

Da war ich noch nie



ERWARTEN

In einer Teamsitzung sagt jede/r, wo er in der Kirche am Ort (Fläche der Seelsorgeeinheit) noch nie war: z.B. in einer Firma, in einem Lokal, an einer dunklen Ecke, in einem Parkhaus, in einer Schule, ...

Jeder entscheidet sich für einen Ort, am besten jede/r für einen anderen.  
Im Laufe der Woche geht jede/r an seinen/ihren gewählten Ort und verweilt dort: nimmt wahr, kommt ins Gespräch oder tut etwas oder schaut „nur“ oder ...

Dabei sind die Sinne offen, auch der Spürsinn für Gottes Gegenwart.

Bei der nächsten Teamsitzung erzählen alle, wo sie waren, welche Erfahrungen sie gemacht haben und wie sie Gott entdecken konnten.

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Hat was!

„Das hat was!“ sagte sich Mose, als er den Dornbusch sah. Irgendetwas brannte. Als der Funke übersprang, war es Berufung.



ERWARTEN

Jedes Team-Mitglied erhält eine Streichholzschatel für die Hosentasche. Eine Woche lang soll sie die Person daran erinnern, „Hat-was-Momente“ zu sammeln: Augenblicke, in denen man kurz innehält, Dinge zum Staunen, Begebenheiten, die einen irgendwie berühren.

Eine Woche später erzählen sich die Mitglieder je ein „Hat-was!“, während sie ein Streichholz anzünden. Die Erzählung darf nicht länger als das Brennen des Hölzchens sein. Springt etwas über?

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Ich sehe was, was du nicht siehst

„Bist Du einsam, sprich ein Gebet  
Lieb einfach die, die neben Dir steht  
Das ist mein Leben hier und jetzt,  
Mehr wird 's nicht geben als hier und jetzt.

Ich seh was, was Du nicht siehst und  
das sieht Blau aus.  
Wenn Deine Augen in den Himmel schauen,  
dann geht das Grau raus.“

ICH UND ICH



ERWARTEN

Das Team nimmt sich Zeit für einen gemeinsamen Gang durch die Gemeinde, durch ein bestimmtes Gebiet der Gemeinde oder der Seelsorgeeinheit.

Wenn ein Teammitglied einen Ort, eine Situation wahrnimmt, die er/sie als pastorale Gelegenheit oder Herausforderung sieht, gibt er/sie den anderen ein Zeichen und alle halten kurz inne, so dass auch die anderen den Ort, die Situation wahrnehmen können (auf Schutz der Intimsphäre achten!).

Dann erzählt die Person, die darauf hingewiesen hat, was sie darin sieht. Die anderen können ihre Eindrücke dazulegen.

So geht es weiter. Am Ende kommt man in den Austausch darüber. Zunächst geht es um die Wahrnehmungen. Ob sich daraus Konsequenzen für das gemeinsame Tun ergeben, spielt zunächst keine Rolle.

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Goldgräberstimmung

Als der heilige Laurentius vom römischen Kaiser nach den Schätzen der Kirche gefragt wurde, brachte er die Armen und die Krüppel zu ihm und stellte sie ihm als die „wahren Schätze der Kirche vor“. Das Geld hatte er zuvor an die Bedürftigen verteilen lassen.



ERWARTEN

Wir bitten den heiligen Laurentius, uns die Schätze in unserem Lebensraum zu zeigen, die wir vielleicht bisher übersehen haben.

Jedes Teammitglied hat 10 Minuten Zeit um die Frage nach den Schätzen in zwei Richtungen zu bedenken:

- In Richtung der „Armen und Bedürftigen“, in denen wir Christus sehen sollen
- In Richtung von Charismen, Ressourcen, Möglichkeiten, die Menschen und Einrichtungen uns bieten und die wir noch gar nicht genutzt haben

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Das kann weg

Wer vertrauen kann, der kann auch lassen.  
So sagt Romano Guardini:  
„Geborgenheit im Letzten  
gibt Gelassenheit im Vorletzten.“



LASSEN

In der Mitte liegt ein großer Zettel „lassen“ und drum herum liegen mehrere leere weiße Zettel sowie Stifte.

