



Evangelische Frauen
in Württemberg

MATERIALIEN FÜR DIE PRAXIS: GEISTLICH UND KREATIV - ANFANGEN IN GRUPPEN



INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	3
1. EINSTIMMUNG: ANFANGEN ALS GESCHENK	4
2. GEISTLICH ANFANGEN IN GRUPPEN	5
2.1 Biblische Texte zum Anfangen	5
2.1.1 Die Schöpfungsgeschichte	5
2.1.2 Anfangsgeschichten in der Bibel	6
2.1.3 Weitere Bibeltexte zum Anfangen	10
2.2 Wie gestalte ich einen geistlichen Anfang?	11
2.2.1 Mit einem geistlichen Impuls in der Situation ankommen	11
2.2.2 Acht Vorschläge für einen geistlichen Impuls	12
2.2.3 Liedvorschläge	21
3. DEN ANFANG IN GRUPPEN GESTALTEN	22
3.1 Anfänge in Einzelveranstaltungen	22
3.1.1 Verantwortung für den Anfang übernehmen	22
3.1.2 Der Anfang beginnt lange vor der Veranstaltung	23
3.1.3 Perspektivwechsel: Als Teilnehmerin anfangen	24
3.2 Anfänge in fortlaufenden Gruppen und Projektgruppen	24
3.2.1 Immer wieder gemeinsam (neu) anfangen	24
3.2.2 Den Anfang als Balance zwischen Sicherheit und Unsicherheit gestalten	25
4. KONKRETE METHODEN FÜR DEN ANFANG	27
5. PRAXISEKKURS: AUF AUGENHÖHE. CLOWNESKES EXPERIMENT ZUM ANFANG EINER ARBEIT MIT GEFLÜCHTETEN FRAUEN	36
5.1 Wie kann Begegnung auf Augenhöhe überhaupt anfangen?	36
5.2 Erfahrungen aus einem Clownsworkshop mit Flüchtlingsfrauen und Ehrenamtlichen	37
6. WEITERFÜHRENDE LITERATUR	38
7. DOWNLOAD UND BESTELLUNG DER ARBEITSHILFE „GEISTLICH UND KREATIV – ANFANGEN IN GRUPPEN“	39

VORWORT

„Allem Anfang wohnt ein Zauber inne“ – so heißt es in Hermann Hesses Gedicht „Stufen“¹. Greifen wir die weiteren Gedanken aus dem Gedicht auf, berühren wir die Fragen, warum wir immer wieder gemeinsam etwas beginnen: Wir wollen zu guter Gemeinschaft und gelingendem Zusammenleben einladen. Wir wollen Räume bieten, einander zu begegnen, mit- und voneinander zu lernen und einander zu begleiten. Das ist seit jeher Inbegriff von gemeindlicher Frauenarbeit und von Frauen initiiertes Sozialdiakonie.

Und so fangen wir immer wieder neu an: mit unseren Gruppen, in neuen Gremien, mit neuen Aufgaben. Wir stellen uns den Herausforderungen, denen wir in der kirchlichen und diakonischen ehren- und hauptamtlichen Arbeit begegnen. Gerade deshalb ist die Auseinandersetzung mit dem „Anfangen“ wichtig. Ebenso wichtig ist es, sich wieder darauf zu besinnen, dass GOTT es ist, der anfängt. Wir wollen uns von Gott ermutigen lassen, den Anfang zu wagen. Dies gilt für kleine und für große Anfänge.

Diese Ausgabe der Materialien für die Praxis lädt ein,

- sich mit der geistlichen Seite des Anfangens auseinanderzusetzen
- biblische Anfangstexte und -geschichten zu entdecken
- zu bedenken, was am Anfang von Gruppen und Gremien zu beachten ist
- konkrete Ideen für Ihre Arbeit in Gruppen auszuprobieren
- eine neue Idee für die Arbeit mit geflüchteten Frauen zu entdecken
- den Blick in die Zukunft auf das zu richten, was wachsen möchte
- anzufangen, weil dies aus Ohnmacht befreit.

Anfängen wohnt nicht nur ein Zauber inne – auch Spaß, Aufregung, Neugier, Ungewissheit und Arbeit. Wir freuen uns, gemeinsam auf dem Weg zu sein.

Beate Breithaupt

Beate Breithaupt, Vorsitzende

¹ S.a. <http://www.lyrikwelt.de/gedichte/hesseg1.htm>.

1. EINSTIMMUNG: ANFANG ALS GESCHENK

Als Hinführung zum Thema lesen Sie nun einen Text, der zeigt, dass Anfänge grundsätzlich ein Geschenk sind und dass es dabei um eine Haltung geht, die dem schöpferischen Wirken Gottes im Alltag Raum gibt. Den Text können Sie auch als Andacht für eine Gruppenstunde verwenden.

Ein Anfang ist ein Geschenk – nicht immer ein erbetenes, auch nicht immer ein schönes. Das meint die Redewendung „der Anfang vom Ende“. Mit einem Geschenk beginnt allemal etwas Neues, das sich Raum und Geschichte bahnt.

Die Bibel beginnt mit einem solchen Anfang. Die Schöpfungsgeschichte erzählt von der Entscheidung Gottes, auf unserer Welt Ordnung und Lebensraum zu schaffen: von dem Anfang des Lebens. Auch das zweite Testament beginnt mit einem Anfang Gottes: In Christus verschenkt sich Gott auf neue Weise selbst. Wieder ein Anfang – Geschenk unendlicher Liebe.

Anfangen ist eine Haltung. Es ist etwas, was immer wieder neu geschehen kann. Wiederholbar. Zum Beispiel darf ich mich immer wieder als unendlich geliebtes Kind Gottes erkennen. Verletzendes muss nicht dauerhaft an mir nagen, daraus resultierende Selbstzweifel darf ich überwinden und mein Selbstwertgefühl darf wieder wachsen.

Ich bin gewollt, geliebt und willkommen. Und Du auch. Und auch die, die ich gar nicht mag. Was für mich und meine Seele im Angesicht Gottes gilt, gilt für jeden Menschen. Die Herausforderung liegt in zwei Dingen. Zum einen fällt es uns schwer, uns als des Liebens wert bzw. als geliebt anzunehmen. Zum anderen fällt es uns ebenso schwer, den oder die Andere(n) als Geliebte und Liebenswerte wahrzunehmen und ihnen so zu begegnen.

Im Miteinander – von der Partnerschaft über die Gemeindegruppe bis zum Kolleginnenkreis – erfordert das die Bereitschaft, immer wieder neu miteinander anfangen zu wollen. Immer wieder durch Gottes Augen zu sehen: auf mich und auf die andere(n). Immer wieder neu anfangen – manchmal bedarf es Vergebung, manchmal verrückten Mut, manchmal Phantasie oder Humor, egal, ob ich mit mir selbst neu anfangen oder mit anderen. Aber hierin liegt der Keim der Erlösung. Solange, bis ich es selbst glauben oder spüren kann.

„Ehe es wächst, lasse ich Euch es erlauschen“, so heißt es bei Jesaja (42,9). Wenn uns nichts anderes bleibt als die Hoffnung, wenn noch nichts vom Verheißenen spürbar ist – dann schenkt GOTT uns eine Ahnung. Offen bleiben – in Herz und Ohr, das ist

vielleicht die schwerste und alltäglichsste Übung in der Begegnung mit Gottes Liebe. Darin wird er wachsen – der Anfang: das Geschenk göttlicher Liebe in Fülle – für alle.

Dina Maria Dierssen, Diakonin, Geschäftsführerin EFW

2. GEISTLICH ANFANGEN IN GRUPPEN

2.1 BIBLISCHE TEXTE ZUM ANFANGEN

Anhand ausgewählter Texten der Bibel schauen wir nun zunächst auf das Verhältnis zwischen Gott, Mensch und Anfang(en). Als erstes soll es um den Anfang aller Anfänge gehen: Gottes Erschaffen der Welt, danach um einige exemplarische Gestalten der Bibel.

2.1.1 Die Schöpfungsgeschichte

Am Anfang der Bibel erzählen die Schöpfungsgeschichten von Gottes großem Anfangen: „Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde. Und die Erde war wüst und leer, und es war finster auf der Tiefe; und der Geist Gottes schwebte über dem Wasser.“ (Gen 1,1.2).

Hier wird erzählt, was in vielen Stimmen der Bibel anklingt: Gott ist Schöpfer aller Dinge. Alles, was ist, ist durch Gott. Er ist Anfang, Ziel und Ende (vgl. Offb 21,6: „Ich bin der Anfang und das Ende“). So formuliert Psalm 90,2: „Ehe denn die Berge wurden, bist Du, Gott, von Ewigkeit zu Ewigkeit.“ Auch der Beginn des Johannesevangeliums thematisiert Gottes Anfangen und verweist zurück auf die Ewigkeit Gottes vor aller Schöpfung: Im Anfang war der Logos (Joh 1,1). Luther übersetzt: „Im Anfang war das Wort.“ Das griechische Wort Logos hat jedoch sehr viele Bedeutungen und steht im Evangelium des Johannes für Gottes Fleisch gewordenes, in die Welt gesandtes Wort: für Christus.

Drei Gedanken greifen wir nun aus der Fülle der Schöpfungserzählung heraus:

Gott erschafft aus dem Chaos durch Unterscheidung

Gen 1,1ff. „Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde. Und die Erde war Wüste und Leere.“ Das heißt, am Anfang war: Tohuwabohu. Wüste und Leere, Ur-Chaos. Dann: das Wort, die Tat, die Kraft, die Energie, die Unterscheidung von Tag und Nacht, Wasser und Land, oben und unten. Dadurch werden Lebensbereiche definiert, Freiräume und Lebensraum geschaffen.

Manchmal stehen wir auch mit unseren Vorhaben allein in der Wüste. Oder wir wollen etwas beginnen und alles ist ein chaotisches, unstrukturiertes Durcheinander. Der Text sagt mir: Das Chaos lässt sich lichten. Wir können Entscheidungen treffen. Un-

terscheiden. Bedingungen definieren, und dadurch Struktur und Klarheit schaffen. Wir müssen das Chaos nicht fürchten. In ihm steckt das ganze Potential, dass es zu ordnen gilt. Die schöpferische Aufgabe ist es, das Chaos zu gestalten.

