Inhaltsverzeichnis

	□ Vorwort	5
	Anregungen zum Einsatz der Materialien	6
ANGST	•••	
	□ Panikmache in den Medien	8
	□ Zukunftskärtchen: Welches Bild habe ich von morgen?	9
	□ Zeiten der Angst	10
	□ Furcht – Angst – Panik – was sind die Unterschiede?	11
	□ Angst und ihre Symptome	12
	□ Jede Zeit kennt ihr Ängste	13
	■ Was macht mir Angst?	14
	□ Total irrational	15
	□ Mit Angst umgehen lernen	16
	□ Was tun gegen die Angst?	17
	□ Maria besiegt die Angst	18
	□ Jesu Jünger in Angst: Jesus und die Stillung des Seesturms	19
	□ Die Angst von Jesus im Garten Getsemani	20
	□ Hilfe und Stärkung im Gebet	21
	□ Kraft durch Meditation	22
	□ Angst vor Neuem und Ungewissem	<b>2</b> 3
	□ Angst vor den eigenen Fähigkeiten	24
	□ Angst vor den eigenen Fähigkeiten überwinden	25
	□ Vor jedem Fortschritt steht die Angst!	26
	Ein Neuanfang: Die Jünger und das Pfingstereignis	27
	■ Warum haben wir überhaupt Angst?	28
	□ Angst – die beste Lehrerin!	29
	□ Die Macht der Angst	30
	□ Angst vor dem Weltuntergang	31
	□ So viele Weltuntergangstermine!	32
	□ Apokalypse: Die Bibel und der Weltuntergang	33
	□ Keine Angst vor dem Bösen	34
	□ Thriller: Lust auf Angst!	35
	□ Angst – die beste Werbung!	36



**VON DER** 

### ... ZUR HOFFNUNG

□ Die Bibel – das Buch der Hoffnung!	37
□ Wie die Bibel Hoffnung vermittelt	38
□ Arche Noah: Gott rettet	39
□ Dietrich Bonhoeffer (Nazi-Widerstand): Angst überwinden	40
□ Hoffnung – was ist das?	41
□ Martin Luther-Legende: "Wenn ich wüsste, dass morgen die Welt unterginge …"	42
□ Schutzengel – alles nur Kitsch?	43
□ (Schutz-)Engel in der Bibel	44
□ Verlorene Hoffnung – falsches Gottesbild?	45
□ Kirche – Ort der Hoffnung?	46
□ Die Hoffnung bin ich!	47
□ Vorbilder – Menschen, die Hoffnung machen	48
□ Paulus und Achatius – Schutzheilige gegen die Angst	49
□ Nach Hoffnungsschimmern Ausschau halten (lernen)	50
□ Die Auferstehungshoffnung	51
□ Was die Bibel zur Auferstehung sagt	52
□ Manchmal erfüllt sich Hoffnung nicht warum?	53
□ Weihnachten und Ostern − Feste der Hoffnung	54
□ Bergpredigt: Eine große Portion Hoffnung!	55
□ Hoffnung – das Besondere am christlichen Glauben!	56
□ Typisch christlich!	57
□ Zeit für Optimisten!	58
□ Test: Bin ich ein Optimist?	59
■ Projekt: Die Zeitung der Hoffnung	60
□ Was schenkt uns Hoffnung?	61
□ Segen – Zeichen des Schutzes und der Zuversicht	62
- Locupgop	62

Fast täglich erreichen uns via Fernsehen, Radio, Zeitungen und Online-Medien Hiobsbotschaften: Umweltkatastrophen, Arbeitslosigkeit, Gewalt, die nächste Wirtschaftskrise ... Um die Zukunft unserer Welt scheint es nicht gut gestellt zu sein. Das macht besonders Jugendlichen zu schaffen: In was für einer Welt werden sie später leben? Wie werden sie alle Herausforderungen bewältigen können?

Im Religionsunterricht ist es heute eine der dringendsten Aufgaben, jungen Menschen zu vermitteln, dass sie in allen Auf- und Umbrüchen nicht alleine sind. Gott hält seine schützende Hand über sie. Auch wenn vielfältige Formen der Angst zum Leben gehören – das Christentum ist eine Religion der Hoffnung. Die Themen Angst und Hoffnung lassen sich auf vielfältige Weise im Unterricht aufgreifen. Die Materialien sollen Jugendliche aber auch dafür sensibilisieren, dass Christen die Aufgabe haben, nicht nur selber aus der Hoffnung zu leben, sondern auch anderen Menschen Zeichen der Hoffnung zu sein. Deshalb habe ich hier auch ein paar konkrete Ideen zur Umsetzung im Alltag.

