpaket enthält folgende Materialien:

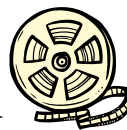
- Bibeltheater als Worddatei (Zum Anpassen, Verändern, Ausdrucken)
- SoS-Übungen zur Bewältigung von Angst- und Stresssituationen
- Sechs Mitarbeiterimpulskarten (Zum Gestalten von dialogischen Andachten und Impulsen für Mitarbeitende zum Thema Angst)
- Hintergrundbilder für die Szenen der Rahmenhandlungen
- Sonstige Bilder & Grafiken der AH (Zum Gestalten von Werbung, uvm.)
- Vorlagen zu verschiedenen Erlebniszeiten und Kirche Kunterbunt
- Plakat- und Flyervorlage



Medienpaket zu „Das geheimnisvolle Logbuch“

Das Medienpaket enthält folgende Materialien:

- Alle Materialien des Download-Pakets
- Die **Verfilmung der fünf biblischen Erzählungen** (nicht der Rahmenhandlung!) als Kurzvideos mit Schauspielenden an realen Orten – Zum Einsatz in Gemeinden mit wenig Schauspielenden, im Religionsunterricht, in Kinderkirche und Jung-schar, usw...



Mitmach-Heft „Mein Logbuch“

DIN-A5-Verteilheft für die Kinder/Teilnehmenden der Kinderbibelwoche/ des Projekts/Jung-schar/Kinderkirche/Freizeit/etc. Das Heft kann während des Projekts miteinbezogen werden als eine Art „Arbeitsheft“ oder/und es kann von den Kindern zu Hause/darüberhinaus genutzt werden.

In dem Heft enthalten sind u. a.:

- Inhaltliche Seiten zu den fünf Einheiten der Arbeitshilfe (mit Bibeltext, Platz für Notizen und Kreatives, Fragen, Gebet,...)
- Steckbrief und Seiten zum Unterschriften sammeln
- Kreativ-, Spiel- und Rätsel-seiten, und vieles mehr ...



Postkarten zum Thema Angst

Wir haben **verschiedene Postkarten** entworfen, die zum Thema passend sind. Vor allem die Postkarten „**Du kannst.**“, „**Es kommt besser als man denkt...**“ oder „**Er bringt Sonne in mein Leben.**“ passen gut zu dem Thema Angst und Mut. Darüber hinaus haben wir weitere Postkarten im Angebot und es gibt attraktive Staffelpreise. Die Postkarten eignen sich hervorragend als Werbe- und Verteilmaterial/Give Away (Eltern, Gemeinde, Gottesdienst), als Geschenk für Kinder, als Wertschätzung (mit persönlicher Dankesbotschaft für alle Mitarbeitenden/Mitwirkenden) und für vieles mehr.



EDDA & MATS – DIE RAHMENFIGUREN

Edda (nordischer Name – verbunden mit Segen & Weisheit) ist Kapitänin eines Personenschiffs. Auf dem Schiff trägt sie grundsätzlich ihre Kapitänsinuniform. Bis heute ist es vergleichsweise schwer, sich als Frau auf den Posten der Kapitänin hochzuarbeiten. Dafür braucht es außerordentlichen Einsatz und Willen. Durch diesen Werdegang wirkt Edda etwas rauer und dickhäutiger. Trotzdem hat sie Ängste bzw. hat in ihrem Lebenslauf schon verschiedene Ängste und herausfordernde Situationen durchlebt. Dazu hat auch beigetragen, dass sie Mutter von zwei Kindern ist. Dadurch kennt sie verschiedene Situationen und Gefühle, mit denen Kinder zu kämpfen haben. Geprägt durch ihre Lebenserfahrung hat sie einen tiefen Glauben, den sie gerne teilt, auch wenn sie nicht auf alles eine Antwort hat.

Mats (nordischer Name = Geschenk Gottes) ist etwa 11–13 Jahre alt. Er ist ein lebensfroher Junge, der aber mit verschiedenen Ängsten zu kämpfen hat. Er versucht diese vor Anderen zu verbergen, schließlich hat man als Mann keine Angst – oder doch? Insgesamt ist er gerade in einer Phase der Identitätsentwicklung – er versucht sich in der Welt und unter Gleichaltrigen zurechtzufinden. Mats trägt gerne seine Kopfhörer und entflieht, mit Musik/Hörbücher hören, dieser Welt. Mats versucht unauffällig zu sein und schwimmt im Freundeskreis nur mit. Er ist gemeinsam mit seiner Schulklasse an Bord des Schiffes und trifft dabei immer wieder auf Edda, der er seine Ängste anvertrauen kann. Mats ist in einer nicht-gläubigen Familie groß geworden und lernt durch Edda vieles zum ersten Mal kennen.