Gott bestimmt die Beziehung zum Menschen als Ebenbild und Mitschaffende

Gen 1,27: „Gott schuf den Menschen zu seinem Bilde (...) und schuf ihn als männlich und weiblich.“

In Gen 1,16 beauftragt Gott den Menschen, die Schöpfung zu bebauen und zu bewahren. Dem Menschen, Frauen und Männern gemeinsam, ist damit sowohl Verantwortung übertragen als auch die Fähigkeit, schöpferisch zu sein. An alle also, die noch oder wieder in Zweifel geraten, ob wir überhaupt in der Lage sind, etwas Neues zu erschaffen: Ja. Wir dürfen, wir sollen, wir können!

Gott nimmt das Geschaffene wertschätzend wahr

Nach dem Vollenden der Schöpfung tritt Gott einen Schritt zurück und würdigt und segnet das geschaffene Werk: „Gott sah an alles, was er gemacht hatte, und siehe, es war sehr gut“ (Gen 1,31). Eine wichtige Botschaft! Wir dürfen auch zurücktreten von unseren Werken und sie gut finden. Sehr gut sogar. Tun wir das? Haben wir den Mut, zu würdigen und zu loben, was wir geschaffen haben? Auch die Tagesetappen? Gott tut es. Können wir unsere Arbeitsergebnisse oder Zwischenergebnisse auch einmal gut sein lassen? Stolz auf sie sein?

Wie anrühlich kommt Ihnen dieser Gedanke vor? Wie verwurzelt ist das Gefühl, das Geleistete sei nicht gut genug?

Es geht nicht darum, Misslingen schön zu reden. Nur folgen wir zu oft einer falsch verstandenen Demut. Der schwäbische Leitsatz „Net gschompfa isch gnug globt“ ist ein Motivationskiller und Krafträuber. Schade, denn nicht nur das absolut Perfekte ist „sehr gut“. Und wir bringen uns um viel Freude und Energie, wenn wir nicht den Mut haben, das, was wir miteinander geschafft oder geschaffen haben, auch gut zu finden. Auch das gehört zu einer Kultur des Anfangens.

2.1.2 Anfangsgeschichten in der Bibel

Die biblische Überlieferung von den Büchern Mose bis zur Apostelgeschichte erzählt immer wieder von Einzelnen oder einer Gemeinschaft, denen das Anfangen nicht nur verkündet, sondern auch aufgetragen und ermöglicht wird. Oft erzählen sie von einem aus- und aufbrechenden Anfangen. Sie erzählen vom gemeinsamen Auszug aus der Unfreiheit oder von der befreienden Verwandlung eines Einzelnen. Sie erinnern an den widerständigen Mut der Vielen. Sie erzählen von der Nachdenklichkeit. Sie nähren die Hoffnung, sich befreien zu können von dem, was Leben belastet oder beschränkt. Von allem, was einen kleiner, ärmer, feiger sein lässt, als es möglich wäre.

Und sie zeigen auch, wie sich etwas zurücklassen lässt: Was man einst besaß, wer man einmal war, was einen verbogen hat. Diese uralten Überlieferungen berühren uns, weil die Menschen in ihnen sich ins Offene, noch Unbestimmte wagen. Sie geben uns eine Idee davon, wie es gehen könnte, frei zu sein und mutig.

Zugleich steckt in diesen Anfangsgeschichten eine doppelte Ermutigung. Es sind keine Helden-Epen, in denen ein unbesiegbarer und unerschütterlicher Kämpfer nur darauf wartet, loslegen zu können. Den vielen Gestalten der Bibel ist der Zweifel, das Zaudern, die Angst, der Wunsch sich zu verstecken, nicht fremd. Manchmal sind sie sympathisch, manchmal tragikomisch, auf jeden Fall sind sie menschlich, und dadurch eine Kraftquelle für uns.

Denn allen Ängsten und Zweifeln zum Trotz beginnt in diesen oft zaudernden, holprigen Anfängen und dem oft schweren Fortgang der Geschichte(n) immer Gottes Geschichte mit und für seine Menschen. Im Team mit jenen, die sich aus dem Gewohnten herauswagen, und sich einlassen, auf Gott, seine Zusage und auf das Neue.

Im Folgenden nehmen wir beispielhafte Frauen und Männer aus der Bibel in den Blick – mit ihren besonderen Qualitäten als Anfängerinnen und Anfänger von etwas Neuem und Wichtigem.²

Abraham und Sara (Gen 12ff)

Abraham und Sara gelten als Vater und Mutter des Glaubens. Vorbilder des Vertrauens. Gottes Verheißung setzt sie in Bewegung. Auf ihrem Weg durchwandern sie das ganze Spannungsfeld des Glaubens: Sie hoffen, verzagen, werden auf die Probe gestellt, werden geführt, sie sind dankbar, handeln eigenmächtig, scheitern, fassen neues Vertrauen, gehen weiter. Sie lassen sich auf Gottes Verheißung ein, sie wagen sich in das Neue, Unbekannte. Ihr Vertrauen macht es möglich. Ihr Vertrauen trägt sie durch das Auf und Ab und sie erfahren dabei, dass Gott sein Wort hält. Sie erfahren Segen und sie werden selbst zum Segen. Sie wussten nicht, wo sie hingeraten werden und sind dennoch losgezogen. Das ist eine der Urgeschichten, die Mut machen, einen Weg zu beschreiten, ohne das Ziel zu kennen. Sich dabei wie an einem Leitstern immer wieder den Impuls zum Aufbruch zu vergegenwärtigen. Das „Mache dich auf“ – den Ruf, den man hörte, nicht zu vergessen, ihn weiter gelten zu lassen, auch wenn es haarig wird. Zu wissen, der Weg braucht Zeit und Offenheit. Das eigene Vertrauen nicht wegzuerwerfen.

² Diese Personen werden im Folgenden nur kurz bzw. anhand einiger auf das Thema dieses Heftes bezogener Stichworte vorgestellt. Sie können diese wie überhaupt alle angesprochenen biblischen Anfangsgeschichten (in der vorgestellten Kürze, aber gerne auch eigenständig erweitert) im Rahmen eines geistlichen Impulses aufnehmen, z.B. in die unter 2.2.2 vorgestellten Vorschläge einfügen bzw. damit kombinieren.

Josef (Gen 37ff)

Wenn Kinder die Geschichte hören, finden sie es oft sehr ungerecht, wie der zarte Josef von seinen großen Brüdern behandelt wird, die ihn lästig finden, ihm die Bevorzugung neiden und ihn los werden wollen. Die Geschichte ist grausam, wie auch viele Aspekte unserer Wirklichkeit. Der Neid der Brüder. Ihre Gewalt gegenüber dem eigenen Bruder. Ihr Verrat. Ihre Skrupellosigkeit, sich auf seine Kosten zu bereichern. Umso aufregender, dass gerade von diesem verratenen Kind, dem Träumer, eine so große Bewahrungsgeschichte erzählt wird. Sie entsteht in der Tiefe von Ausgeliefertsein und der Verlassenheit im Gefängnis. Die verschmähten Avancen einer Mächtigen brachten Josef dort hin. Im Gefängnis wird nach und nach der Mann mit Verstand, Auftrag und Visionen in dem Träumer erkennbar. Träume, Traumdeutung und Wirtschaftskompetenz waren sich selten näher! Josefs Offenheit und sein Verständnis für Träume sind die Grundlage für die Rettung vor dem Verhungern. Der einst Verratene und Verkaufte wird zum Krisenmanager und geachteten Segensbringer, der auch für seine hungernde Herkunftsfamilie eine Zuflucht in Ägypten bereitet. Was bietet diese Geschichte zum Thema Anfangen? Sie zeigt: Eine verfahrenere Situation ist auch hier keine Sackgasse, sondern ein Wendepunkt der Geschichte, an dem nach und nach erst ein weiterführender Sinn sichtbar wird. An der Gestalt des Josef beeindruckt, dass er bei seinen Träumen bleibt. Bei seinen und bei denen anderer. Dass er sie ernst nimmt, nicht beschönigt, nicht verschweigt, zuhört, versteht und erklärt. Die Träume sind seine Gabe, in der Dynamik der Geschichte eine Perspektive offen zu halten, die über die eigene, begrenzte, schmerzhaft Situation hinausweist. Damit ermöglicht er es, vorzusorgen, eine schwierige Zukunft gut zu bewältigen, ja sogar gut zu gestalten.

Auch im übertragenen Sinn sind es oft unsere Sehnsucht und unsere Träume, die uns vor dem Verhungern, vor der Leben erstickenden Dürre (von Pflichten, Ängsten, überfordernden Verantwortungen, festgefahrenen Strukturen) retten. Unsere Träume sind es, die uns wieder in Bewegung bringen, beleben und nähren, wenn wir sie nicht übergehen.

Mose (Gen 2ff)

An der Gestalt des Mose gefällt mir der große Gegensatz zwischen dem Anfang seiner Berufung und dem Gewicht als Führungsgestalt Israels. Am Ziel dieser bedeutenden Bewahrungsgeschichte des Auszugs aus Ägypten stehen Gottes Bund mit Israel, die Gebote als Schutzregeln für gelingendes Leben und die Zusage Gottes: Ich bin der, der mit euch ist. Aber diese große Geschichte fängt gar nicht so rühmlich an. Mose, Zögling des Königshofes, ist als Mörder (!) auf der Flucht. Zuflucht findet er beim Hüten der Schafherden seines Schwiegervaters. Als er Gottes Stimme aus dem brennenden Dornbusch vernimmt, als er seine Berufung erfährt, reagiert er recht defensiv: Ich kann nicht, ich will nicht, das geht nicht, wieso denn ich, und überhaupt. Gott und Mose handeln eine ganze Weile miteinander, bis Mose so viel Zuspruch und Zusage

und Appell bekommen hat, wie er braucht, um sich in diesen neuen Anfang hinein zu wagen. Großartig! Es geht so oft beim Anfangen darum, ermutigt zu werden. Kennen Sie das? Wer oder was macht mir Mut? Wer traut mir was zu? Wer kann mir helfen? Bin ich allein? Nein? Wirklich nicht? Also gut. Dann... Ich wag's!