Diese Arbeitsblätter sollen Ihnen eine Hilfe sein, Ihren Schülern<sup>1</sup> zu vermitteln, sich mit ihren Ängsten auseinanderzusetzen, auf die Hoffnung vertrauen zu lernen und sich ein "Auge für das Positive und Gute" anzutrainieren. Denn oft liegt es nicht daran, dass es mehr Negatives gibt, sondern wir viel mehr unseren Fokus auf die Schattenseiten richten und dabei fast vergessen, was es auf unserer Welt an Gutem gibt.

"Angst & Hoffnung" bildet den Auftakt zu einer Reihe von Arbeitshilfen, die anhand von emotionalen Alltagserfahrungen Zugänge zu zentralen Themen im Religionsunterricht eröffnen wollen.

Ihr Stephan Sigg

Aufgrund der besseren Lesbarkeit ist in diesem Buch mit Schüler auch immer Schülerin gemeint, ebenso verhält es sich mit Lehrer und Lehrerin etc.



# - Anregungen zum Einsatz der Materialien

Wer mit Jugendlichen das Thema "Angst und Hoffnung" erarbeitet, erfüllt mehrere Ziele. Zu diesen gehören u. a.:

- die Schüler werden ganz konkret und lebensnah an zentrale Inhalte der christlichen Botschaft erinnert.
- die Schüler tanken Mut für die Bewältigung und Gestaltung ihres Alltags und ihrer Zukunft.
- die Schüler lernen, ihre **Gefühle** (in diesem Fall: Angst und Hoffnung) auszudrücken und zu **kommunizieren**.
- die Schüler üben eine **kritische Auseinandersetzung mit der Wirklichkeit**, die uns Fernsehen, Presse und Internet präsentieren: Es gibt immer verschiedene Perspektiven (Panikmache der Medien usw.).
- die Schüler werden dafür sensibilisiert, zu erkennen, wann jemand in ihrem Umfeld **Unterstützung** braucht und wie sie diese Unterstützung konkret leisten können.

Die Arbeitsblätter können Sie auf verschiedene Arten einsetzen:

### ✓ Unterricht

Widmen Sie den Themen eine oder mehrere Unterrichtsstunden. Sie erarbeiten gemeinsam mit den Schülern die einzelnen Aspekte im Klassenverband. Das Thema kann aber auch im Laufe eines Schuljahres immer wieder zwischendurch aufgegriffen werden. So werden die Jugendlichen stetig dafür sensibilisiert, sich mit ihren Ängsten auseinanderzusetzen anstatt sie zu verdrängen, und auf die christliche Hoffnung zu vertrauen und diese auch anderen zu vermitteln.

### ✓ Stationen

Die Arbeitsblätter können auch als "Stationen-Projekt" behandelt werden: In Kleingruppen wandern die Schüler von Station zu Station (je nach Zeit: ca. 4 – 8 Stationen) und erarbeiten selbstständig die Arbeitsblätter. An jeder Station wird ein anderer Aspekt aufgegriffen. Das Projekt kann spirituell umrahmt (siehe "Spiritueller Rahmen") werden.

### ✓ Verknüpfung Schule – Alltag

Gerade beim Thema "Angst und Hoffnung" lohnt es sich, Brücken zum Alltag der Schüler zu bauen und z.B. den christlichen Auftrag, anderen Menschen Hoffnung zu schenken (siehe AB S. 47), konkret werden zu lassen: Initiieren Sie eine Benefiz-Aktion (Schüler tun etwas, um Geld für einen karitativen Zweck zu sammeln) oder lancieren Sie eine "Woche der Hoffnung".

### ✓ Nach Aktualität

Die Arbeitsblätter können aber auch bei aktuellen Ereignissen im Alltag der Schüler, der Schule, des Wohnorts, des Landes oder weltweit (Katastrophen, Erfolgsmeldungen, Negativschlagzeilen, Glücks- und Unglücksfälle, ...) zum Einsatz kommen. Sie helfen damit, die Sorgen und Freude der Schüler aufzugreifen und ihnen Wege aufzuzeigen, wie sie damit umgehen sollen.



Realität: 31 Grad

Medien: Hitze-Sommer! Der Klima-Kollaps!