ROLLEN

Rollen	Einheit 1	Einheit 2	Einheit 3	Einheit 4	Einheit 5
Edda					
Mats					
Jesus					
Diener					
Oberdiener					
Maria					
Jünger					
Beamter					
Andreas/Jünger 1					
Petrus/Jünger 2					
Blinder					
Pharisäer					
Thomas					
Marta					
Maria 2					
Lazarus					
Optional: weitere Statisten					

= Benötigte Rollen.

MINI- LOGBUCH



MATERIAL FÜR
KINDERGARTENKINDER

Dieser Teil ist für die Arbeit mit Kindern im Kindergartenalter gedacht. Immer wieder wird deutlich, dass die Bibeltheater und die Fülle der Geschichten, die in der KiBiWo erzählt werden, für die Kleinen eine Überforderung darstellen. Aus diesem Grund findet ihr hier Material für vier Einheiten für die 3- bis 6-jährigen. Diese können parallel zur KiBiWo angeboten oder als eigene Veranstaltung durchgeführt werden. Sie eignen sich für den Gemeinde- und Freizeitkontext genauso wie für die religionspädagogische Arbeit in der Kindertagesstätte.

Das Thema Angst im Kindergartenalter

Wie alle Entwicklungsaufgaben des Menschen ist auch der Umgang mit Emotionen ein ständiger Veränderungs- und Entwicklungsprozess. Kindergartenkinder haben oft diffuse Ängste, die sie gar nicht genau benennen können. Oft entspringen sie einer lebendigen Fantasie oder basieren auf der entwicklungspsychologischen Stufe des animistischen und magischen Denkens. Das bedeutet, dass Gegenständen, Objekten und Tieren menschliche Eigenschaften zugeschrieben werden. Da kann es dann vorkommen, dass die Dunkelheit die Kellertreppe heraufschleicht oder ein Stock, der im Wald auf dem Boden liegt, die Möglichkeit hat, sich wie eine Schlange zu bewegen. Dadurch entstehen für das Kind reale Gefahren und Schrecken. Daraus können Ängste entstehen. Ängste zeigen sich körperlich, sind aber mit Gefühlen verbunden. Wenn ich Angst habe, kann ich z.B. keinen Schritt mehr machen. Oder ich beginne zu zittern und versteife mich. Die Augen sind aufgerissen und ich bekomme Schweißausbrüche oder Gänsehaut. Je weniger das Kind seine Angst konkret beschreiben kann, umso bedrohlicher wird sie vom Kind empfunden. Für Erwachsene sind im Umgang mit Kinderängsten folgende Dinge wichtig:

- Ängste nicht rationalisieren (du brauchst doch keine Angst zu haben)
- Ängste nicht ignorieren (das ist doch gar nicht so schlimm)
- Ängste nicht dramatisieren (mein armes Kind, so ein böser Traum)
- Ängste ernst nehmen und sich als starken Erwachsenen anbieten, ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit vermitteln

- Dem Kind zuhören, Anteil nehmen, aber nicht das Problem für das Kind lösen. Kinder erleben sich selbst als wirksam, wenn sie ihre eigenen Strategien entwickeln dürfen
- Dem Kind bei der Angstbewältigung die Zeit lassen, die es braucht

Grundlegend kann man sagen: mit Papa (der hier für eine verlässliche Bezugsperson steht) an der Hand kann ich alles schaffen.

Angst bzw. Furcht gehört zu den Grundemotionen. Sie ist (über-)lebensnotwendig. Darum ist es gut, sich gemeinsam mit den Kindern über Ängste und Angst haben auszutauschen. Solche Gespräche und solches gemeinsame Nachdenken können auch vorbeugenden Charakter haben. Wenn wir uns mit den Kindern in einem sicheren Rahmen Gedanken machen und überlegen, was gegen die Angst helfen kann, dann können die Kinder in diesem Rahmen auch ihre eigenen Strategien entwickeln.

Wer sich im Umgang mit Ängsten unsicher ist, sollte gut überlegen, welche Teile der Geschichten und Gespräche er oder sie mit den Kindern umsetzen möchte und umsetzen kann. Wenn wir hier unsensibel handeln, können wir in Kinderseelen Schaden anrichten. Bitte nehmt bei diesem Thema auch die Eltern mit ins Boot und informiert sie über das, was ihr konkret mit den Kindern vorhabt.

