

» Übersicht · Ausgabe 2 | 2017 · Aktuelles Projekt · Impulswoche „Zeit“

Impulswoche „Zeit“

Bei der *Impulswoche „Zeit“* handelte es sich um ein Projekt der [Katholischen Jugendstelle Kaufbeuren](#) am Mariengymnasium und an der Marienrealschule in Kaufbeuren vom 20. bis 24. Oktober 2014. Es ging darum, jeden Tag unter ein eigenes Motto rund um das Thema „Zeit“ zu stellen. Dazu wurde an jedem Tag ein eigener Impuls gegeben. Herzstück dieses Impulses waren Postkarten, die in der großen Pause an die SchülerInnen verteilt wurden. Auf der Vorderseite befand sich ein ansprechendes Motiv und auf der Rückseite war der Impulstext abgedruckt. Die Karten entwickelten zudem einen Sammlerwert für die SchülerInnen.

Das Projekt hatte sich mehrere Ziele gesetzt: ein niederschwelliges Angebot kirchlicher Jugendarbeit zu schaffen, sich an der Lebenswelt der SchülerInnen zu orientieren und so Themen aufzunehmen, die die SchülerInnen beschäftigen. Auch sollte es ein Beispiel „entgegenkommender Pastoral“ sein, einer Pastoral, die an die Orte geht, wo die Jugendlichen sich befinden, um dort Impulse zu setzen, die die Persönlichkeit der Jugendlichen stärken, und neue Wege zu Gott erleichtert.

Um dies zu erreichen, fand in einem Vorbereitungstreffen mit interessierten SchülerInnen vor den Sommerferien zunächst eine grundsätzliche Einigung für das Thema „Zeit“ und die grobe Planung statt. Darüber hinaus gelang es, dass sich auch die *Pfadfinderinnenschaft St. Georg* (PSG) am Projekt beteiligen konnte. Durch die Einbindung der PSG wollten wir dem Jugendverband eine Plattform bieten, um sich zu präsentieren. Zugleich sollte auch für interessierte SchülerInnen ein Angebot aufgezeigt werden, an dem sie nach der Impulswoche weiterhin an der kirchlichen Jugendarbeit teilhaben können. Ebenso konnte sich auch eine andere pfarrliche Jugendgruppe mit ihren Angeboten präsentieren.

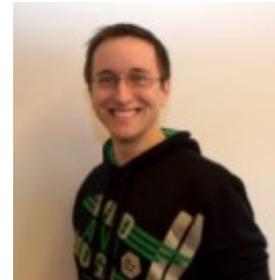


Folgende *Grundstruktur* war angelegt: Zu Beginn der zweiten Schulstunde wurde eine Durchsage mit den Infos zum jeweiligen Tag verlesen. Worum geht's heute, wo sind wir heute zu finden, was ist die „Aktion“. Während der großen Pause wurden dann die Postkarten verteilt. Langatmige Erklärungen gab es nicht, denn die Karten sprechen für sich. Nach Schulschluss waren die Organisatoren an den Ausgängen präsent und verteilten die Karten an SchülerInnen, die in der Pause keine Gelegenheit dazu hatten, uns aufzusuchen.

Die einzelnen Impulstage

Montag: Nimm dir Zeit!

Hier konnten sich die SchülerInnen Zeitkontingente von Abrisszetteln (wie am Schwarzen Brett) runterreißen und sich bewusst für etwas Zeit nehmen. Dies erwies sich als einfacher und guter Einstieg in die Impulswoche.



Christian Lieb ist Jugendreferent der Katholischen Jugendstelle Kaufbeuren.



Nimm dir Zeit

Viele klagen, sie hätten keine Zeit mehr. Sie kommen nicht mehr um die Runden. Hast du denn genügend Zeit?

Eins ist sicher: Wenn du dir keine Zeit nimmst, wirst du nie welche haben!

„Die Zeit vergeht nicht schneller als früher, aber wir laufen eiliger an ihr vorbei!“
(George Orwell).

Jesus nimmt sich Zeit für die Menschen, er geht auf sie zu, hört ihnen zu, nimmt sie ernst, nimmt sie wahr und hilft ihnen in ihrer Not.

Jesus war gerade am See und wurde wedgerufen, um ein krankes Mädchen zu heilen. unterwegs hält ihn eine Frau auf, die ebenfalls Heilung sucht. (Markus 5, 21-43)

Jesus lässt sich seine Tagesplanung durcheinander bringen. Er nimmt sich die Zeit für den Einzelnen.

Lass dich nicht vom Stress beherrschen. Mach dir bewusst, was dir wichtig ist. Entscheide selbstverantwortlich was deine Prioritäten sind.