3333	119
N.	1
N	\_
W	O -

1. Wie reagieren die Medien auf die Ereignisse? Überlegt euch je 2–3 passende Schlagzeilen.

• Realität: Wintergrippe verbreitet sich

Medien:

• Realität: Bayern München verliert das 3. Spiel in Folge

Medien:

assa	157
N.	1
N	1
JW.	0

2. Warum vermitteln die Medien die Fakten mit so viel Dramatik und Hysterie?

221	2000
)	- 1
10.	1
II)	7

3. Welche Konsequenzen haben solche Schlagzeilen? Schreibt Pro- & Kontra-Argumente auf.

PRO		KONTRA

Früher war alles viel besser,	Ich würde gerne in die Zukunft blicken,
denn	weil
Viele Menschen lesen Horoskope,	Wenn ich an die Zukunft denke,
weil	habe ich am meisten Angst vor
Über meine Zukunft mache ich mir	Haben jüngere Menschen mehr Angst
viele Gedanken, weil	vor der Zukunft als ältere?
Wenn ich ein Bild von der Zukunft malen müsste, würde es vor allem aus diesen Farben bestehen:	Haben Menschen in Afrika mehr Angst vor der Zukunft als in Europa?
Welche "Mittel" sind gegen	Hatten die Menschen vor 100 – 200 Jahren
Zukunftsangst hilfreich?	mehr Angst vor der Zukunft als heute?
Es ist wichtig, ganz detaillierte	Zukunft könnte man auch durch das Wort
Zukunftspläne zu haben.	Überraschung ersetzen.



1. Schneidet die Kärtchen aus. Bildet Gruppen à 3 – 4 Personen und legt die Kärtchen aufeinander in die Mitte. Die erste Person zieht ein Kärtchen und nimmt Stellung dazu. Die anderen kommentieren, fragen nach usw.





Beim Blick in die Medien hat man manchmal das Gefühl, es sei den Menschen noch nie so schlecht gegangen wie heute. Aber stimmt das?

## "Die grosse Depression"

Ende des 19. Jahrhunderts herrschte in Europa eine große Wirtschaftskrise. Anfang des 20. Jahrhunderts ergriff diese Krise auch die USA. Sie führte zu großer Arbeitslosigkeit, viele Menschen verloren ihren ganzen Besitz.

### "Kalter Krieg"

Von 1947 bis in die 1980er-Jahre herrschte ein anhaltender Konflikt zwischen den westlichen Ländern unter Führung der USA und dem sogenannten Ostblock unter Führung der Sowjetunion. Jahrzehntelang wurden von beiden Seiten politische, ökonomische, technische und militärische Anstrengungen unternommen, um den Einfluss des anderen Lagers weltweit einzudämmen oder zurückzudrängen und sich selbst eine Vormachtstellung aufzubauen.

# "Schwarzer Tod"

Zwischen 1347 und 1353 forderte eine Pestwelle, welche die ganze damals bekannte Welt erfasste, geschätzte 25 Millionen Todesopfer – ein Drittel der damaligen europäischen Bevölkerung!



1. Welche Bedeutung haben diese Krisenzeiten für uns?



2. Vergleicht unsere heutige Situation mit diesen drei Krisenzeiten. Welchen konkreten globalen Gefahren sind wir heute ausgesetzt?



tephan Sigg: Angst & Hoffnung





1. Was fällt euch zu diesem Zitat ein? Diskutiert miteinander und schreibt eure Gedanken auf.

Auswertungen von Flugzeug- und anderen Katastrophen haben ergeben, dass Angst bzw. Panik die Betroffenen oft völlig irrational reagieren lässt: Z. B. verstreichen viele Sekunden, manchmal sogar Minuten, in denen die Betroffenen völlig gebannt die Flammen beobachten oder miteinander über die Ereignisse diskutieren, anstatt so schnell wie möglich die Flucht zu ergreifen. Protokolle von Rettungskräften zeigen: Es ist gar nicht so selten, dass Menschen in ein brennendes Haus rennen, weil sie glauben, dort Schutz zu finden.

Es gibt auch Menschen, die vor lauter Panik in einen unvernünftigen Aktionismus verfallen (möglichst viel machen, ohne einen Plan zu haben) – das ist zum Beispiel bei brenzligen Situationen in der Wirtschaft zu beobachten. (Informationen: Klaus-Jürgen Grün: "Angst")

Warum verhalten sich Me	nschen in Angst irration:	al?
vvarani vernancen sien ivie	ischen in Angsenradoni	

sie sind vor Angst total gelähmt
sie sind überfordert
sie wollen sich nicht blamieren
sie unterschätzen die Gefahr
in der Gefahr denkt das Gehirn viel langsamer
in der Gefahr fällt logisches Denken oft schwer



**2.** Wie lässt sich das irrationale Verhalten in Katastrophensituationen erklären? Kreuzt an und sucht weitere Argumente.



