

Info- & Material-Box

-  2,5 Stunden
-  Videotutorial
-  PPT *Entscheide dich, ...*
-  Namensaufkleber und Stifte
-  PDF *Aufstellungsspiele*
-  PDF *Gesprächsleitfaden*

www.firm4life.de/E1-S5

Präsentation 3: Entscheide dich, glücklich zu sein!

Dieses Handout bietet dir kurze Textimpulse zu den Folien der Präsentation *Entscheide dich, glücklich zu sein*. Sie dienen zur Orientierung und sind aus der Perspektive des Redenden verfasst. Pass sie gern deinem eigenen Stil und deinen Bedürfnissen an. Wie diese Präsentation eingesetzt werden kann, erklärt unser Videotutorial *Entscheide dich, glücklich zu sein*. Für die Kleingruppengespräche stehen *Gesprächsleitfäden* für die moderierende Jugendlichen zur Verfügung.



Folie 1

Du hast dich mit dem Logbuch beschäftigt und hast eine ganze Reihe an Fragen für dich beantwortet. In diesem Modul geht es darum, miteinander über diese Themen ins Gespräch zu kommen. Wir werden jetzt gute zwei Stunden zusammen sein.



Folie 2

Es geht heute ganz allein um dich und dein Leben. Unsere gemeinsame Zeit ist eine Chance für dich, über deine persönliche Zukunft nachzudenken und in Austausch zu kommen. Es geht nicht um Leistung oder Schule und es gibt keine Noten.



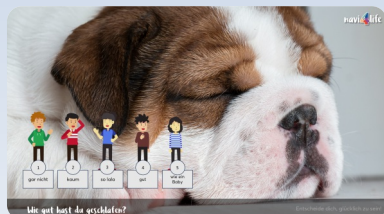
Folie 3

Damit wir einander anreden können, ist es gut, dass wir uns Namensschilder anfertigen. (Teile die Namensaufkleber und Stifte aus.)



Folie 4

Die Aufstellungsspiele kennt ihr ja schon aus der ersten Präsentation. Es geht wieder darum, dass jeder von euch eine persönliche Antwort findet und sich auf einer Skala von 1-5 positioniert.



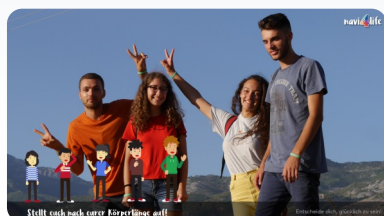
Folie 5

Nun zur ersten Frage: „Wie gut hast du geschlafen?“ Findet eure Position zwischen „gar nicht“ bis „wie ein Baby“. Ich werde einige von euch dann um eine Begründung für ihre Position bitten.



Folie 6

Wir werfen einen Blick aufs Wochenende. Wann stehst du am Wochenende gewöhnlich auf? Auch da wird's wieder ganz bunt und vielfältig. Ich bin auf eure Begründungen gespannt.



Folie 7

Nun braucht's einen guten Blick und viel Kommunikation: Stellt euch nach eurer Körpergröße auf!



Folie 8

Und noch eine weitere Frage: Was machst du mittwochs gegen 17 Uhr? – Dazu braucht ihr keine Position einzunehmen. Ich werde einige von euch befragen.



Folie 9

Eine letzte Frage: Was war das Highlight deiner letzten Tage?



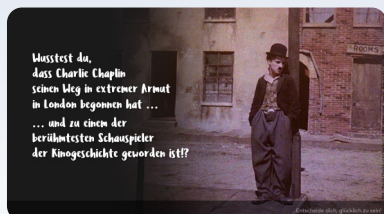
Folie 10

Wir machen sitzend weiter. Nehmt wieder Platz auf euren Stühlen.



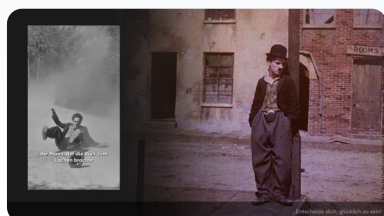
Folie 11

In den *Aufstellungsspielen* ist deutlich geworden, wie verschieden die Settings und Alltage sind, in denen ihr euch bewegt. Die Startbedingungen, mit denen jede/r ins Leben aufbricht, sind sehr verschieden.



Folie 12

Wem von euch sagt der Name *Charlie Chaplin* noch etwas? – Wusstet ihr, dass er seinen Weg in extremer Armut in London begonnen hat? Er ist zu einem der berühmtesten Schauspieler der Filmgeschichte geworden. Damit zeigt er uns, dass die Startbedingungen ins Leben nicht alles sind. Es kommt darauf an, was du aus ihnen machst.