Nimm dir Zeit für dich und deine Familie, deine Freunde. Bist du aufmerksam gegenüber deinen und ihren Wünschen und Gefühlen?

Nimm dir Zeit für deine Interessen. Investierst du Zeit in deine Hobbys?

Nimm dir Zeit für Ruhe. Kennst du deine Grenzen, wann eine Pause fällig ist?

Nimm dir Zeit für Gott. Kennst du schon die Kraft, die im Glauben steckt?

...

Wofür nimmst du dir nun bewusst Zeit? Und wie viel? Reiß dir eine Zeitspanne vom Papier und notiere dir deinen Gedanken darauf.

Dienstag: Alles im Leben hat seine Zeit

Am Dienstag konnten die SchülerInnen mithilfe der Impulsfragen und Gedanken auf der Postkarte ein mit Seilen ausgelegtes Labyrinth ablaufen.



Alles im Leben hat seine Zeit

„Gott hat uns die Zeit geschenkt, von Eile hat er nichts gesagt!“

Darum lebe im hier und jetzt, nimm die Momente bewusst wahr und lass dich darauf ein.

Schul-, Arbeits- und Freizeitstress können einen runterziehen. Mach dir einen groben Plan um dir DEINE Zeit einzuteilen. Gönn dir Zeit mit der Familie, mit Freunden und auch für Pausen.



*Alles hat seine Zeit
Zeit zu lachen
Zeit zu weinen
Zeit zu lieben
Zeit zu trauern
und Zeit
Abschied zu nehmen
(Koheler 3)*

Nimm dir einen Moment Zeit und blicke für dich ganz alleine auf deinen Lebensweg zurück. Welche Momente sind dir besonders wichtig? Welche Ereignisse kamen wohlmöglich zur falschen Zeit? Welche Erfahrungen sind bedeutende Wendepunkte in deinem Leben? Gab es Zeiten, in denen du Gott besonders fern oder nah warst?

In der Mitte des Labyrinths brennt eine Kerze. Sie steht für Gott, der uns stets begleitet. Geh in aller Ruhe, ganz langsam, von außen nach innen in dieses Labyrinth und leg beim Gehen auf die Seele, sozusagen am Wegrand, deine Erfahrungen bei Gott ab.

Mittwoch: Zeit für Veränderung

Hier sollten die SchülerInnen auf zwei große Plakatrollen zum einen ihre Zeitfresser und zum anderen ihre lohnenden Zeitmomente malen/schreiben. Dies wurde sehr gerne wahrgenommen.



Zeit für Veränderung

„Sag nicht, du hättest keine Zeit. Du hast genau die gleiche Anzahl an Stunden pro Tag wie Mutter Theresa, Leonardo da Vinci und Albert Einstein...“ (frei übersetzt nach H. Jackson Brown)



Leonardo da Vinci
Foto: Wikipedia.de

Was aber gibt Orientierung bei der Frage nach Sinn?
Jesus sagt: „Ich bin das Licht der Welt“
000. 8.12



Jesus



Mutter Theresa
Foto: Wikipedia.de

Darum verabschiede dich von deinen Zeitfressern, mach dich frei von Zwängen!

Richte deinen Blick auf lohnende Momente und nimm dir Zeit für das, was dir wirklich sinnvoll erscheint.



Albert Einstein
Foto: Wikipedia.de

Das Leben Jesu bringt Licht für die Welt - sein Handeln ist eine Richtschnur für uns, zeigt, wie sich Leben erfüllt!

Bleiben wir beim Lesen der Worte in der Bibel stehen oder strengen wir uns an wirklich danach zu handeln - etwas zu verändern?

Donnerstag: Zeit schenken

Die Impulskarte war in zwei Teile untergliedert. Die Schülerinnen schnitten den zweiten Teil ab und verschenkten einen abgedruckten „Zeitgutschein“.



Zeit schenken

Unsere Zeit ist ein Geschenk. Wir können sie nicht kaufen, wie irgendein Produkt. Zeit ist begrenzt - sie ist kostbar.

Dankbar sind wir für die Zeit, die uns geschenkt wird. Eltern nehmen sich Zeit - ein Leben lang. Aber auch Lehrkräfte, Jugendleiter/innen und Freunde schenken uns ihre Zeit.

Jesus ist von den Toten auferstanden. Durch Jesus schenkt uns Gott ein Leben, das nicht von der einschneidenden Grenze Tod bestimmt ist. Gott schenkt uns das Ewige Leben. (Römer 6, 23)

Wir haben nicht den Druck alles in unsere Lebzeit reinzupacken. Wir müssen nicht unzähligen Events und überhöhten Karrierezielen nachjagen.