Schifra und Pua (Ex 1,15-17)

Die hebräischen Hebammen bewahren neugeborenes Leben. Sie widersetzen sich dem Tötungsbefehl Pharaos, der aus Angst vor dem wachsenden, fremden Volk alle hebräischen Kinder gleich nach ihrer Geburt ertränkt wissen will. Ohne sie wäre Moses Rettung durch Pharaos Tochter und damit die Rettung des Volkes Israel nicht möglich. Warum wagen Schifra und Pua den Widerstand? Weil sie sich dem Leben verpflichtet haben. Und weil sie Gott fürchten, sagt die Bibel. Zwei starke und mutige Frauen, die Gott als Quelle der Liebe und des Lebens kennen. Sie können sich dem Regiment des Todes nicht beugen. Mit Mut und Schlagfertigkeit gelingt es ihnen, die Neugeborenen zu bewahren. Und das, ohne leichtfertig das eigene Leben aufs Spiel zu setzen. Sie vermeiden eine harte Konfrontation. Viel Lebensklugheit steckt darin. In Situationen, in denen Lebensanfänge durch destruktive Angst oder (daraus resultierender) Gewalt vernichtet werden sollen, ist dieses starke Duo Vorbild für segensreiches Widerstehen. Sie machen Mut, sich destruktiven Befehlen zu entziehen, sich mutig und umsichtig den zerstörerischen Mächten entgegen zu stellen, weil eine Entscheidung, die aus Angst gefällt wird, keinen Raum für die Entfaltung des Lebens bietet.

Hanna (1. Sam 1f)

Hanna ist eine Gestalt, die uns in schmerzlichen Entbehrungen Geduld und Würde vorlebt. Sie ist eine, die lange, lange auf einen Anfang wartet, betend und bittend. Neues Leben zu gebären ist ihr verschlossen, sie leidet an ihrer Kinderlosigkeit. Obendrein wird sie deshalb gedemütigt und abgewertet. Mit ihrem Schmerz und ihrer Sehnsucht kommt sie vor Gott. Ihr Schmerz findet einen Ausdruck und einen Raum, das schon ist ein Anfang, der sie verändert ins Leben gehen lässt. Doch folgt dieser ersten Aufrichtung dann der große Anfang neuen Lebens: die Geburt eines Jungen, Samuel, Gottes Geschenk. Der Lobgesang der Hanna erinnert uns, dass es nicht der Schlusspunkt einer Geschichte sein muss, wenn Schmerz, Gemeinheit und Spott das Leben abschnüren. Leben ist Bewegung und Veränderung. Es will auch eine Bewegung des Wieder-Aufrichtens daraus hervorgehen. Das Leben will neu anfangen und neu angefangen werden. Neu geboren werden. Manchmal kommt nach Zeiten des Schmerzes etwas Neues, Schönes zur Welt.

Maria (Lk 1,26ff)

Die Erzählung von der Ankündigung der Geburt Jesu stellt uns eine ganz erstaunliche Frau vor: die junge Maria. Erstaunlich ist die Selbstverständlichkeit, mit der sie sich

dem öffnet, was ihr da an Ungeheuerlichem angesagt wird. Allen Zeichen der menschlichen Vernunft entgegen, vertraut sie dem himmlischen Boten: Bei Gott ist kein Ding unmöglich. Und sie zögert keinen Augenblick: Mir geschehe wie du gesagt hast. Wenn wir davon ausgehen, dass sie jung, aber nicht naiv ist, dass sie eine Vorstellung davon hat, in welche Situation sie gesellschaftlich geraten wird, dann wächst unser Staunen. Was für eine innere Freiheit, Größe und Klarheit hat dieses Mädchen, in einer Situation, die alle gültigen Konventionen umstößt.

2.1.3 Weitere Bibeltexte zum Anfangen

Josua 1,9: *„Siehe, ich habe dir geboten, dass du getrost und unverzagt seist. Lass dir nicht grauen und entsetze dich nicht; denn der HERR, dein Gott, ist mit dir in allem, was du tun wirst.“*

Gut zu lesen, wenn man ein bisschen Zuspruch vertragen kann. Besonders gut, wenn alles Wesentliche vorbereitet, geplant, durchdacht ist, und der Schritt nach vorn ansteht.

Sirach 37,17ff: *„Und bleibe bei dem, was dir dein Herz rät; denn du wirst keinen treueren Ratgeber finden. Denn mit seinem Herzen kann ein Mann oft mehr erkennen als sieben Wächter, die oben auf der Warte sitzen. Doch bei alledem rufe den Allerhöchsten an, dass er dein Tun gelingen und nicht fehlschlagen lässt. Ehe du etwas anfängst, überleg dir's zuvor; und ehe du etwas tust, gehe mit dir zu Rate. Denn wenn man etwas Neues vorhat, so treten vier Dinge auf: Gutes und Böses, Leben und Tod; und darüber regiert allezeit die Zunge.“*

Dem ist nichts hinzu zu fügen: Ein kluger Ratschlag, der die Zeiten überdauert! Und weil er so gut ist, hier noch einmal der letzte Teil in der Übersetzung der Bibel in gerechter Sprache: „Am Anfang einer jeden neuen Aufgabe steht genaues Überlegen / und vor jeder Tat steht ein Entschluss. Die Spur für eine Veränderung legt das Herz, vier Wege entspringen aus ihm: / Gutes und Böses, Leben und Tod, / doch die beständige Herrscherin über sie ist die Zunge.“

Galater 3,2f: *„Das allein will ich von euch erfahren: Habt ihr den Geist empfangen durch des Gesetzes Werke oder durch die Predigt vom Glauben? Seid ihr so unverständig? Im Geist habt ihr angefangen, wollt ihr's denn nun im Fleisch vollenden?“*

Dieser Vers ist wunderbar und heilsam zu meditieren, wenn überzogener Aktivismus bei einem Vorhaben einzufallen droht. Ein gutes Gegengewicht, wenn plötzlich alle meinen, es käme ausschließlich auf das Machen an, und dieses müsse höher, schneller, weiter, besser, mehr und toller sein. Manchmal ist die Begeisterung für ein Ziel anfällig dafür, dass wir zu viel machen wollen, ohne auf die Voraussetzungen zu achten, so dass wir richtig verbohrt werden und uns und einander überfordern.

Philipper 1,6: „Ich bin darin guter Zuversicht, dass der in euch angefangen hat das gute Werk, der wird's auch vollenden (bis an den Tag Jesu Christi).“

Gute Ergänzung zum vorigen Vers in Gal 3. Es geht darum, die Perspektive nicht zu verengen auf das eigene Tun, oder noch schlimmer: auf das Müssen! Hier öffnet Paulus wieder ein Fenster für uns, dass Luft und Vertrauen und Entlastung einströmen können, ohne die letztlich keine kreative Idee entstehen kann. Ein Ziel kann manchmal ja auch so übergewichtig werden, dass es für einen schöpferischen Prozess im Weg ist.

Hebräer 12,2: „Lasst uns laufen mit Geduld in dem Kampf, der uns bestimmt ist, und aufsehen zu Jesus, dem Anfänger und Vollender des Glaubens.“

Manchmal ist das Anfangen leichter als das Durchhalten, stimmt's? Vielleicht denken Sie: Ich war immer eher die Sprinterin als die Dauerstreckenläuferin, trotzdem ist das Bild gut, das Paulus hier findet. Laufen, Geduld haben, kämpfen, vertrauen. Geduld und Vertrauen machen das Kämpfen weniger verbissen. Es wird zu einer Lebensübung im positiven Sinn von Einüben. Ausdauersport soll ja für die Gesundheit zuträglich sein (und nicht gnadenlose Selbstoptimierung!). Und der Vers verhilft zu mentaler Fitness. Weil er im Gegensatz zu dem Gedanken „das Leben ist ein K(r)ampf“ viel federnder und leichter ist. Das liegt an der Geduld und vor allem an dem Anfänger und Vollender. Mein Lauf, unser Lauf ist aufgehoben. Seitenstechen inklusive. Und gerne auch ein runner's high.

2.2 WIE GESTALTE ICH EINEN GEISTLICHEN ANFANG?

Nachdem wir uns mit den biblischen Quellen beschäftigt haben, geht es jetzt um die Praxis. Sie finden hier konkrete Anleitungen und Bausteine, aus denen Sie einen geistlichen Anfang in Ihrer Gruppe gestalten können. Fühlen Sie sich frei, damit zu experimentieren. Vertrauen Sie Ihrer eigenen Einschätzung der Situation.

2.2.1 Mit einem geistlichen Impuls in der Situation ankommen

Ein geistlicher Impuls zu Beginn einer Veranstaltung, eines Treffens o.ä. kann helfen, sich innerlich zu sortieren und aufnahmefähig zu werden.

Nicht die zeitliche Ausprägung ist für das Gelingen wichtig, sondern, dass es überhaupt einen Impuls dazu gibt. Dieser Impuls vermittelt eine selbstverständliche Wertschätzung und wird sich in einer für die je folgende Veranstaltung geeigneten Gestalt ausdrücken. Wenn eine zweistündige Gremiensitzung begonnen wird, wird der Impuls zeitlich konzentrierter ausfallen, als wenn wir in eine Wochenendfreizeit einer Frauengruppe starten. Auch die Intensität der Beziehungen, in denen die Teilnehmenden zueinander stehen oder stehen werden, wird sich in der Gestaltung widerspiegeln.

Der geistliche Anfang prägt und erleichtert das Ankommen der Teilnehmenden in der (für alle) neuen Situation. Insofern verdient er besondere Aufmerksamkeit. Es ist hilf-

reich, wenn sich auch der geistliche Impuls zu Beginn daran orientiert, was das Ankommen allgemein prägt.³

Insbesondere sind es drei Fragen, die mal mehr, mal weniger „getrennt“ voneinander in einem geistlichen Impuls aufgegriffen werden können.⁴

Wo komme ich her? Was hat mich zuvor beschäftigt und beschäftigt mich vielleicht noch? - Es darf jetzt ruhen.

Wie bin ich jetzt hier? Wie ist meine Verfassung gerade? Bin ich müde, gestresst, glücklich, besorgt, oder gespannt wie ein Flitzbogen? Wenn ich um mich selbst weiß, kann ich den Blick nach außen richten.