3. Was können wir aus diesen und anderen Berichten (z.B. das Verhalten der Jünger, als sie mit Jesus auf einem Schiff in einen Sturm geraten) lernen? Wie bereitet man sich am besten auf solche Situationen vor?



tephan Sigg: Angst & Hoffnung

Die Angst vor dem drohenden Weltuntergang beschäftigt die Menschen schon lange. Viele Kinofilme setzen sich mit dem Thema auseinander.

# "THE DAY AFTER"

Inhalt: Kansas City gibt es nicht mehr. Vom Tode gezeichnet, steht Dr. Oates in den Trümmern seiner Heimatstadt. Der Tag nach dem atomaren Schlagabtausch zwischen den beiden Supermächten USA und Sowjetunion (Russland und weitere osteuropäische Länder) bietet ein Bild des Grauens: Sämtliche Versorgungssysteme sind zusammengebrochen, die Krankenhäuser überfüllt, die Ärzte überfordert. Wer den Feuersturm überstanden hat, kämpft jetzt ums nackte Überleben, um Wasser und Brot für die nächste Mahlzeit. Ein verzweifeltes "Jeder gegen jeden" beginnt.

Erfolgreiche Endzeitfilme:	Inhalt:
The Day After	
I Am Legend	
Quiet Earth	
The Road	
Children Of Men	
12 Monkeys	



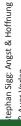
1. Sucht Infos zu den Inhalten der Filme und schreibt sie in die Tabelle.



2. Was sind die typischen Eigenschaften eines Endzeitfilms?



3. Warum sind Endzeitfilme so erfolgreich? **netzwerk** 



# Wirtschafts-krise? Fallende Aktienkurse?! + Bei uns ist Ihr Geld absolut sicher angelegt!



Nicht nur Firmen, sondern auch manche Religionsgemeinschaften sprechen bewusst Ängste an: Es gibt immer wieder Religionsgemeinschaften und Sekten, die Menschen in Angst versetzen, um sie zu ihrem Glauben zu bekehren. Im Mittelalter versetzte die Kirche die Menschen mit Drohungen vom Höllenfeuer und Teufel in Angst und Schrecken.

ENTSCHEIDUNG

EVANGELIUM = FROHBOTSCHAFT
FREIHEIT
FREWILLIGE

NICHT ERZWINGBAR

EVANGELIUM = FROHBOTSCHAFT
FREIHEIT
FREWILLIGE

DRUCK
ZWANG



**1.** Überlegt euch zwei weitere Werbungen, die an Ängste appellieren. Warum sorgen Werbungen, die unsere Ängste ansprechen, für mehr Aufmerksamkeit?



2. Warum ist es unchristlich, Menschen mit ihrer Angst zu ködern? Argumentiert mithilfe der aufgeführten Begriffe.

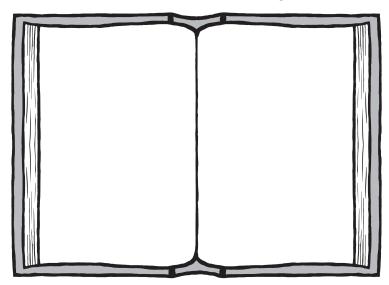


**3.** Beobachtet in den nächsten Tagen, wie viele Werbungen im Internet, Fernsehen, Zeitungen ... gezielt unsere Ängste ansprechen!



zur Vollversion

Lässt sich die Bibel als das "Buch der Hoffnung" bezeichnen?



Die Bibel ist ein **Fenster** in dieser engen Welt, durch das wir in die **Ewigkeit** zu schauen vermögen. Timothy Dwight, 1752–1817, US-amerikanischer Theologe, Gelehrter, Politiker und Dichter

Die Bibel ist das Buch, dessen
Inhalt selbst von seinem göttlichen
Ursprung zeugt. Die Bibel ist mein edelster Schatz,
ohne den ich elend wäre.
Immanuel Kant, 1724–1804,
deutscher Philosoph

Die Heilige Schrift lesen, heißt von Christus Rat holen.