Zusammenhang in der Bibel

Was davor erzählt wird: Jesus macht die Menschen satt. Er zeigt im Wunder der Brotvermehrung, dass Gottes Liebe für alle reicht. Wir müssen niemanden ausgrenzen und wir sind keine exklusive Gemeinschaft. Die Menschen möchten Jesus zu ihrem König machen. Das würde auch bedeuten, dass er ihnen verpflichtet ist – Jesus weicht dem aus und zieht sich in die Berge zurück.

Die Hauptaussage der Seewandel-Geschichte ist: Ich bin's. Fürchtet euch nicht. Jesus wählt hier die Worte, die Gott auch Mose gesagt hat am brennenden Dornbusch. Das zeigt: Jesus ist Gottes Sohn, ausgestattet mit Gottes Kraft und Gottes Liebe. Er ist vertrauenswürdig.

Nach der Geschichte lesen wir: Jesus erklärt den Menschen, dass er Brot des Lebens schenkt. Er ist das Brot des Lebens und er schenkt ewiges Leben.

Wir dürfen ihm glauben und vertrauen, ihm unser Leben anvertrauen. Man kann die Wunder, die Jesus vollbracht hat, sehen und trotzdem nicht an ihn glauben, ihm nicht vertrauen. Diesen Schritt des Glaubens kann uns niemand abnehmen. Die Geschichten zeigen: Jesus ist nur Gott verpflichtet und tut, was ihm von Gott aufgetragen ist: den Zugang zu Gott für alle Menschen aufzeigen und ihnen allen ewiges Leben schenken.

Warum ist die Geschichte relevant für Kinder und ihre Entwicklung?

Kinder entwickeln von Geburt an aus einem Urvertrauen, das in jedem angelegt ist, ein begründetes Vertrauen in Personen und in das Leben. Diese Vertrauenspersonen unterstützen und begleiten die Entwicklung, sie sind verlässlich, helfen die Welt

und das Leben zu verstehen. Und dann erlebt jedes Kind irgendwann Situationen, die es selbst nicht bewältigen kann. Gut, wenn dann eine Vertrauensperson da ist, die zur Seite steht und begleitet.

Kinder werden größer, sie gehen Wege allein, bleiben bei bekannten Personen (z.B. einer Erzieherin, den Großeltern ...) auch ohne Mama und Papa. Mit jeder Situation, die sie meistern, wächst ihr Selbstbewusstsein und ihr Selbstvertrauen.

Und trotzdem geraten sie unweigerlich auch in Situationen, die ihnen Angst machen. Das ist immer dann, wenn eine Situation zu groß und unüberschaubar ist und ich meine Kompetenzen als zu gering einschätze. Dann ist es gut, auf den Kernsatz dieser Geschichte zurückgreifen zu können: „Fürchtet euch nicht! Ich bin da.“

ERZÄHLIDEE

Jede Einheit startet mit einer Frage zum Thema Angst. Über diese Frage wird die Geschichte entwickelt. Die Frage soll bei den Kindern und ihren Erlebnissen anknüpfen und die Geschichte voranbringen. Die Geschichte wird jeden Tag ein Stück weitererzählt, dabei muss darauf geachtet werden, dass auf der einen Seite der Spannungsbogen erhalten bleibt, aber auf der anderen Seite die Kinder nicht mit Unsicherheiten und Ängsten in den Tag (und die Nacht) geschickt werden.

Die Geschichten werden im Dialog entwickelt. Darum ist es sinnvoll, im Rahmen der ersten Einheit einige wenige Gesprächsregeln einzuführen. Die Erfahrung zeigt, dass folgende Regeln hilfreich sind:

- **Es kann immer nur einer reden.**

Dazu ist es für die Kinder hilfreich, einen Redestock oder einen Redepuschel einzuführen. Er liegt in der Mitte und ein Kind, das etwas sagen möchte, darf ihn nehmen und legt ihn nach dem Beitrag wieder zurück. Dadurch ist sichtbar, wer gerade an der Reihe ist, und es gibt Zeit, über das Gesagte nachzudenken.

- **Jeder bekommt die Zeit, die er/sie braucht.**

Wir hören jedem Kind zu und drängen es nicht, seine Antwort oder seinen Beitrag schnell zu geben. Manchmal braucht man beim Reden Zeit, seine Gedanken noch einmal zu sortieren.