Wo bin ich jetzt? Wer ist noch da? Sind die anderen mir sympathisch oder unsympathisch, bekannt oder fremd? Was verbindet mich mit den anderen? Was haben wir jetzt vor, was ist unser Ziel? Vielleicht verbinde ich mit manchen Gesichtern schon gute Erfahrungen. Vielleicht sehe ich auch Gesichter, die mich vorsichtig stimmen. Alle bringen Ideen, Kompetenzen und Phantasie mit für das, was der Anlass unseres Zusammenseins ist. Evtl. gehören hierzu auch Fragen wie: **Wird unser Vorhaben gelingen?** Im Blick auf diese Frage kann uns ein geistlicher Impuls dran erinnern, dass uns das Gelingen zutraut und zugleich nicht einfach verfügbar ist. Ein Weg beginnt. Wir können die Gruppe und das Anliegen bewusst in der Balance zwischen Tatkraft und Vertrauen verorten. Anfangen wird leichter, wenn wir uns bewusst machen, dass vieles, aber nicht alles an uns liegt. Im Vertrauen auf Gott krempeln wir die Ärmel hoch, denn wir sollen und dürfen etwas schaffen.

2.2.2 Acht Vorschläge für einen geistlichen Impuls

Die Vorschläge sind verschieden lang und enthalten unterschiedliche Elemente. Je nach konkreter Situation, Zeitbudget und vor allem nach Ihrem Geschmack wählen Sie aus den Vorschlägen aus bzw. kombinieren „Ihren Vorschlag“.

Alle Vorschläge orientieren sich ausgesprochen oder unausgesprochen an den eben vorgestellten drei Impulsfragen: 1. Wo komme ich her? 2. Wie bin ich jetzt hier? 3. Wo bin ich jetzt? Wenn Sie die Impulsfragen verwenden, d.h. laut aussprechen (hier sind Sie frei, das im Rahmen jedes Vorschlages zu tun bzw. diese Fragen einzubauen), lassen Sie den Anwesenden nach jeder Frage einen Augenblick Zeit, der Frage für sich selbst in der Stille nachzuspüren.

Ein gemeinsames Lied im Rahmen des geistlichen Impulses bringt die Stimmen zu Gehör, stärkt den Gemeinsinn und belebt, vor allem, wenn Sie ein beschwingtes, erquickendes Lied und keine meditativen Gesänge wählen.⁵

³ Vgl. hierzu als Hintergrund bzw. als Vertiefung Kapitel 2 dieses Heftes „Den Anfang in Gruppen gestalten“.

⁴ Konkrete Vorschläge dazu finden Sie unter 2.2.2.

⁵ Unter 1.2.3 finden Sie eine Auswahlliste für weitere/alternative Lieder sowie die entsprechenden Gesangsbuchangaben für alle aufgeführten Lieder.

Die Vorschläge sind flexibel im Blick auf die Raumverhältnisse und Gruppengröße. Empfehlenswert ist es, entweder in einem offenen Kreis zu sitzen, evtl. mit gestalteter Mitte oder in Reihen mit Ausrichtung nach vorne, evtl. vor einem gestalteten Tisch/Altar. Die Sprecherin der Texte (im Folgenden „Impulsgeberin“ genannt), kann sitzen oder stehen, sollte aber für alle gut sichtbar und hörbar sein.

Erfahrungsgemäß kommen die Teilnehmenden im Sitzen leichter zur Ruhe. Trotzdem können Sie als Impulsgeberin immer wieder zum Aufstehen einladen, z.B. für das Körpergebet, für eine Atemübung oder für ein Lied.

Empfehlenswert ist es weiterhin, wenn der Übergang zum geistlichen Impuls für alle Teilnehmenden sichtbar/wahrnehmbar/hörbar ist, z.B. wenn die Impulsgeberin in aller Ruhe aufsteht, evtl. nach vorne geht, die Teilnehmerinnen freundlich anschaut – und erst dann anfängt, zu sprechen. Alternativ: eine oder drei Kerzen anzünden, eine Klangschale (ein oder drei Mal) anschlagen oder Instrumentalmusik machen/einspielen. Entsprechend kann der Impuls dann auch beendet werden.

Achten Sie auch während des Impulses auf eine ruhige Atmosphäre und kurze Pausen, atmen Sie z.B. als Impulsgeberin vor jedem neuen Text mehrmals tief durch und beginnen erst dann mit dem Sprechen.

Vorschlag 1: Sich einfinden

Impulsfragen

Impulsegeberin spricht die drei Impulsfragen laut aus, lässt dazwischen jeweils eine Stille/Pause, damit die Teilnehmenden schweigend für sich sortieren können. Wenn viel Zeit zur Verfügung steht, kann nach jeder Frage zu einer kurzen Blitzlicht-/Antwortrunde eingeladen werden.

Gebet/Votum, z.B. Text von Christa Weiss, „Manchmal“ (EG S. 862)

Lied⁶

Ausgang und Eingang
Öffne meine Augen

Segen

Wo Gott nicht segnet, da hilft keine Arbeit.
Wo er nicht behütet, da hilft keine Sorge.

(Martin Luther)⁷

Gott segne und behüte unser gemeinsames Arbeiten.

Vorschlag 2: Philosophie des Salzkorns

Impulstext von Lothar Balzer (Gottesklang, Stuttgart 1998, S. 140)

Lied

Schweige und höre

Impulsfragen

Wie gehen Sie mit anstrengenden, fordernden Situationen um?
Wie vertraut, wie fremd sind Ihnen folgende Aussagen: Wie ich bin, bin ich gut. Was ich kann, ist gut. Was ich geben kann, ist genug.

Stille

Lied

Schweige und höre

⁶ Auf Seite 21 finden Sie alle Angaben zu den Liedern.

⁷ Zitiert nach EG 1996, S. 856.

Vorschlag 3: Christusmeditation – Körperübung

Körperübung

Laden Sie als Impulsgeberin alle Anwesenden ein, aufzustehen, und die von Ihnen gesprochenen Worte mit zu gebärden. Es sollte jede/r genug Platz um sich haben, um seine Arme in jede Richtung ausstrecken zu können.

Dann nehmen Sie als Impulsgeberin selbst einen möglichst entspannten, aufrechten Stand ein, Knie leicht federnd, nicht durchgedrückt, die Wirbelsäule ist aufgerichtet und balanciert den Kopf frei, die Arme hängen, befinden sich an den Körperseiten. Sprechen Sie nun laut die folgenden Sätze und machen die entsprechenden Gebärden dazu vor.

„Woher komme ich?“

Heben Sie die Arme gebeugt vor dem Körper etwas an, als weisen Sie auf eine Schale auf der Erde, Handflächen nach oben, die Ausrichtung geht zur Erde, zu den Wurzeln, als Symbol für den Ursprung.

„Wohin gehe ich?“

Die Arme gehen gestreckt vor dem Körper, wie an einem Stamm hinauf, nach vorn und oben, Richtung Himmel, als Symbol für die Zukunft.

„Was ist meine Aufgabe in der Welt?“

Die Arme gehen jeder auf seine Seite, ausgebreitet in die Weite, wie der Querbalken eines Kreuzes, oder als Geste zur Umarmung, des Geben oder Empfanges.

„Ich stelle mich in Gottes Schöpfung und in den ewigen Kreislauf des Werdens und Vergehens.“

Führen Sie die Arme gestreckt vor dem Körper zusammen, dann nach oben und beschreiben sie zu jeder Seite einen Armkreis bis zur Ausgangsposition. Dieser Kreis steht für den Weltkreis, den Lebenszusammenhang in Gottes Schöpfung, in den wir eingebettet sind.

Spüren Sie der Bewegung einen Moment still nach. Es ist empfehlenswert, die Meditation zwei oder dreimal zu wiederholen, um sich die Bewegungen zu Eigen machen zu können.

Lied

Gott gab uns Atem, damit wir leben
Steh auf und bewege dich

Vorschlag 4: Atemübung

Atemübung

Die Impulsgeberin liest folgenden Text laut, aber in aller Ruhe vor:

Ich nehme mir einen Moment für mich.

Es gibt jetzt nichts zu tun.

Ich lasse meine Füße in Kontakt sein mit dem Boden, der mich trägt.

Mein Gesicht, mein Bauch, meine Knie zeigen nach vorn.

Ich nehme den Raum wahr, der mich umgibt.

Da ist der Raum vor mir /

der Raum hinter mir /

der Raum neben mir /

und der Raum über mir.

Und all das gleichzeitig.

In mir ist mein Atem, der all diese Seiten in mir verbindet.

Wir atmen noch dreimal tief ein, dabei nehmen Sie die Arme unterstützend mit:

ein (Arme hochheben) /

und aus (Arme in einer Kreisbewegung zu den Seiten herabführen)/

ein / und aus/ (s.o.)

ein / und aus/ (s.o.)

Lesung

Gen 2,7

Lied

Gott gab uns Atem, damit wir leben

Wir strecken uns nach dir

Vorschlag 5: Körpergebet

Körpergebet

Die Impulsgeberin spricht die folgenden Sätze laut aus und macht die dazugehörigen Bewegungen/Gesten vor.

Geist der lebendigen Gottheit,
erfrische mich wie Tau am Morgen,

stärke mich,
fülle mich,

öffne mich,
bewege mich.⁸

(Arme zum Himmel)
(mit den Händen sanft über die Augen
streichen)

(Hände vor dem Herzraum kreuzen)
(Hände wie eine Schale vor den Körper
führen)

(Hände/ Arme öffnen)
(mit einem Schwung der Arme einen
Schritt nach vorne treten)

Lied

Komm, Ruach, komm
Wir strecken uns nach Dir

Segensgebet

Geht in der Kraft, die euch gegeben ist,
geht einfach,
geht leichtfüßig,
geht zart,
und haltet Ausschau nach der Liebe,
und Gottes Geist geleite euch!

Amen

(Aus der Iona-Liturgie)

⁸ Text nach einer Liturgie in: Herta Leistner (Hg.), Lass spüren deine Kraft, Gütersloh 1997, S. 126.

Vorschlag 6: Alles beginnt mit der Sehnsucht

Gedicht

Die Impulsgeberin liest das Gedicht von Nelly Sachs:

Alles beginnt mit der Sehnsucht
immer ist im Herzen Raum für mehr,
für Schöneres, für Größeres.
Das ist des Menschen Größe und Not:
Sehnsucht nach Stille,
nach Freundschaft und Liebe.
Und wo Sehnsucht sich erfüllt,
dort bricht sie noch stärker auf.
Fing nicht auch Deine Menschwerdung, Gott,
mit dieser Sehnsucht an?
So lass nun unsere Sehnsucht damit anfangen,
Dich zu suchen,
und lass sie damit enden,
Dich gefunden zu haben.

