

Gruppenstunde des Monats Februar 2016: Die Fastenzeit erleben

Ziele:

- Den Umgang mit sich selbst bzw. die Eigen- und Fremdwahrnehmung verbessern
- Sich mit der Fasten- und Osterzeit spielerisch auseinandersetzen

Zeit	Inhalt	Wer ?	Material
15-20 Min	<p>1. Einstieg: „Stille Post“ mit Körpersprache</p> <p>Die Zeit der Verkleidungen und der Kostüme ist vorbei, doch jeder hatte Zeit für ein paar Tage in eine Rolle zu schlüpfen, in der man ihn oder sie sonst nicht kennt. Dabei wirkt jedes Kostüm anders auf unsere Umwelt. Die einen finden etwas lustig, was für andere schon wieder gruselig oder abstoßend ist. Auch im Alltag spielen wir viele verschiedene Rollen, die genau wie unsere Kostüme nicht immer gleich auf die Menschen um uns herum wirken. Das sehen wir anhand eines kleinen Spiels, welches euch sicherlich als „Stille Post“ bekannt ist. Allerdings wird dem Nachbarn hierbei nichts ins Ohr geflüstert, sondern mit Hilfe von Mimik etwas übermittelt.</p> <p>1. Alle Anwesenden machen die Augen zu, nur zwei nebeneinander sitzende Personen („Jens“ und „Anna“) schauen sich an und „Jens“ beginnt durch seine Mimik eine Emotion oder Intention auszudrücken.</p> <p>2. „Jens“ schließt die Augen und die Person, die zur anderen Seite von „Anna“ sitzt öffnet die Augen. „Anna“ versucht das Gesehene weiter zu geben.</p> <p>3. Dieser Vorgang wird wiederholt bis „Jens“ wieder an der Reihe wäre. Der letzte Spieler spricht aus, welche Emotion bei ihm ankam.</p> <p>Spielt mindestens 3-4 Runden, jedes Mal beginnt jemand anderes. Die Emotion wird in die andere Richtung weitergegeben. (Gruppengröße: max. 20 Personen)</p>	<p>Gruppenleitung zur Begrüßung/Einführung</p> <p>Alle Anwesenden</p>	<p>Stuhl- oder Sitzkreis</p>

20-30 Min.	<p><u>2. Überleitung: „Wer wird Fasten-Millionär?“</u></p> <p>Nun haben wir es im Februar 2016 nicht nur mit der „Fastnacht“, „Fasnet“ oder „Fasent“ zu tun (je nach regionalem Sprachgebrauch), sondern auch mit der Fastenzeit. Diese verliert vielerorts immer mehr an Bedeutung. Doch um einmal zu testen, was die Gruppe darüber weiß, wird sie je nach Gruppengröße in zwei oder mehrere Gruppen unterteilt, die beim „Wer wird Fasten-Millionär?“ gegeneinander antreten. Für jede Gruppe braucht es einen unabhängigen Spielleiter, welcher die Fragen stellt und die Antworten kennt. Zudem braucht es eine Gewinnskala, auf der die jeweilige Gruppe aufsteigen kann. Diese zeichnet ihr am besten im Voraus auf ein Plakat. Macht im Voraus aus, was der Gewinner am Ende bekommt. Nun stellt jeder Spielleiter seiner Gruppe der Reihe nach die Aufgaben, bis eine Gruppe nicht mehr weiter weiß. Dann spielt die andere Gruppe alleine weiter. Die Fragen findet ihr in der beigefügten Tabelle.</p>	<p>Spielleiter</p> <p>Etwa gleich große Gruppen (bis max.15 Personen)</p>	<p>Fragebogen</p> <p>Gewinnskala (500,1.000,2.000,4.000, 8.000,16.000,32.000, 64.000, 125.000, 250.000, 500.000, 1.000.000)</p> <p>Eine Belohnung für den Gewinner</p>
Ca. 15 Min.	<p><u>3. Zusammenführung von Punkt 1. und 2.</u></p> <p>Zu Beginn der Gruppenstunde habt ihr euch damit auseinandergesetzt, wie unterschiedlich ihr aufeinander wirken könnt. Anschließend sollte die Fastenzeit das Thema sein. Jeder bekommt ein paar Minuten Zeit, sich damit zu beschäftigen, welche Auswirkungen die unterschiedlichen Wahrnehmungen haben können. Hierbei könnte herauskommen, dass Differenzen in der Wahrnehmung großes Konfliktpotential bergen und viele Streitigkeiten oder Unklarheiten beseitigt werden könnten, wenn man versucht sich nicht nur mit der eigenen Sicht der Dinge zu beschäftigen, sondern auch den Anderen verstehen zu wollen. In der Folge bleibt die Frage, was dies mit Verkleidungen und Fasten zu tun hat. Diskutiert diese Frage im Plenum und je nach Entwicklung der Diskussion darf die Gesprächsleitung hier gerne Anregungen einwerfen. Dazu einige Beispiele:</p> <p>→ Die mit Fasnacht verbundenen Verkleidungen haben je nach Region gleichermaßen ihren Ursprung im religiösen Brauch, vor der Fastenzeit nochmals richtig das Leben zu genießen als auch dem heidnischen Brauch zu folgen und den Winter auszutreiben.</p>		