Die Moderation: Das Wort „lassen“ begegnet uns immer wieder, aber in ganz unterschiedlichen Verbindungen. Welche Worte, in denen das Wort „lassen“ vorkommt, fallen euch ein? Wir sammeln sie und schreiben sie auf einzelne Zettel.

Wir schauen uns die gesammelten Worte an. Mit welchen Worten verbinde ich etwas Positives, mit welchen eher nicht? Die Begriffe werden mit einem lächelnden oder mit einem traurigen Smiley gekennzeichnet.

Tauschen wir uns aus, warum wir was mit den Worten verbinden, welche Assoziationen/Gedanken uns dazu gekommen sind.

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Loslassen ist gut, festhalten tut weh

Was man liebt, soll man nicht halten

NAPOLEON



LASSEN

*Eine/r aus dem Team leitet die Übung an und liest die Anleitung langsam vor*

„Sinn und Unsinn des Festhaltens können wir gut vom Atem lernen. Eine kleine Atemübung lässt uns die innere Dynamik des Festhaltens und Loslassens leicht verstehen. Wir setzen uns auf einen Stuhl. Wir atmen ein, zwei Minuten normal ein und aus. Dann denken wir an etwas, was wir im Moment auf keinen Fall loslassen wollen.

Dann atme lang und tief ein und weigere dich, wieder auszuatmen. Halte den Atem so lange wie möglich fest. Nach kurzer Zeit geht das nicht mehr, und wir atmen schnaufend aus. Das machen wir zwei, drei Mal. Danach kehren wir zum natürlichen Atemrhythmus zurück und genießen das sanfte Ein- und Ausatmen.

Jedes Mal, wenn ich an etwas festhalte, was ich nicht beeinflussen kann, führe ich diese kleine Übung durch. Bald kann ich über mein vergebliches Festhalten lächeln. Dann schmerzt das Loslassen nicht mehr so sehr. Noch leichter können wir loslassen, wenn wir verstehen, wie innere und äußere Bedingungen zusammen wirken.“

Wenn gewünscht, kann sich ein kurzes Gespräch anschließen über die Frage: Was ist es, woran wir festhalten?

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Stiller Teamspaziergang mit allen Sinnen

Sich unter freiem Himmel bewegen,  
nichts reden – nichts denken –  
nichts produzieren, die Sinne treten in den  
Vordergrund und schärfen sich:  
das Rascheln beim Gang durch totes Laub,  
das Rauschen der Äste im Wind, der Geruch  
von Wiese und Wald ...



LASSEN

Das Gesamtteam verabredet sich zu einem Teamspaziergang, bei dem nicht geredet wird. Die Wegstrecke innerhalb des Gebietes der Kirchengemeinde/Seelsorgeeinheit wird vorab festgelegt. Während des Spaziergangs wird geschwiegen.

Nach dem Spaziergang bringen alle ihre Erfahrungen und Beobachtungen in ein Gespräch ein:

- was habe ich gehört, gesehen, gerochen und gespürt?
- wie habe ich unsere Gemeinde wahrgenommen?
- was ist mir aufgefallen?
- welche Menschen habe ich wahrgenommen?

Bei der nächsten Teamsitzung wird zusammengetragen, welche Erfahrungen aus dem stillen Spaziergang aufgegriffen werden sollen.

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Vergeben

Kreativität lebt davon, auszuprobieren, Fehler zu machen, zu versagen, zu lernen und weiterzugehen. Und dazu gehört auch, loslassen zu können und in Frieden zu gehen. Es ist niemandem geholfen, an Projekten, Produkten oder Methoden festzuhalten, die nicht mehr funktionieren. Und auch der andere profitiert nicht davon, wenn wir nur mit halbem Herzen oder zu unserem eigenen Schaden bleiben.