(Nelly Sachs)⁹

Impulsfrage zum Gedicht

Nachdem Sie das Gedicht vorgelesen haben, können Sie laut eine Impulsfrage stellen: „Wonach sehnen Sie sich?“ Die Frage beantwortet jede Frau im Stillen für sich.

Lied

Da wohnt ein Sehnen tief in uns

⁹ aus: Nelly Sachs, Eli. Ein Mysterienspiel vom Leiden Israels, in: Werke. Kommentierte Ausgabe in vier Bänden. Herausgegeben von Aris Fioretos, Band 3: Szenische Dichtungen. Herausgegeben von Aris Fioretos. © Suhrkamp Verlag Berlin 2011.

Vorschlag 7: Am Anfang

Gedicht

Die Impulsgeberin liest das Gedicht von Rose Ausländer laut vor:

Am Anfang
war das Wort
und das Wort
war bei Gott

Und Gott gab uns
das Wort
und wir wohnten
im Wort

Und das Wort
ist unser Traum
und der Traum
ist unser Leben

(Rose Ausländer)¹⁰

Impulsfrage

Welchen Lebenstraum hegen Sie?

Welchen Traum würden Sie gerne noch ins Leben bringen?

Stille

Lied

Wenn eine(r) alleine träumt

¹⁰Das Wort. Aus: dies., Wieder ein Tag aus Glut und Wind. Gedichte 1980-1982. © S.Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main 1986. Mit freundlicher Genehmigung der S.Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main.

Vorschlag 8: Gebet

Gebet von Mechthild von Hackeborn (13. Jh.)

Die Impulsgeberin liest das Gebet laut vor:

Herr, indem ich mich mit der Liebe vereinige,
in der du auf der Erde gearbeitet hast
und immerfort wirkst ohne Unterlass,
gehe ich an die Arbeit zu deinem Ruhm
und zum Segen der Mitmenschen.

Du willst, dass ich tätig sei.
Du hast gesagt: Ohne mich könnt ihr nichts tun.
So bitte ich, dass mein Tun wie ein Tropfen im Strom
vereinigt und vollendet sei
in deinem unendlichen, vollkommenen Werk.

(Mechthild von Hackeborn)¹¹

Impulsfragen

Gibt es etwas, zu dem Sie sich in Ihrem Leben berufen fühlen?

Gibt es etwas, von dem Sie denken, dass Sie es tun wollen, aber Sie sind unsicher, weil es Ihnen eine Nummer zu groß erscheint?

Segensgebet

Gott segne dich
und gebe dir Geborgenheit.
Gott schenke dir die Wut zum Kämpfen,
und die Liebe, es mit einem Lächeln zu tun.
Gott gebe dir Kraft, Mut und Zärtlichkeit

Lied

Gelobt sei deine Treu
Ihr werdet die Kraft

¹¹ Mechthild von Hackeborn, 13. Jhdt. in Jörg Zink, Wie wir beten können, Kreuz-Verlag 1970

2.2.3 Liedvorschläge (schwungvoll zu singen!)

- All Morgen ist ganz frisch und neu, EG 440
- Morgenlicht leuchtet, EG 455
- Ausgang und Eingang, Kanon, EG 175
- Da wohnt ein Sehnen tief in uns, in: frei Töne 23
- Dich rühmt der Morgen, in: frei Töne 8
- Die güldene Sonne, in: Durch Hohes und Tiefes 411
- Du meine Seele singe (Frauenfassung), in: frei Töne 70
- Es kommt die Zeit / The day will come, in: Wo wir dich loben 37
- Gelobt sei deine Treu, EG 665
- Gott gab uns Atem, damit wir leben, EG 432
- Großer Gott, wir loben dich, EG 331
- Hineh mah tov, Kanon, in: Durch Hohes und Tiefes 263
- Ich sing dir mein Lied, in: Wo wir dich loben 56
- Ihr werdet die Kraft des Heiligen Geistes empfangen, EG 132
- In dir ist Freude, EG 398¹²
- Komm, Ruach, komm, in: Frauen loben Gott 35
- O Heiland, rei die Himmel auf, EG 7
- Öffne meine Augen, Kanon, EG 176¹³
- Sanftmut den Männern, in: Durch Hohes und Tiefes 250
- Schweige und Höre, Kanon, in: frei Töne 2
- Steh auf, bewege dich, Kanon, in: Wo wir dich loben 79
- Wenn einer alleine träumt, Kanon, in: Durch Hohes und Tiefes 385
- Wir strecken uns nach dir, in: Wo wir dich loben 90

Literaturangaben zu den genannten Liederbchern¹⁴

Durch Hohes und Tiefes, Gesangbuch der Evangelischen Studierendengemeinden in Deutschland, München 2001.

EG, Evangelisches Gesangbuch, Ausgabe für die Evangelische Landeskirche in Württemberg, Stuttgart 1996.

Frauen loben Gott, Das Liederbuch in frauengerechter Sprache, München 2008.

frei Töne, Liederbuch zum Reformationsommer 2017, Kassel/Berlin 2017.

Wo wir dich loben, wachsen neue Lieder, Ein Angebot für die Gemeinden, (Strube Verlag GmbH), München 2006.

Eva Maria Bachteler, Landesfrauenpfarrerin, EFW und Anke Rüdinger, Pfarrerin i.R.

¹²Die Melodie mit ihrem Dreiertakt entspringt einem alten Tanzlied. Singen Sie das Lied beschwingt.

¹³Auf den 2. Teil des Liedes, den Kanon "Die Gott suchen" können Sie auch gut Walzer tanzen.

¹⁴Alle Liederbcher sind in der EFW-Geschäftsstelle vorhanden und können dort eingesehen werden.

3. DEN ANFANG IN GRUPPEN GESTALTEN

Was brauchen Menschen, wenn sie am Anfang zusammenkommen? Dieser Frage nachzugehen, hilft Ihnen in der Rolle als Verantwortlicher, um den Anfang gut vorzubereiten und gestalten zu können. Damit beschäftigt sich das dritte Kapitel.

Hier schauen wir auf zwei verschiedene Gruppenformen:

- Einzelveranstaltungen
- Gruppen mit mehreren Terminen.

Wenn Sie für eine Gruppe oder ein Gremium verantwortlich sind, ist es Ihre Aufgabe, am Anfang für eine gute Atmosphäre zu sorgen. Denn in einer angenehmen Stimmung fällt es den Teilnehmerinnen leichter, mit ihrer Aufmerksamkeit beim Thema zu sein.¹⁴

3.1 ANFÄNGE IN EINZELVERANSTALTUNGEN

3.1.1 Verantwortung für den Anfang übernehmen

Sie haben in Ihrer Gemeinde eine Veranstaltung, zum Beispiel ein Frauenfrühstück zu einem bestimmten Thema geplant. Die Veranstaltung findet im Gemeindehaus statt. Die Räumlichkeiten und der organisatorische Aufwand sind Ihnen bekannt.

Sie haben offen eingeladen, weil Sie sich wünschen, dass auch neue Teilnehmerinnen kommen. Diese offene Situation erhöht den Grad der Unsicherheit und löst vielleicht auch unangenehme Gefühle aus.

Im Vorbereitungsteam haben Sie die anstehenden Aufgaben untereinander verteilt. Nun sind Sie verantwortlich für die Einstimmung und den Anfang dieser Veranstaltung. Dazu befinden Sie sich vielleicht in einer gemischten Gefühlslage, die sich in folgenden Überlegungen ausdrücken könnte:

- „**Hoffentlich denken die anderen nicht, dass ich mich wichtig machen will!**“
- „**Wie soll ich mich vorbereiten, wenn ich gar nicht genau weiß, wer kommt?**“
- „**Lohnt sich dieser Aufwand wirklich?**“
- „**Was möchte ich eigentlich mit dieser Veranstaltung, was ist mir dabei wichtig?**“

Bitte ergänzen Sie hier Typisches für Ihre konkrete Situation:

¹⁴Dabei ist es gut, auf die Elemente Begrüßung, Kontakt, Ankommen in der Situation und die Einstimmung ins Thema zu achten.

3.1.2 Der Anfang beginnt lange vor der Veranstaltung

In diesen Überlegungen zur Anfangsgestaltung zeigt sich auch, ob ausreichend Fragen geklärt und Entscheidungen getroffen sind: kurz gesagt, ob Sie ein klares Bild Ihrer Rolle, Aufgabe, Position für die Veranstaltung haben.

Je mehr Fragen Sie geklärt haben, desto leichter wird es Ihnen fallen, die passenden Worte für die Begrüßung und eine gute Idee zur Einstimmung zu finden.

Auch ein Blick in die Wissenschaft kann uns helfen, Anfänge gut zu gestalten. Das Konzept des gruppenspezifischen Raums ist zum Beispiel interessant für unsere Fragen nach der Gestaltung eines guten Klimas.¹⁵

Dieses Konzept besagt, dass es in Gruppen immer um folgende drei Dimensionen geht:

- Zugehörigkeit: drinnen und draußen
- Macht: oben und unten
- Intimität und Beziehungen: nah und fern

Aus diesen Dimensionen lassen sich hilfreiche Fragen zum Anfang vor dem Beginn einer Veranstaltung ableiten:

Fragen zur Zugehörigkeit: „drinnen und draußen“

Wer kommt für gewöhnlich?

Welche Frauen sollen zu Ihrer Veranstaltung kommen?

Welche Frauen sollen nicht kommen?

Wie gestalten Sie ein Willkommensgefühl für Ihre Zielgruppe?

Fragen zu Macht und Status: „oben und unten“

Wer lädt ein?

Wer übernimmt welche Rollen im Verlauf der Veranstaltung?

Wer hat was zu sagen? Wer schließt auf und zu?

Welche Autoritäten müssen berücksichtigt werden?

Wer übernimmt die Leitung? Wer führt das Gespräch?

Fragen zu Intimität und Beziehungen: „nah und fern“

Wer kennt wen?

Wieviel Distanz und wieviel Nähe sind die Teilnehmerinnen gewohnt?

Zu welchen Themen möchten Sie eine Nähe herstellen?

Für welche Aktivitäten möchten Sie die Teilnehmerinnen „erwärmen“?

¹⁵Vgl. im Folgenden: Andreas Amann in: Cornelia Edding/Karl Schattenhofer, Handbuch. Alles über Gruppen. Theorie, Anwendung, Praxis, Weinheim 2015, S. 26 -29.

3.1.3 Perspektivwechsel: Als Teilnehmerin anfangen

Stellen Sie sich nun vor, Ihre Veranstaltung beginnt. Wie ist die Situation am Anfang?