Folie 13

Die schweren Startbedingungen haben Charlie Chaplin stark werden und ihn manche Lebensweisheit entdecken lassen. Davon erzählt ein kurzes Video ...



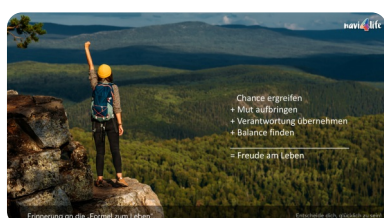
Folie 14

Apropos Startbedingungen. Ich (wir als Team) erzähle von meinem Start ins Leben ...



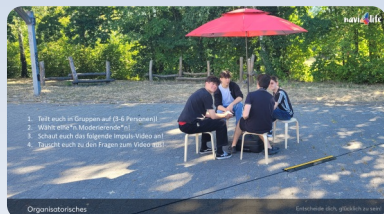
Folie 15

Ihr habt einige Wochen in Einzelarbeit mit dem Logbuch gearbeitet. Heute beschäftigen wir uns mit den vier Impulsen des vierten Kapitels „Entscheide dich, glücklich zu sein!“



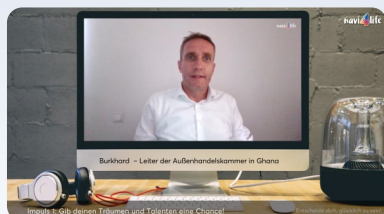
Folie 16

Aber zunächst zur Erinnerung hier noch einmal die Lebensformel, die dem Logbuch zugrunde liegt. Ihr habt entdeckt, dass das Leben viele Chancen bietet, die es mutig zu ergreifen gilt, um so Verantwortung für sich zu übernehmen – immer im Zusammenspiel zwischen dem eigenen Weg und dem, was deine Freunde wählen.



Folie 17

Teilt euch in (eure) Kleingruppen auf. Wir schauen jetzt ein Impuls-Video an. Tauscht euch in euren Kleingruppen – mit Hilfe eines Gesprächs-Leitfadens – zu den Fragen aus! Der/die Moderierende leitet das Gespräch.



Folie 18

Hier kommt der **erste Impuls**: „Gib deinen Träumen und Talenten eine Chance.“ Burkhard erzählt von seinem Aufbruch ins Leben. Wir schauen den Film gemeinsam an und dann kommt ihr in den Kleingruppen darüber in Austausch (Teile den Gesprächsleitfaden an die Moderierenden aus.).



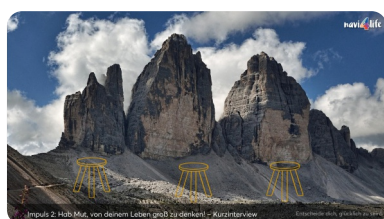
Folie 19

Tauscht euch zu den Fragen aus. Je mutiger ihr seid, voneinander zu erzählen, desto bereichernder wird das Zusammensein in eurer Kleingruppe.



Folie 20

Unser **zweiter Impuls**: „Hab Mut von deinem Leben groß zu denken!“ Das ist oft schwer, denn wir haben immer „Scheren“ im Kopf: „Das geht nicht, weil ...“ oder „Das schaffe ich nicht, weil ...“ Dessen gilt es sich erstmal bewusst zu werden, dass wir uns oft selbst im Wege stehen.



Folie 21

Im Hintergrund seht ihr die „Drei Zinnen“, eine majestätische Berggruppe in den Dolomiten. Sie machen Mut, vom Leben groß zu denken. Ich brauche jetzt drei Freiwillige (Stelle drei Stühle auf.) und mache mit euch ein Kurzinterview dazu, was euch für eure Lebensplanung ermutigt und entmutigt.



Folie 22

Amelie ist eine berühmte Orgelspielerin, die sich auf einen unkonventionellen Weg gewagt hat, um ihren Traum zu verwirklichen und zu leben. Begonnen hat sie ihre musikalische Karriere mit einer Geige, um dann festzustellen, dass ihr Herz für ein anderes Instrument „brennt“.



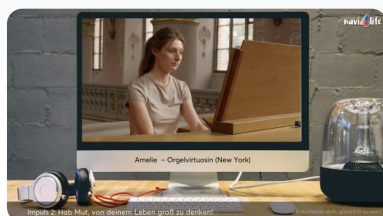
Folie 23

Das Wort eines Dirigenten war für Amelies Weg ermutigend. Sie hat es sich in ihren Geigenkasten geklebt: „Wenn Gott einem Talent geschenkt hat, muss man sich mit harter Arbeit dafür bedanken.“



Folie 24

Amelie erzählt von ihrer Geschichte und macht Mut, dem eigenen Weg zu trauen.