	<p>→ Fasten meint nicht den bloßen Verzicht auf ein beliebtes Nahrungsmittel, sondern die Einkehr in sich selbst, um den inneren Frieden zu finden und eventuelle Unarten an sich selbst abzulegen, also bewusst auf Verhaltensweisen zu verzichten. Hierbei spielt auch die Selbst- und die Fremdwahrnehmung eine große Rolle.</p> <p>→ Die Fastenzeit als Chance sehen, eigenes oder fremdes Verhalten besser einschätzen zu können und womöglich unnötige Konflikte beizulegen und an seiner Persönlichkeit zu arbeiten.</p>		
5-10 Min.	<p><u>4. Abschlussrunde</u></p> <p>Kurzer Austausch: Wie haben die Teilnehmer die Gruppenstunde aufgenommen und was nehmen sie von dieser mit?</p>		
<p><u>GRUPPE A</u></p> <p><u>1. Welches Tier bringt die Ostereier?</u> A: Huhn B: Truthahn C: Schwein D: Hase</p> <p><u>2. Wie lange dauert die Fastenzeit?</u> A: 40 Tage B: 42 Tage C: 70 Tage D: 24 Tage</p> <p><u>3. Der Osterhase bemalt 7 Eier grün, 18 blau-weiß und 14 rot. Das macht</u> A: 26 Eier B: 38 Eier C: 39 Eier D: 41 Eier</p>		<p><u>GRUPPE B</u></p> <p><u>1. Was sucht man am Ostermorgen?</u> A: Nüsse B: Bananen C: Eier D: Hasen</p> <p><u>2. Was passt nicht in die Fastenzeit?</u> A: fasten B: grillen C: Almosen geben D: beten</p> <p><u>3. Der Osterhase versteckt 9 Eier für Jochen, 26 für Iris und 12 für Olivia. Das macht....</u> A: 49 Eier B: 46 Eier C: 41 Eier D: 47 Eier</p>	

4. Welche griechischen Buchstaben sind auf der Osterkerze?

A: Sigma/Rho B: Alpha/Omega
C: Beta/Gamma D: Delta/Epsilon

5. Wie heißt der letzte Tag der Fastenzeit?

A: Pfingsten B: Karfreitag
C: Aschermittwoch D: Ostern

6. Welcher Tag ist kein Fastentag?

A: Montag B: Freitag
C: Samstag D: Sonntag

7. Die Osterkerze ist ein Symbol für...

A: Sonne B: Sterne
C: Osterhase D: Mond

8. Was bedeutet IHS auf dem Kreuz Jesu?

A: „aus Nazareth“ B: „Jesus“
C: „Ruhe in Frieden“ D: „Ostern“

9. Karfreitag kommt von „chara“, das bedeutet:

A: Liebe/Leben B: Freude/Frohsinn
C: Trauer/Klage D: Hunger/Appetit

4. An Ostern feiern wir Jesu....

A: Auferstehung B: Tod
C: Geburt D: Namenstag

5. Mit welchem Tag beginnt die Fastenzeit?

A: Rosenmontag B: Ostern
C: Aschermittwoch D: Palmsonntag

6. Wie heißt die Fastenzeit der Muslime?

A: RambaZamba B: Fata Morgana
D: Ramadan C: Koschere Wochen

7. Das Osterei symbolisiert nicht....

A: Leben B: Auferstehung
C: Mittagessen D: Fruchtbarkeit

8. Woraus ist die Aschermittwochs-Asche?

A: Palmzweige B: Kirschbäumen
C: Weihrauch D: Weihnachtsbaum

9. Welchen Rosenkranz betet man in der Fastenzeit?

A: freudenreicher B: schmerzhafter
C: apostolischer D: glorreicher

10. Statt Glocken gibt es an
Karfreitag....

A: Trommeln B: Räschen
C: Orgelmusik D: Pfeifen

11. Der Osterhase
symbolisiert...

A: Frühlingserwachen B: Jesus
C: Karfreitag D: Fruchtbarkeit

12. Was ist eine Zundel?

A: eine Frau, die zu viele
Ostereier gegessen hat
B: ein Weihrauchgefäß aus
Israel, das man nur in der
Osternacht verwendet
C: Ein getrockneter Baumpilz, mit
dem man das Osterfeuer anbringt
D: Der Funke, mit dem man die
Osterkerze anzündet

Lösungen Gruppe A:

1D, 2A, 3C, 4B, 5B, 6D, 7A,
8B, 9C, 10B, 11D, 12C

10. Am Ostersonntag tragen
der Pfarrer und die Minis...

A: schwarz B: grün
C: lila D: rot

11. An Palmsonntag
feiern wir....

A: Jesu Einzug in Jerusalem
B: Ehrentag des Palmbaumes
C: Sommeranfang
D: das letzte Abendmahl

12. Wie heißt das ungesäuerte
Brot aus dem AT?

A: Mammon
B: Manna
C: Mazzen
D: Maische

Lösungen Gruppe B:

1C, 2B, 3D, 4A, 5C, 6D, 7C,
8A, 9B, 10C, 11A, 12C

Quellen:

Wer wird Fasten-Millionär? - eine Gruppenstunde des KJG-Diözesanverbands Rottenburg-Stuttgart zum Thema Fastenzeit und Ostern