- **Wir hören jedem Kind zu und versuchen zu verstehen, was es sagen möchte.**

Dazu kann es auch Rückfragen auf der Verständnisebene geben. Kommentare oder Richtigstellungen sind nicht erlaubt.

- **Jedes Kind hat das Recht auf seine eigene Meinung.**

Jedes Kind darf seine Meinung sagen und begründen. Wir hören jedem zu und beziehen uns auf die Argumente, die zur Meinung gehören.

- **Jedes Argument braucht eine Begründung.**

Dadurch werden wir zum gründlichen Nachdenken angeregt und die Zuhörer können die Gedanken besser verstehen. Die Gesprächsleitung kann durch Nachfragen dies „herauskitzeln“.

Wenn ihr die Gesprächsregeln mit den Kindern besprecht, könnt ihr die Kinder Symbolkarten für jede Regel zeichnen lassen. Diese können dann für alle sichtbar in der Mitte liegen und bei Bedarf kann darauf verwiesen werden. Wenn die Kinder schon geübter sind, können die Mitarbeitenden die Kärtchen bei sich behalten und nur im Notfall, wenn ein Gespräch zu durcheinander wird, hervorholen. Dadurch wird die Mitte nicht zu unübersichtlich.

Material: wird bei jeder Einheit am Anfang benannt
Abkürzungen: M = Mitarbeiter oder Mitarbeiterin, K = Kinder

Kursiv: Handlungsanweisungen

LOGBUCH

Einheit	Einheit 1: Angst, nicht gut genug zu sein	Einheit 2: Angst vor Krankheit	Einheit 3: Angst vor Einsamkeit	Einheit 4: Angst vor Ausgrenzung	Einheit 5 Angst vor dem Tod
Bibeltext	Johannes 2, 1-12 Hochzeit zu Kana	Johannes 4, 43-54 Die Heilung des Sohnes des Beamten	Johannes 6, 16-21 Der Seewandel	Johannes 9, 1-38 Heilung des Blindgeborenen	Johannes 11, 1-44 Die Auferweckung des Lazarus
Zielgedanke/ Inhalt	Inmitten unserer Angst nicht (gut) genug zu sein, nicht auszureichen, den Erwartungen nicht gerecht zu werden, macht Jesus uns Mut: Egal, wie klein wir uns fühlen, zusammen mit ihm können wir Großes – das all unsere Erwartungen übertrifft – vollbringen.	Inmitten unserer Angst vor und in schwerer Krankheit macht Jesus uns Mut: Er heilt, auch heute noch, und trägt uns in seiner Hand. Er nimmt unsere Krankheit zu – tiefst ernst. Auch wenn Heilung in dieser Welt manchmal ausbleibt.	Inmitten unserer Angst vor Einsamkeit, dem Alleingelassenwerden und dem nicht gesehen werden, macht Jesus uns Mut: Er ist zu jeder Zeit, in jeder Situation für uns da und sieht uns. Er schenkt uns die Hoffnung, dass er unsere Situation ändert, weil er uns ernst nimmt mit allem, was uns ausmacht.	Inmitten unserer Angst vor Ausgrenzung und dem Gefühl, nicht dazugehören, macht Jesus uns Mut: Wir hören zu ihm und er gibt jedem einzelnen Menschen einen unantastbaren Wert.	Inmitten unserer Angst vor dem Tod macht Jesus uns Mut: Der Tod – der extrem schwer zu verarbeiten ist – hat nicht das letzte Wort. Es gibt die Auferstehung und das ewige Leben.
Material im Heft	<p>Einheit 1-5: Einführung (Zum Bibeltext, Bezug zu den Kindern & Zielgedanke) Bibeltheater mit Rahmenhandlung (Mats ist auf dem Schiff von Kapitänin Edda unterwegs und stellt sich verschiedenen Ängste) Entwürfe einer Entdeckerzeit in Kleingruppen (Spielerischer Einstieg; Gesprächsimpulse; Gebet) Ideen für eine Erlebniszeit (Vertiefungsmöglichkeiten für die Groß- und Kleingruppe) Liturgie für einen „klassischen“ Gottesdienst Kirche Kunterbunt-Entwurf Vier Einheiten für den Einsatz bei Kindergartenkindern</p>				
	<p>Gottesdienst/ Kirche Kunterbunt Mini-Logbuch</p>				