Franz von Assisi, 1181–1226, italienischer Heiliger, Gründer des Franziskanerordens

### Was ist die Bibel?

"Buch der Bücher"	richtig	falsch
"Heilige Schriften des Christentums"	richtig	falsch
"Originaltexte in Hebräisch / Aramäisch (Altes Testament) und Griechisch (Neues Testament)"	richtig	falsch
"Vom Heiligen Geist inspiriert"	richtig	falsch
"Von Menschen geschrieben"	richtig	falsch
"Wort Gottes"	richtig	falsch

**1.** Was erwartet ihr von einem "Buch der Hoffnung"? Was muss darin stehen? Schreibt stichwortartig in das Buch.

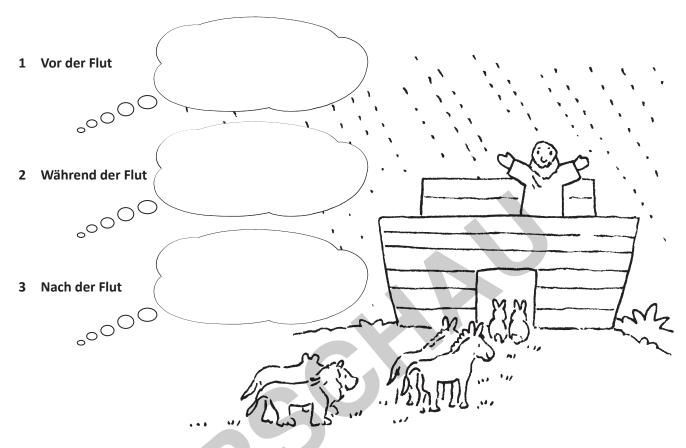


2. Vergleicht eure Stichwörter mit der Bibel. Treffen alle auf die Bibel zu? Welche nicht?

3. Welche Bedeutung hat die Bibel für euch bzw. für andere Menschen? Diskutiert miteinander

Arche Noah (Genesis, 6-9) Noah

Gott schickt die Sintflut, doch er warnt Noah rechtzeitig und gibt ihm den Auftrag, eine Arche zu bauen.





1. Welche Sorgen und Ängste gehen Noah durch den Kopf. Schreibt in die Gedankenblasen.

### "Rundum-Service"

Gott berichtet Noah, dass eine Sintflut über die Erde hereinbrechen würde. Als Noah am nächsten Morgen aufsteht, hat Gott eine fix und fertige Arche in den Hafen gestellt. Noah muss nur noch einsteigen ...



**2.** Vergleicht die alternative Version mit dem Originaltext in der Bibel. Worauf will diese neue Version aufmerksam machen?

Damals	Heute
Noahs Arche	
& die Sintflut	



**3.** Übertragt die Geschichte von Noah in die Gegenwart: Was sind heute mögliche Katastrophen, in der Noah auf Gottes Hilfe vertrauen könnte?





Die Auferstehungshoffnung ist wichtig für Christen. Was finden wir in der Bibel darüber?



### **Christliche Hoffnung**

- = Erwartung der Wiederkunft von Jesus
- = Erfüllung der Verheißung Gottes (z.B. im Brief des Apostels Petrus 1,1)
- = Erfüllung von Gottes Plan (z. B. Apostelgeschichte 3,17-21)
- = Niederlage der Feinde Gottes (z. B. Philipper 2,9-11)
- = lebendige Hoffnung (z. B. Korinther 15,51-55)
- = unerschütterliche Hoffnung (z.B. 1. Thessalonicher 1,3)
- = reinigende Hoffnung (z. B. Hebräer 10,23-25)

"Auch das, was du säst, wird nicht lebendig, wenn es nicht stirbt. Und was du säst, hat noch nicht die Gestalt, die entstehen wird; es ist nur ein nacktes Samenkorn, zum Beispiel ein Weizenkorn oder ein anderes. Gott gibt ihm die Gestalt, die er vorgesehen hat, jedem Samen eine andere. (...) So ist es auch mit der Auferstehung der Toten. Was gesät wird, ist verweslich, was auferweckt wird, unverweslich. Was gesät wird, ist armselig, was auferweckt wird, herrlich. (...) Gesät wird ein irdischer Leib, auferweckt ein überirdischer Leib." (1. Brief an die Korinther, 15,36–44)

"Wisst ihr denn nicht, dass wir alle, die wir auf Christus Jesus getauft wurden, auf seinen Tod getauft worden sind? Wir wurden mit ihm begraben durch die Taufe auf den Tod; und wie Christus durch die Herrlichkeit des Vaters von den Toten auferweckt wurde, so sollen auch wir als neue Menschen leben." (Brief an die Römer 6,3–4)

annu a	1.	Mit welchem Hauptargument wird die Hoffnung auf die Auferstehung nach dem Tod begründet?
Junii Junii	2.	Schlagt die folgenden Bibelstellen nach und fasst sie zusammen.
		Offenbarung 21,4
		Evangelium nach Johannes 5,21



ephan Sigg: Angst & Hoffnung Auer Verlag