LASSEN

Es gibt einen Punkt, an dem die Sache umkippt:

- Wenn es keine Hoffnung auf Besserung gibt.
- Wenn man ein Projekt einfach nicht in den Griff bekommt.
- Wenn es einen selbst schädigt oder der Preis zu hoch ist.
- Wenn es keinen Spaß mehr macht.
- ... und Ähnliches mehr.

Dann muss man loslassen können, um sich nicht länger selbst im Weg zu stehen und überdies vielleicht auch noch anderen Beteiligten zu schaden.

Es ist nicht ganz leicht, diesen Punkt zu finden:

- Es läuft zwischendurch gut und man hofft wieder, aber dann kippt es erneut.
- Man will sich nicht um etwas bringen, was vielleicht doch noch funktioniert hätte.
- Man will andere Beteiligte nicht verletzen, enttäuschen oder ihnen schaden.
- Man hat so viel reingesteckt, man will nicht, dass alles umsonst war.

Wir führen diese Liste selber fort: als "innere Liste", auf Papier oder im Gespräch.

Wir hören in uns hinein und reden über diesen Punkt, an dem man beschließt, loszulassen?

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Kennen wir uns?

„Das ICH wird erst am DU zum ICH.“

MARTIN BUBER



VERTRAUEN

Jede/r aus dem Team überlegt zwei ungewöhnliche Fragen oder Aktionen, die er dem Team stellt. Sie/Er notiert sie auf je einen Zettel.

Beispiele:

- Ohne was würde die Person dir gegenüber nie das Haus verlassen?
- Wen aus unserer Runde würdest du mitnehmen, wenn du irgendwo um einen Preis feilschen willst?
- Lippenlesen: Errate, welchen Namen einer bekannten Person der Autor dieser Zeilen mit den Lippen formt.
- Erzähle eine kurze Geschichte aus deinem Leben, sie kann wahr oder falsch sein. Die anderen sollen raten.

Die Fragen und Aktionen werden verdeckt auf den Tisch gelegt.

Reihum zieht jeder eine Frage/Aktion und beantwortet sie oder befolgt die Anweisungen.

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Himmliche Teamsitzung

Patron (lateinisch patronus, aus pater ‚Vater‘) bzw. Patronat (als Funktion) steht

- allgemein für einen Verantwortungsträger, siehe Schirmherr
- im römischen Recht für die Rechtsstellung gegenüber Schutzbefohlenen und Freigelassenen, siehe Patronat (Römer)
- für eine rechtliche Form der Bürgschaft, siehe Patronatserklärung
- für die juristische Verfügungsgewalt eines Feudalherren über ein Kirchengebäude, siehe Kirchenpatronat
- für eine Ehrung durch Nachbenennung, siehe Namenspatron
- für die kirchliche Weihe oder Widmung einer Einrichtung, siehe Patrozinium
- für einen Heiligen, dem der Schutz eines Lebensaspekts anbefohlen ist, siehe Schutzpatron
- für eine gezielte wirtschaftliche oder politische Förderung, siehe Patronage
- für die Verantwortung eines Hundezuchtverbands für den Rassestandard, siehe Hunderassen in der Systematik der FCI siehe Ursprung und Patronat

QUELLE: WIKIPEDIA

Jedes Mitglied des Pastoralteams wählt sich aus den Kirchenpatronen, die in den Kirchen und Kapellen der Seelsorgeeinheit oder darüber hinaus zu finden sind, einen Patron aus. Diese werden im Team kurz vorgestellt mit jeweils drei Eigenschaften, die sie für den jetzigen Prozess Kirche am Ort besonders interessant machen:

- Ein Ausspruch von ihr / oder über sie
- Eine interessante Zielgruppe, für die sie ein Patronat hat
- Ein typisches Attribut, das als Symbol für die jetzige Situation dienen könnte

In einer ersten Runde „stellen sich diese himmlischen Personen“ damit vor.