Zu Ihrer Veranstaltung kommen verschiedene Frauen aus unterschiedlichen Richtungen zusammen. Manche kennen sich schon, manche nicht, manche kommen allein, manche zusammen mit anderen.

Die Beweggründe, warum eine Frau Ihre Veranstaltung besucht, können vielfältig sein. Vielleicht ist es das Thema, vielleicht der gedeckte Tisch, vielleicht das Bedürfnis nach Kontakt und Austausch - wahrscheinlich ist es eine Mischung aus allem. Gemeinsam ist allen Frauen, die kommen, dass sie sich in eine Situation begeben, die in größerem oder kleinerem Maß „neu“ ist.

Jede Frau hat ihre eigenen Erfahrungen mit Gruppen, die jedes Mal, wenn sie sich in eine Gruppe hineinbegibt, mehr oder weniger bewusst aktiviert werden.

Jede Frau versucht, mit ihren Strategien Sicherheit zu gewinnen. Manche Teilnehmerinnen stellen besonders viele Fragen am Anfang, andere möchten schnell herausfinden, wer wer ist und wer wen kennt? Es werden Gemeinsamkeiten gesucht oder Unterschiede gezeigt, für manche ist es etwas zu kalt, für andere zu warm. Manche äußern ihre Befürchtungen direkt, andere verstecken ihre Bedürfnisse hinter Nörgeleien.

Es ist also immer ein Weg, bis die Einzelnen ankommen und die Gruppe bereit ist, sich mit dem Thema zu beschäftigen.

3.2 ANFÄNGE IN FORTLAUFENDEN GRUPPEN UND PROJEKTGRUPPEN

Im folgenden Abschnitt beschäftigen wir uns mit Anfängen in Gruppen, die sich regelmäßig treffen, z.B. Frauenkreise oder Vorbereitungsgruppen für den Weltgebetstag.

3.2.1 Immer wieder gemeinsam (neu) anfangen

Sie gehören zur Gruppe eines Frauenkreises, einer Weltgebetstags-Vorbereitungsgruppe oder einer anderen Projektgruppe. Sie kennen sich schon untereinander. Sie sind grundsätzlich offen für Neue und werben auch dafür. Denn Sie merken, so wie bisher wird es nicht „ewig“ weitergehen. Für Sie war diese Gruppe so wertvoll und diese Erfahrung würden Sie gerne auch anderen Frauen ermöglichen. Vielleicht kommt eine neue Frau in Ihren Kreis. Vielleicht sprechen Sie darüber, ob und wie Sie sich als Gruppe anderen gegenüber öffnen möchten. Vielleicht ist die neue Teilnehmerin auch ganz anders, als Sie sie eingeschätzt haben. Und plötzlich befinden Sie sich in Gesprächen über Dinge, die längst erledigt zu sein schienen, wer welchen Platz in der Gruppe hat, auf welche Bedürfnisse Rücksicht genommen wird und ähnliches.

Sie freuen sich vielleicht auf die Treffen des nächsten Weltgebetstags-Vorbereitungskreises, weil es im vergangenen Jahr so viel Spaß gemacht hat, mitzuarbeiten. Sie waren ein richtig gutes Team. In diesem Jahr sind nun zwei neue Frauen dazugekommen und irgendwie haben Sie das Gefühl, wieder ganz von vorne anfangen zu müssen.

Es gibt Diskussionen, wie viele Treffen notwendig sind, ob die Uhrzeit passt, ob die Texte so lang sein müssen usw.

Bitte ergänzen Sie hier Typisches für Ihre konkrete Situation:

3.2.2 Den Anfang in der Balance zwischen Sicherheit und Unsicherheit gestalten

Dass Anfänge für Veranstaltungen und Gruppen wichtig sind, haben wir in den vergangenen Abschnitten gesehen. Anfänge finden jedoch nicht nur am Anfang statt, sondern auch immer wieder in derselben Gruppe:

Durch neue oder ausscheidende Teilnehmerinnen, durch verschiedene Referentinnen und Themen, durch das Älter-Werden der Teilnehmerinnen, durch räumliche Veränderungen. Diese Situationen neuer Anfänge können Unruhe in die Gruppe bringen, weil sie Veränderung bedeuten. Veränderungen erzeugen verschiedenen Stimmungen zwischen Unsicherheit und Sicherheit.

Wie können Sie als Verantwortliche damit umgehen?

Wie können Sie Ihre Eindrücke von der Gruppe sortieren und einordnen?

Sobald sich etwas in der Gruppe verändert, werden wie von selbst bestehende Übereinkünfte auf ihre Gültigkeit hin geprüft und es geht erneut um Einordnung, Abgrenzung und um Klärung von Interessen und Schutz von Bedürfnissen. Hilfreich zum besseren Verständnis und zur Einordnung einer solchen Situation ist das Modell der Gruppenphasen des amerikanischen Psychologen Bruce Tuckman¹⁶:

Tuckman zeigt in seinem Modell auf, dass es (mehr oder weniger) immer dieselben Phasen sind, die Gruppen durchlaufen, wenn sie sich zusammenfinden. In jeder Phase stehen unterschiedliche Aspekte bzw. Herausforderungen im Vordergrund. Im Blick auf den Anfang ist wichtig, dass es erst einmal darum geht, dass die einzelnen Teilnehmerinnen sich auf bestimmte Regeln einigen, die für diese Gruppe gelten sollen. Das kann auch zu Konflikten führen, die erst einmal bearbeitet bzw. überwunden werden müssen, bevor die Gruppe zu einer effektiven und für alle Beteiligten angenehme Arbeitsatmosphäre findet.

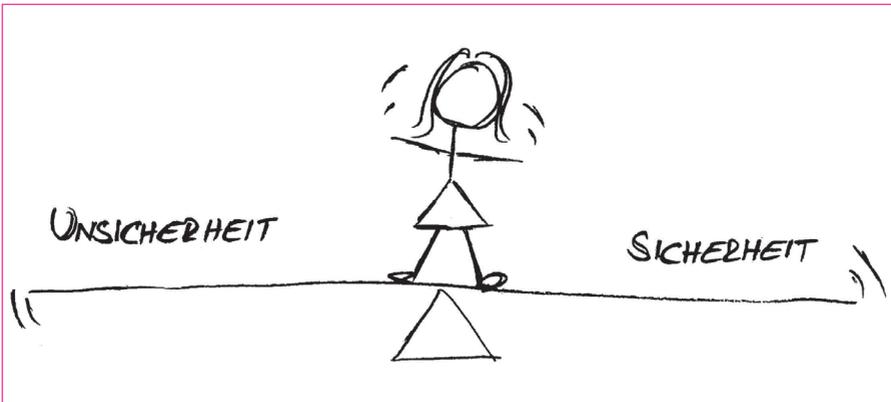
¹⁶Tuckman hat dieses Modell in den 70er Jahren zur Wahrnehmung der Dynamik in kleineren Gruppen und Teams entwickelt. Vgl. dazu Eberhard Stahl, Dynamik in Gruppen. Handbuch der Gruppenleitung, Weinheim 2002, S. 49 – 208.

Die Gruppenverantwortliche hat hierbei die besondere Verantwortung, diesen Prozess des Anfangens zu gestalten und immer wieder für sich und die Gruppe die Balance zwischen Unsicherheit und Sicherheit, Schutz und Herausforderung zu finden.

Das bedeutet konkret für eine Anfangsphase, den Frauen so viel Sicherheit wie nötig und so viel Anregung als möglich zu bieten.

Zur Reflexion: Was glauben Sie spontan, was Ihre Frauen mehr brauchen - mehr Sicherheit oder mehr Anregung?

Wenn es Ihnen schwerfällt, eine Antwort darauf zu finden, können Sie sich mit einer Teilnehmerin Ihrer Gruppe dazu austauschen oder einfach die Gruppe selbst fragen.



4. KONKRETE METHODEN FÜR DEN ANFANG

Aufstellungen

Für Einzelveranstaltungen und andere neue Gruppen

Idee

Teilnehmerinnen auf spielerische Weise miteinander in Kontakt bringen und dabei erste Infos über die Gruppe bekommen. Die Gruppe formiert sich nach bestimmten Kriterien immer wieder neu im Raum.

Vorbereitung

Kriterien überlegen und Fragen an die Teilnehmerinnen vorbereiten. Um im Raum agieren zu können werden die Teilnehmerinnen gebeten, aufzustehen und Stühle und Tische an den Rand zu schieben, um eine freie Fläche zu bekommen.

Ablauf und Möglichkeiten der Aufstellungen

- **Landkarte.** Die Teilnehmerinnen stellen sich vor, der Raum sei eine Landkarte von Deutschland. Die eine Seite des Raumes ist der Norden, hier liegt Flensburg, auf der anderen Seite liegt Garmisch-Patenkirchen als südliche Markierung. Die Teilnehmerinnen stellen sich an ihren Geburtsort/Wohnort/Ort ihrer Kirchengemeinde, nennen ihren Namen und den Ort, an dem sie stehen.
- **Linie.** Die Teilnehmerinnen stellen sich in einer Linie/Reihe auf und ordnen sich dabei nach der Dauer der Zugehörigkeit zu einem Frauenkreis, zu einer Kirchengemeinde.
- **Punkt.** Sich zu einem Punkt positionieren:
Ein Punkt im Raum wird markiert. Er steht für das Thema. Die Teilnehmerinnen werden gebeten, sich in einer für sie passenden Entfernung zum Punkt zu stellen. Die Teilnehmerinnen werden eingeladen, das Bild, das sich dadurch abzeichnet, wahrzunehmen und sich eventuell dazu zu äußern, was ihnen dabei auffällt.
- **Ja-Kreis.** Es ergibt sich eine Gruppenbildung durch Fragen wie „Wer kennt in dieser Gruppe jemanden?, Wer arbeitet gerne im Garten? Wer spielt ein Instrument? Wer macht gerne Sport?“ Alle, die eine Frage mit „ja“ beantworten können, machen einen Schritt in die Mitte oder stellen sich auf ein „Ja“ Feld.