Folie 25

Hier ein kurzer Eindruck ihres musikalischen Könnens.



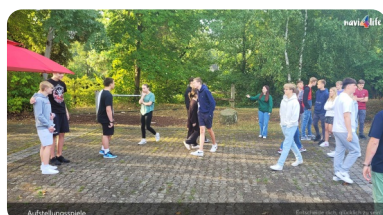
Folie 26

Eigene Erfahrungen sind das Kostbarste, das wir miteinander teilen können. Ich möchte / wir möchten jetzt ein paar persönliche Erfahrungen meines/unseres Lebensweges mit euch teilen.
(Das Team erzählt eigene Erfahrungen zu den oben genannten Themen.)



Folie 27

Gönnt euch jetzt eine Pause!



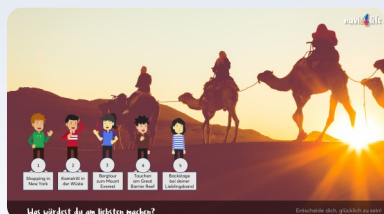
Folie 28

Wir starten erneut mit ein paar Aufstellungsfragen.



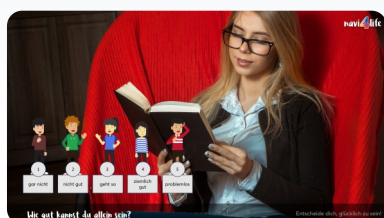
Folie 29

Bist du jemand, der sich bei ganz wenig Gewissheit entscheiden kann, oder brauchst du eher eine hohe Portion Gewissheit, bevor du sagst: „Ich mach das jetzt!“ Finde deine Position. Ich werde einzelne erneut bitten, ihre Position zu begründen.



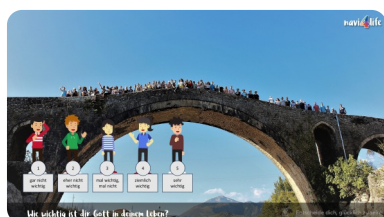
Folie 30

Und jetzt dürft ihr träumen. „Was würdest du am liebsten mal machen?“ - ist die Frage. Findet auch da euren Ort und begründet, warum es euch dorthin gedrängt hat?



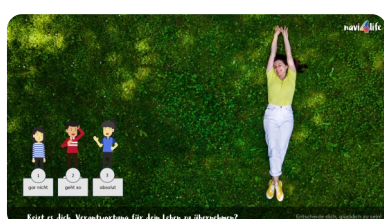
Folie 31

Allein sein, ist für einige ganz einfach, sie suchen sogar das Alleinsein. Andere meiden es und fliehen davor. Wie geht's dir damit? „Wie gut kannst du allein sein?“ Positioniert euch erneut.



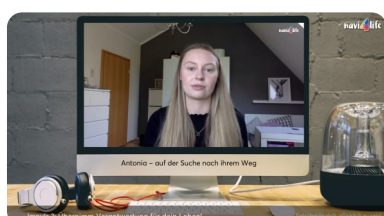
Folie 32

(Entscheide selbst, ob diese Folie für deine Gruppe passend ist.) Es gibt so viele Vorstellungen von Gott, wie es Menschen gibt. Welche Wichtigkeit Gott für den einzelnen Menschen hat, ist auch verschieden. Wie bedeutsam ist Gott in deiner jetzigen Lebensphase für dich? Finde deine Position.



Folie 33

Kleine Kinder wollen immer gern groß sein. Irgendwann entdecken wir dann als Menschen, dass das Erwachsen-Werden auch mit viel Verantwortung zu tun hat, die es – mit allen Konsequenzen - zu tragen gilt. „Reizt es dich, Verantwortung zu übernehmen?“ Positioniert euch erneut!



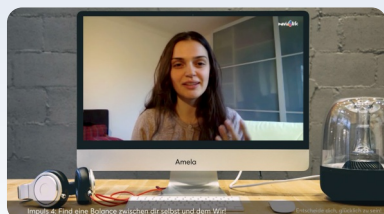
Folie 34

Und damit sind wir schon beim **dritten Impuls**: „Übernimm Verantwortung für dein Leben!“ Antonia erzählt, wie sie ihren Berufswunsch entdeckt und sich für ihn entschieden hat. Wir schauen das Video gemeinsam an.



Folie 35

Und jetzt brauche ich wieder drei Freiwillige, die auf drei Fragen zum Video zu antworten bereit sind (Stelle drei Stühle auf.).