In einer zweiten Runde wird jeder eine Frage gestellt?

In einer dritten Runde gibt sie Antwort.

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Wer bin ich?

Bin ich das wirklich, was andere von mir sagen?  
Oder bin ich nur das, was ich selbst von mir weiß?  
Unruhig, sehnsüchtig, krank, wie ein Vogel im Käfig,  
ringend nach Lebensatem, als würgte mir einer die Kehle,  
hungernd nach Farben, nach Blumen, nach Vogelstimmen,  
dürstend nach guten Worten, nach menschlicher Nähe,  
zitternd vor Zorn über Willkür und kleinlichste Kränkung,  
umgetrieben vom Warten auf große Dinge, ohnmächtig bangend  
um Freunde in endloser Ferne, müde und leer zum Beten,  
zum Denken, zum Schaffen, matt und bereit, von allem Abschied zu nehmen?

...

Wer ich auch bin, Du kennst mich, Dein bin ich, o Gott!

DIETRICH BONHOEFFER



VERTRAUEN

Für ein Teammitglied überlegen die anderen eine biblische Person oder eine Person der christlichen Tradition.

Sie schreiben sie auf einen Zettel und heften sie auf den Rücken des Teammitglieds.

Dann muss das Teammitglied fragend erraten, wer sie ist:

Es sind nur Fragen erlaubt, auf die man ja/nein antworten kann.

Wenn das Teammitglied sich erraten hat, müssen alle anderen sagen, warum diese biblische oder christliche Person ihrer Meinung nach zu diesem Teammitglied passt.

Am Schluss darf das Teammitglied sagen, ob ihm/ihr das Spiel und die gewählte Person gefallen.

Bei einer nächsten Teamsitzung oder Klausur kommt ein anderes Teammitglied dran.

Am Ende aller Rateeinheiten betrachtet man die muntere Runde.

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Übergänge

Was kommt? Wer hilft? Kann ich loslassen? Soll ich das Risiko minimieren? Was bleibt? Ist Angst schlimm? Was will ich verhindern? Was soll sterben? Was soll nie enden? Ist mein Vertrauen größer als meine Angst? Kann ich hoffen? Was soll in der Schwebel bleiben? Bin ich zu ängstlich? Bin ich zu mutig? Was passiert, wenn es schief läuft? Ist Scheitern schlimm? Ist Sterben schlimm? Was will ich vergessen? Woran will ich mich erinnern? Muss ich das Ende kennen? Muss ich das Ende erleben? Sicherheit oder Freiheit? Fragen oder Antworten? Flexibilität oder Festigkeit? Schnell oder langsam? Kontrolle oder Vertrauen? Gefahr oder Chance? Tod oder Geburt oder Auferstehung? Heimat oder Freiheit? Wo ist Gott? Wie lange darf etwas in der Schwebel sein? ...



VERTRAUEN

Quer durch einen Raum (durch das Sitzungszimmer, durch einen Saal, durch die Kirche) wird eine Schnur gespannt. Die Fragen auf der Vorderseite dieser Karte werden auf ein Blatt geschrieben und im Raum verteilt, jedoch verdeckt mit der Frage nach unten. Wäscheklammern liegen bereit.

Gemeinsam sammelt das Team Beispiele für Übergänge (z.B. Dämmerung als Übergang zwischen Tag und Nacht, Herbst als Übergang zwischen Sommer und Winter, das Überqueren einer Straße, einer Brücke, der Weg zur Arbeit, ...).

In der Unsicherheit von Übergängen haben Fragen eine besondere Kraft. Welche der ausgelegten Fragen sprechen die einzelnen Teammitglieder besonders an? Die Zettel werden in Ruhe aufgehängt, später Assoziationen und Beobachtungen ausgetauscht.