Gruppengröße

Eignet sich besonders für Gruppen mit mehr als 10 Teilnehmerinnen

Dauer/Zeitaufwand

Je nach Größe der Gruppe und Anzahl der Kriterien 15 bis 30 Minuten

Aufstellungen

Bereits bestehende Gruppen

Idee

Die Methode bietet der Gruppe eine Fülle von Informationen über die Teilnehmerinnen und die Geschichte der Gruppe. Unterstützt die Einnahme von neuen Perspektiven. Bringt Bewegung in die Gruppe und kann neue Entwicklungen in bekannten Gruppen unterstützen, durch die Wahrnehmung von Kontinuität und Veränderung im Laufe der Zeit.

Vorbereitung

Schaffen Sie eine freie Fläche im Raum.

Wenn Sie daraus eine längere Einheit von 1,5 bis 2 Stunden machen wollen, ist es zu empfehlen, sich mit Stühlen zu positionieren.

Ablauf

Die Teilnehmerinnen stellen sich eine Baumscheibe vor, auf deren Fläche die einzelnen Jahresringe sichtbar sind.

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, sich nach dem Zeitpunkt des Einstiegs in diese Gruppe (Weltgebetstag, Arbeitskreis Asyl, Besuchsdienst oder...) zu sortieren und sich hinzusetzen oder hinzustellen und somit die Jahresringe der Gruppe abzubilden. Zentrum ist das Anfangsdatum der Gruppe. Die Teilnehmerinnen bleiben an ihrem Platz stehen bzw. sitzen. Es werden hintereinander Fragen zu den Jahresringen gestellt, in denen Frauen sitzen.

Fragen zu den einzelnen Jahren könnten sein:

Wie sind Sie damals/ heute dazu gestoßen? Wurden Sie gefragt? Was gab es zu dieser Zeit an wichtigen Themen in Ihrer Gruppe? Was war Ihr Interesse? Was kennzeichnet aus Ihrer Sicht diese Gruppe? Was war seit dieser Zeit für Sie die größte Veränderung?

Gruppengröße

Bis 20 Teilnehmerinnen

Dauer/Zeitaufwand

Von 15 Minuten bis 1,5 Stunden

Kugellager

Für den Anfang von Einzelveranstaltungen

Idee

Im informellen Rahmen mit vielen Menschen in überschaubarer Zeit ein Gespräch führen und Sicherheit gewinnen, wer die Teilnehmerinnen sind.

Vorbereitung

- Platz für Innenkreis und Außenkreis mit Stühlen oder für zwei Reihen
- Gesprächsimpulse vorbereiten
- Tonsignal vorbereiten (Klangschale, Handyton)

Ablauf

Es werden zwei Kreise mit sich gegenüberstehenden Paaren gebildet.

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, sich mit ihrem Gegenüber über ein erstes Thema auszutauschen. Zum Beispiel: „Als ich heute Morgen an dieses Seminar dachte ...“ Die Personen im Innenkreis beginnen mit dem Erzählen, nach zwei Minuten kommt ein Tonsignal, danach sind die Personen im Außenkreis dran. Nach weiteren zwei Minuten werden die Teilnehmerinnen gebeten, das Gespräch zu beenden. Der Innenkreis rückt nun einen Stuhl nach rechts weiter, so dass neue Paare entstehen. Dann kommt ein neues Thema und der Außenkreis beginnt.

Weitere mögliche Gesprächsimpulse:

„Eine Schwierigkeit, die ich kürzlich zu meistern hatte ...“

„Ein Thema, das mich gerade sehr beschäftigt ...“

Gruppengröße

Besonders geeignet für Gruppen mit mehr als 10 Teilnehmerinnen

Dauer/Zeitaufwand

20 bis 30 Minuten

Partnerinnen-Interview

Für Anfänge in Gruppen, die länger oder für ein paar Tage intensiver zusammen sind, in denen sich die (meisten) Teilnehmerinnen nicht kennen.

Idee

Zwei Personen erzählen von sich zu drei vorgegebenen Fragen

Vorbereitung

- Je zwei gleichfarbige Bonbons entsprechend der Gruppengröße in einem Beutelchen
- Drei Fragen auf ein großes Blatt Papier für alle sichtbar notieren: Wer bin ich? Was kann ich? Was will ich?

Ablauf

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, sich ein Bonbon aus dem Beutelchen zu nehmen und ihre Partnerin zu finden.

Gemeinsam können sie nun spazieren gehen oder sich irgendwo hinsetzen. Zuerst wird vereinbart, wer das Interview beginnt (=A). A stellt nun der zweiten Frau (= B) nacheinander folgende Fragen und B antwortet auf jede Frage direkt: „Wer bin ich? Was kann ich? Was will ich?“ Insgesamt gibt es dafür 10 Minuten. Danach wechseln die Rollen und B übernimmt das Interview. Die Interviewerin stellt nur diese Fragen und wartet, was ihre Partnerin mitteilen möchte. Das kann auch bedeuten, eine Stille auszuhalten. Nach 20 Minuten trifft sich die Gruppe wieder und die Interviewerinnen stellen ihre Partnerin vor. Anschließend haben die Vorgestellten Gelegenheit, selbst noch zu ergänzen. Die Anleiterin dieser Methode sollte gut auf die Einhaltung der Zeit achten, so dass alle gehört werden können.

Gruppengröße

Höchstens 16 Frauen

Dauer/Zeitaufwand

20 Minuten Interview, Vorstellung in der Gruppe 50 bis 60 Minuten, pro Teilnehmerin 3 Minuten Vorstellung

Ich könnte Dir erzählen ...

Für Gruppen, die sich mehrmals in größeren Abständen treffen

Idee

Anknüpfen an Erlebnisse in der Zwischenzeit und wieder Ankommen. Fokussierung auf die Erzählung einer Begebenheit, für die sich im Moment die meisten Frauen interessieren.

Vorbereitung

Ausreichend Platz für Kleingruppengespräche schaffen

Ablauf

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, sich in Kleingruppen zu Dritt oder Viert aufzuteilen. Nacheinander darf jede in der Kleingruppe drei Begebenheiten nennen, zu denen sie etwas erzählen könnte:

„Ich könnte Euch vom Besuch meiner Mutter erzählen ...“

„Ich könnte Euch von dem Hund in meinem Büro erzählen ...“

„Ich könnte Euch von einer Begegnung im Zug erzählen ...“

Wenn alle dran waren, einigen sich die Teilnehmerinnen in der Kleingruppe, welche Geschichte sie jeweils jetzt gerne hören wollen. Jede Frau erzählt dann die eine gewünschte Geschichte in ihrer Kleingruppe.

Gruppengröße

Beliebig

Dauer/Zeitaufwand

20 Minuten

Vier-Ecken

Für Einzelveranstaltungen

Idee

Großgruppe in Kleingruppen aufteilen und über ein vorgegebenes Thema locker in Kontakt kommen

Vorbereitung

- Papiere oder Materialien für 4 verschiedene Ecken (z.B. je eine andere Farbe für eine Ecke) vorbereiten und aufhängen
- Signalton für den Wechsel
- Gesprächsimpulse vorbereiten

Ablauf

In den Ecken können verschiedene Aussagen zum Thema hängen: entweder ein Sprichwort oder ein Gedicht, ein Liedtext oder ein Bild. Alternativ können auch vier verschiedene Gedichte an den Ecken hängen oder verschiedene Materialien auf Tischen ausgelegt werden. Die Teilnehmerinnen werden gebeten, sich die Galerie anzuschauen und sich dann auf die vier Ecken zu verteilen. Dort liegen jeweils Gesprächsimpulse bereit, die eine der Teilnehmerinnen aufdecken kann. Die Teilnehmerinnen sprechen darüber. Die Anleiterin gibt ein klares Signal zum Wechsel und informiert die Gesamtgruppe zu Beginn darüber, wieviel Zeit sie in der Kleingruppe an den verschiedenen Ecken hat. Die Gruppen wechseln bei jedem neuen Signal.

Gruppengröße

Ab 12 Personen

Dauer/Zeitaufwand

20 bis 30 Minuten

Musik

Vor Beginn von Einzelveranstaltungen oder als thematischer Einstieg für fortlaufende Gruppen

Idee

Eine einladende Atmosphäre und einen schützenden Rahmen schaffen, der informelle Gespräche leichter macht.

Vorbereitung

- Musikanlage, CDs
- Auswahl einer der Zielgruppe entsprechenden Musik zum Wohlfühlen

Ablauf

Musiklautstärke einstellen und Musik laufen lassen, Teilnehmerinnen können sich unterhalten.

Variante: Wenn es zum Thema passt, für bestimmte Zielgruppen Tanzmusik auswählen, zu denen Standardtänze möglich sind, zum Beispiel Walzer, Tango, Rock 'n Roll. Zwei Frauen beginnen und laden durch ihr eigenes Tun andere ein, mitzutanzten.

Gruppengröße

Beliebig

Dauer/Zeitaufwand

10 Minuten

Musik

Einzelveranstaltungen

Idee

Über einfache Bewegungen und Begrüßung mit verschiedenen Körperteilen in Kontakt kommen

Vorbereitung

Musikanlage, CD mit guter Laune-Musik

Ablauf

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, sich zur Musik im Raum zu bewegen und sich mit verschiedenen Körperteilen zu begrüßen: Alle begrüßen sich mit dem rechten Ellbogen, dem linken kleinen Finger, der rechten Verse, der linken Rückhand, dem rechten Knie usw.

Gruppengröße

Beliebig

Dauer/Zeitaufwand

7 Minuten

Namensspiele

Für Einzelveranstaltungen

Idee

Konzentration, in Kontakt mit sich selbst kommen und aus dieser Konzentration sich mit anderen austauschen, Namen kennenlernen.

Vorbereitung

Papier und Stifte für alle Teilnehmerinnen

Ablauf

Jede bekommt ein Blatt Papier und Stifte.

Die Teilnehmerinnen werden eingeladen, einzelne Buchstaben ihres Namens auf ein Blatt Papier schreiben und mit jedem Buchstaben ein Wort zu bilden, das ihnen zum Thema der Veranstaltung einfällt.

Beispiel: Das Thema ist „Fair handeln“. Die Frau, die dazu ihre Einfälle aufschreibt, heißt Petra. Die Notiz könnte so aussehen:

P – politisches Bewusstsein

E – Eigeninteresse

T – Teilen

R – Resteverwertung

A – Aufmerksamkeit

Dafür haben die Teilnehmerinnen zwei bis drei Minuten Zeit. Danach sollen sie sich in Dreier-Gruppen zusammenfinden und sich gegenseitig mit Namen und Ideen vorstellen.