Folie 36

Jede/r muss den eigenen Weg finden und gehen. Das ist eine Binsenweisheit, ist aber oft gar nicht so einfach. Denn das bedeutet ja, etwas anderes zu machen als die besten Freunde. Darum geht's im **vierten Impuls**: „Find eine Balance zwischen dir selbst und dem Wir!“ Amela erzählt.



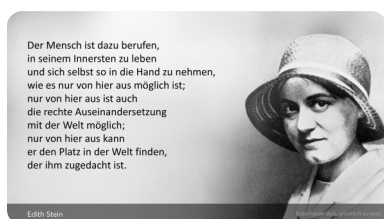
Folie 37

Jetzt eine Frage an euch: Wie spürst du, ob etwas „stimmig“ für dich ist oder für dich „passt“? Tauscht euch dazu mit euren Nachbar*innen in kleinen „Murrelgruppen“ zu zweit oder dritt aus.



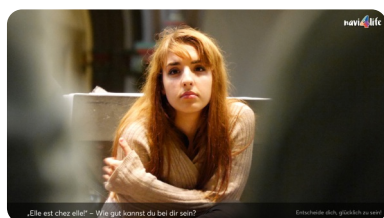
Folie 38

Damit haben wir die vier Impulse vertieft und festgestellt, dass es immer wieder um persönliche Entscheidungen geht. Sich zu entscheiden, ist aber gar nicht leicht. Denn es gilt, „ja“ zu etwas zu sagen – und zugleich damit auch „nein“ zu vielem anderen. Amela erzählt, wie sie spürt, ob eine Entscheidung für sie richtig ist.



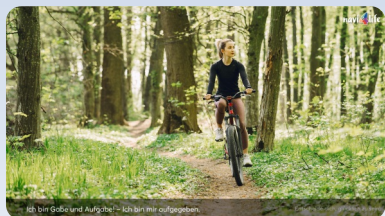
Folie 39

Auch Edith Stein, eine christliche Ordensschwester mit jüdischen Wurzeln, die in Auschwitz ermordet wurde, musste zeitlebens viele bedeutsame Entscheidungen treffen. Dabei war es ihr wichtig, immer auf „Tuchfühlung“ mit ihrem Herzen zu sein. Sie hat uns diese Gedanken hinterlassen ...



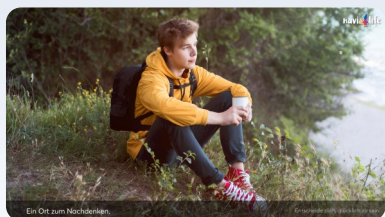
Folie 40

Im Französischen bedeutet „zu Hause zu sein“ auch, „bei sich selbst zu sein“ – elle est chez elle. Im Stress des Alltags ist es oft gar nicht leicht, mit dem eigenen Herzen in Verbindung zu bleiben. Wir werden häufig „außengesteuert“, statt uns selbst zu leiten.



Folie 41

Jeder Mensch ist Gabe und Aufgabe zugleich. Es ist oft harte Arbeit, das eigene Leben in die Hand zu nehmen und sich kontinuierlich weiterzuentwickeln. Dafür ist es wichtig, dass du dir immer wieder bewusst Zeit nimmst.



Folie 42

Viele Menschen haben einen Ort, an dem sie zur Ruhe kommen und nachdenken können. Nimm dir bewusst Zeiten und suche Orte, an denen du ganz bei dir sein kannst, um dich deinen Fragen zu stellen.



Folie 43

Ich möchte euch alle ermutigen, zu euch selbst zu stehen. Jeder Mensch ist ein Original und keine Kopie.



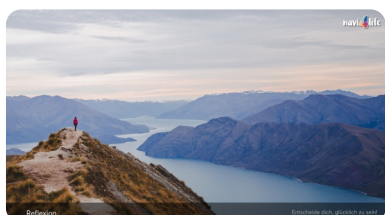
Folie 44

Auch wenn ihr immer wieder Zweifel und Unsicherheiten erlebt. Vertraut darauf: Das Leben meint es gut mit euch!



Folie 45

Und jetzt noch ein kurzer Film, der die Sehnsucht von uns Menschen zutiefst trifft - die Sehnsucht, geliebt zu sein.



Folie 36

Lasst uns in der Gesamtgruppe noch einen kurzen Augenblick auf die gemeinsam geteilte Zeit zurück schauen. Welcher Gedanke, welcher Impuls ist dir ins Herz gefallen? Was nimmst du mit?
(Es folgt ein kurzer Austausch und Abschluss.)