Wir haben Zeit fürs Wesentliche - unsere Mitmenschen.

Wir haben Zeit zu lieben, trösten, helfen, spielen, lachen, feiern, zuhören.

Zeitgutschein

Unsere Zeit ist ein Geschenk. Wir können sie nicht kaufen, wie irgendein Produkt. Zeit ist begrenzt - sie ist kostbar.

Du bist kostbar, du bist mir wertvoll. Ich sage dir „Danke“ für ...

**„Weil du in meinen Augen teuer und wertvoll bist und weil ich dich liebe“
(Jesaja 43, 4)**

Darum schenke ich dir Zeit...

Wie viel? _____

Wann? _____

Für was? _____

Freitag: Auszeit

Zum Abschluss waren die SchülerInnen eingeladen, in die Schulkirche zu kommen und sich dort in Ruhe eine Auszeit zu gönnen (nur während der großen Pause). Die Plakate, das Labyrinth und die Impulskarten der Vortage waren dort ebenfalls wieder aufgebaut. Dazu leise Hintergrundmusik mit Liedern mit dem Thema Zeit.



Auszeit - komm zur Ruhe

Eine „Auszeit“, dieser Begriff kommt vom Sport, wenn eine Mannschaft ihre Taktik neu ausrichtet. Aber dieses Wort wird mittlerweile mehr und mehr auch in anderen Bereichen verwendet, etwa die Auszeit vom Job.

Menschen finden in ihrem Alltag keine Ruhe mehr und steigen für eine Weile komplett aus.

Eine Auszeit kann helfen Kraft zu schöpfen, zurück zu blicken oder einen Plan zu entwickeln. Wir brauchen hin und wieder eine Auszeit, um zur Ruhe zu kommen.

***Auch Jesus gönnt sich und seinen Jüngern eine Auszeit.
Der wilde Sturm auf dem See bringt ihm dabei nicht aus der Ruhe und er fragt: „Warum habt ihr solche Angst?“ (Markus 4,35-41)***

Bei all dem Treiben und der Hektik vertrauen wir darauf, dass Gott uns beisteht und begleitet.

Auch wir brauchen keine Angst haben und können uns in Ruhe eine Auszeit gönnen.

Doch wie können wir auch im Alltäglichen zur Ruhe kommen? Vielleicht helfen dir diese Impulse:

Schreib in Stichworten auf, was dich nicht zur Ruhe kommen lässt. So wird dir alles klarer. Sprich mit Gott über diese Stichworte. „Vertraut ihm alle eure Sorgen an, denn er sorgt für euch“ (1.Petr.5,7). Vielleicht ist es aber auch für dich der Weg mit einem guten Freund oder einer Freundin über alles sprechen zu können.

Oder zünde eine Kerze an und betrachte das Licht der Flamme. Dabei kannst du daran denken, wie Jesus Licht in das Dunkel deiner Angst und Sorgen bringen kann. Oder nimm ein heißes Bad und denke dabei daran, dass du bei Jesus so sicher, geborgen und gewärmt sein darfst wie in deiner Badewanne.

Oder du brauchst körperliche Bewegung, damit du Dampf ablassen kannst und deine Seele zur Ruhe kommen kann. Dabei kannst du deine Gedanken zu einem Gebet machen...

Resümee

Unsere Ziele haben wir erreicht. Zu Beginn der Woche haben wir die meisten Schülerinnen direkt angesprochen, ob sie eine Karte möchten, und stießen größtenteils auf Interesse. Obwohl wir auf die direkte Ansprache am Donnerstag mittlerweile quasi gänzlich verzichtet haben, stieg die Zahl der verschickten Impulskarten auf über 1000 Stück an. Die Erwartungen bezüglich der TeilnehmerInnenzahl wurde bei weitem übertroffen (geschätzt: 300–400 TeilnehmerInnen). Auch das Feedback war durchwegs positiv. Das Lehrerkollegium begrüßte die Impulswoche und war sogar teilweise zur Mithilfe bereit. Aber auch die SchülerInnen gaben am letzten Tag ein deutliches Feedback: „Die Karten sind echt alle schön.“ Viele steuerten nun auch gezielt unsere Posten an und sagten: „Oh, die Karte fehlt mir noch“, und ergänzten ihre Sammlung. Die Impulswoche wurde sehr gut angenommen. Die selbstentwickelten Karten waren die Mühe wert und waren sehr gut geeignet, um Impulse zu setzen. Das Konzept und insbesondere die Druckvorlagen stellen wir gerne allen Interessierten zur Verfügung.