Gruppengröße

Beliebig

Dauer/Zeitaufwand

15 bis 20 Minuten

Ariella Pavoni, Referentin für Offene Frauenarbeit, EFW

5. PRAXISEXKURS: AUF AUGENHÖHE. CLOWNESKES EXPERIMENT ZUM ANFANG EINER ARBEIT MIT GEFLÜCHTETEN FRAUEN

Im folgenden Kapitel wenden wir uns der Frage zu, wie wir die besondere Situation gestalten können, wenn wir mit geflüchteten Frauen etwas beginnen und anfangen möchten.

Ines Fischer, Asylpfarrerin in Reutlingen, hat mit der Methode der Clownerie sehr gute Erfahrungen gemacht, die sie folgendermaßen beschreibt:

„Das Ziel im Kontakt mit den geflüchteten Frauen ist es, ihnen auf Augenhöhe zu begegnen. Es ist nicht die leichteste Übung, in diesen Unterschiedlichkeiten auf Augenhöhe zusammenzukommen und etwas miteinander anzufangen. Die Clownerie hat mir dabei neue Wege eröffnet.“

5.1 WIE KANN BEGEGNUNG AUF AUGENHÖHE ÜBERHAUPT ANFANGEN?

Im Folgenden werden verschiedene Aspekte benannt, die eine Begegnung auf Augenhöhe zwischen einheimischen Frauen und geflüchteten Frauen behindern bzw. befördern können.

Was Augenhöhe verhindert:

- Wenn wir die anderen einseitig wahrnehmen;
- wenn wir die Sprache nicht sprechen bzw. verstehen;
- wenn wir die geflüchteten Frauen nur als Opfer wahrnehmen;
- wenn in den Beziehungen ein Machtgefälle besteht;
- wenn Unterschiede nur im Anderssein der andern gesehen werden und eigene Fremdheitsgefühle nicht zugelassen werden;
- wenn man meint, alles zu wissen oder besser zu wissen;
- wenn man die Unterschiede ausblendet, um Kontakt und Nähe herzustellen.

Was Augenhöhe herstellt:

- Wenn sich Frauen in ihrer Unterschiedlichkeit wahrnehmen: als diejenigen, die einen langen Weg hinter sich haben, der von Flucht erzählt und von einer anderen Lebenswelt, die Heimat gewesen ist.
- Wenn wir über das Erzählen von Unterschieden auch Gemeinsamkeiten entdecken: zum Beispiel im Scheitern und in dieser Gemeinsamkeit wiederum unterschiedliche Erfahrungen zulassen. Denn Scheitern ist möglich an sich selbst, an den anderen oder an lebenszerstörenden Rahmenbedingungen.
- Wenn wir uns Zeit lassen zum Kennenlernen und Unsicherheiten aushalten.

- Wenn wir als Einheimische realisieren, dass auch wir aus unterschiedlichen "Welten" kommen und wenn wir zulassen, dass dies auch bei uns Fremdheitsgefühle auslöst.
- Wenn es uns gelingt, für eine Weile eine Ausgangssituation zu schaffen, die für beide neu ist.

5.2 ERFAHRUNGEN AUS EINEM CLOWNSWORKSHOP MIT FLÜCHTLINGSFRAUEN UND EHRENAMTLICHEN

Im Folgenden beschreibt Ines Fischer, welche Erfahrungen sie im Rahmen eines Clownsworkshops mit geflüchteten Frauen und Ehrenamtlichen gemacht hat und wie hilfreich insbesondere die Clownsarbeit dabei für sie war.

„Alle Frauen sind auf einmal gleich. Alle sind Clowninnen. Alle tragen schräge und schiefe Kleider, nichts sitzt und passt wirklich, bunte Hüte oder lustige Utensilien prägen das Gesamtbild. Und alle bewegen sich auf ihre Art und Weise. Alles zählt. Nichts ist besser oder schlechter. Alles darf schiefgehen. Menschen, die sich verkleiden, sind insgesamt komisch anzuschauen. Auf einmal können wir uns so verhalten, wie wir das sonst nie tun würden. Lauthals lachen oder ganz leise. Komische Gesichter schneiden und uns in Posen begeben, die wir sonst nie einnehmen würden. Das verbindet. Mehr als wir denken! Wir haben alle eine rote Nase auf. Das vereint uns. Diese rote Nase sieht bei der Frau aus Eritrea ganz anders aus als bei der Ehrenamtlichen von der Alb. Das ist zum Schmunzeln und manchmal zum Schreien. Es bringt uns auf gleiche Augenhöhe. Wir sprechen die Fantasiensprache des Gromolo, die Clowninnensprache. Jede spricht, wie sie will, keine versteht die andere und doch verstehen wir uns auf diesem Weg auf einmal besser als vorher. Weil keine die Herrin über die Sprache der anderen ist. Weil keine der anderen etwas beibringen will. Weil auch wir als deutsche Frauen uns auf einmal nicht mehr sofort verstehen, sondern eine neue Sprache miteinander suchen müssen. Die der Gesten, der großen Augen, der Töne, der Bewegungen. Und in diesem Beisammensein wird etwas neu. Wir spielen ganz kleine Szenen miteinander, in denen alle wichtig sind und dazu gehören. Wir entdecken ganz neue Seiten an der anderen, die wir ihr niemals zugetraut hätten. Und das schafft neue Anfänge.“

Ideen zur Weiterarbeit

Vielleicht hat Ihnen diese Erfahrung Lust gemacht, selbst mit theaterpädagogischen und clownesken Elementen mit geflüchteten Frauen zu arbeiten.

Wenn Sie Interesse an der Durchführung eines Workshops haben, nehmen Sie bitte mit der EFW-Landesstelle Kontakt auf: ariella.pavoni@elk-wue.de, Telefon 0711 229363-213. Sie ist Ihnen bei der Klärung der Rahmenbedingungen und der Vermittlung gerne behilflich.

Ines Fischer, Pfarrerin und Clownin, Reutlingen und Ariella Pavoni, Referentin für offene Frauenarbeit, EFW

6. WEITERFÜHRENDE LITERATUR

Literatur zu Teil 1 und 2

ahzw- Arbeitshilfe zum Weitergeben:

Nr. 4 Oktober 2016 (zur Jahreslosung 2017): Neues Herz neuer Geist;

Nr. 2 April 2017: Flucht und Ankommen;

beide Arbeitshilfen sind zu beziehen über: Evangelische Frauen in Deutschland, Berliner Allee 9-11, 30175 Hannover, Telefon: 0511/89768-0, ahzw@evangelisches-zentrum.de. Diese Ausgaben der ahzw sind zur Einsicht in der Geschäftsstelle der EFW vorhanden.

Alles hat seine Zeit. Gedanken, Gebete, Impulse von Frau zu Frau, St. Benno-Verlag, Leipzig.

Klara Butting (Hg.), „Wenn wir zusammen gehen...“. Lesebuch Frauenspiritualität, Freiburg im Breisgau 2015. Darin gibt es zwei Abschnitte mit Gedichten, Texten usw. zum Thema „Aufbrechen“.

Immer ist Anfang. Von der Faszination des Neubeginns, Publik-Forum (Sonderheft) Extra Thema, Januar 2013.

Kompodium Feministische Bibelauslegung, hg. von Luise Schottroff und Marie-Theres Wacker, Gütersloh 1998.

Dorothee Sölle, Gottes starke Töchter. Große Frauen der Bibel, Ostfildern-Ruit 2003.

Von Zeit zu Zeit – Weltgebetstagsimpulse:

Leporello mit Bibelversen, die einen Bezug zum aktuellen Weltgebetstagsthema herstellen. Für jeden Monat gibt es einen solchen Bibelvers, der mit einer knappen Auslegung, einem Gebet und einem Liedvers zu einer kurzen Andacht einlädt.

Zu beziehen über: Evangelische Frauen in Baden, Postfach 229, 76010 Karlsruhe, Telefon 0721 9175-323, frauen@ekiba.de

Literatur zu Teil 3 und 4

Monika Calnins/Doris Röschmann, Icebreaker. Wege bahnen für Lernprozesse. Ein Logbuch für Trainer*innen, Hamburg 2000.

Manfred Gührs/Claus Novak, Sicher navigieren in interaktionellen Lernprozessen, Meezen 2011.

Eva Renate Schmidt/Hans-Georg Berg, Beraten mit Kontakt. Handbuch für Gemeinde- und Organisationsberatung, Weinheim 1998.

7. DOWNLOAD UND BESTELLUNG DER MATERIALIEN FÜR DIE PRAXIS

Die Materialien für die Praxis „Anfangen“ können Sie in begrenzter Anzahl über EFW beziehen oder auf www.frauen-efw.de herunterladen.

IMPRESSUM

Evangelische Frauen in Württemberg

Büchsenstraße 37, 70174 Stuttgart

Telefon 0711 229363-220

efw@elk-wue.de

www.frauen-efw.de

Verantwortlich: Dina Maria Dierssen, Geschäftsführerin

Redaktion: Eva-Maria Bachteler, Dina Maria Dierssen, Ariella Pavoni,

Sonja Steinmaier-Berner

Mitarbeit: Anke Rüdinger, Ines Fischer

Design: Weiser Design Stuttgart

Satz und Layout: Christian Werner

Druck: Steinkopf Stuttgart

Gedruckt auf 100 Prozent Recycling-Papier, Juni 2017

DENK MAL

Anfangen
sich befreien
etwas anders machen
das Chaos gestalten
einen Traum ins Leben bringen
neues Leben ermöglichen
einer Vision nachgehen
ins Offene gehen
ins Unbekannte
ein Wagnis eingehen:
beängstigend, verunsichernd, inspirierend
mitreden
mitbestimmen
die Zukunft
aktiv werden
sich nicht mit dem begnügen, was ist:
(faule Kompromisse, Lüge, Unrecht,
Verachtung, Respektlosigkeit, Egoismus,
Krieg, Hetze,...)

sich wehren
einen Standpunkt beziehen
Anstoß sein
Anstoß geben
ausprobieren
lernen
Fehler machen und aus ihnen lernen
verbessern
noch mal versuchen
mit ins Boot nehmen
bewirken
erfahren:
Vertrauen, Entwicklung, Gemeinschaft,
Miteinander, Diskussion, Demokratie,
Kräftigung
anfangen
Anfänger/in werden!

Anke Rüdinger



EVANGELISCHE LANDESKIRCHE
IN WÜRTEMBERG