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Ich sehe sie/ihn

Es gibt Menschen, denen man regelmäßig begegnet. Etwa morgens auf dem Weg zur Arbeit oder sonst immer wieder in bestimmten, auch beruflichen Situationen. Manche von ihnen kennt und grüßt man, an anderen läuft man jahrelang vorbei, ohne Blickkontakt.



WERTSCHÄTZEN

Ich stelle mir eine dieser Personen vor und nehme mir vor: beim nächsten Mal wechsele ich nicht die Seite und schaue nicht bewusst an ihr vorbei. Ich nehme sie wahr, wie sie auf mich zukommt. Ich schaue ihr ins Gesicht, dezent natürlich. Wenn sie wegschaut, gehe ich vorbei – und warte aufs nächste Mal. Irgendwann ergibt sich ein Blickkontakt, dann kann ich vielleicht Hallo sagen oder Guten Morgen. Es gibt auch andere Möglichkeiten, Kontakt aufzunehmen – und ich entscheide, welche Art zu mir passt und wie viel ich investieren möchte.

Vielleicht wird ein kleines Ritual des gegenseitigen Grüßens daraus, vielleicht wird auch nur mein Blick aufmerksamer, freundlicher. Vielleicht wünsche ich der Person in Gedanken Gutes, wenn ich ihr begegne. Vielleicht bete ich für sie.

Es kommt bei dieser Anregung nicht darauf an, künftig alle zu grüßen, die mir begegnen. Es geht darum, Menschen wahrzunehmen und mit wohlwollendem Blick zu betrachten. Auch die, die ich sonst übersehe oder übersehen will.

Diese Übung machen in einem Team alle. Sie starten gemeinsam und verabreden, wann sie sich – sinnvollerweise in anonymisierter Form – über ihre Erlebnisse und Erfahrungen austauschen.

## **Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

Variante: Jede/r übt mit einer Person im privaten oder beruflichen Kontext, mit der das Mögen und die Kommunikation schwer fallen.

# Memory

Teammitglieder machen Fotos von für sie wichtigen pastoralen Situationen, Orten und Herausforderungen in der Seelsorgeeinheit. Dabei fotografieren sie dieselbe Situation, denselben Ort zweimal: aus unterschiedlichen Perspektiven, Blickrichtungen.



WERTSCHÄTZEN

Aus den Fotos wird ein Memory gestaltet.\*

Gemeinsam wird dann im Team Memory gespielt.

Wenn ein Paar gefunden wird, sagt zunächst die Person, die es aufgedeckt hat, was ihr mit Blick auf die Pastoral dazu einfällt, danach die, die die Fotos gemacht hat, was sie damit verbindet.

Wenn es sich um ein und dieselbe Person handelt, darf noch eine andere Person die beiden Bilder mit dem Prozess Kirche am Ort in Zusammenhang bringen.

Gemeinsam kommt man über die Wahrnehmungen und Gedanken ins Gespräch.

## **Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

\* Leere Memorykarten gibt es im Kreativ- und Bastelbereich, z.B. hier <https://www.ravensburger.de/ueber-ravensburger/karriere/juniorenfirma/produkte/blanko-produkte/index.html>

# Preisverleihung

Oscars, Nobelpreise, Verdienstkreuze,  
Siegerpokale – äußere Zeichen für Erreichtes  
und Gelungenes.



WERTSCHÄTZEN

Für ein Teammitglied überlegen sich alle –  
auch das jeweilige Teammitglied selbst – folgendes:  
Wofür verleihe ich diesem Teammitglied/mir einen Preis?

Alle notieren ihre Ergebnisse auf Zettel, mischen diese und geben sie dem  
ausgewählten Teammitglied. Dieses liest alle verliehenen Preise vor.  
Alle anderen dürfen nun raten, wofür sich das Teammitglied selbst auszeichnen würde.  
Es kann auch noch weiter geraten werden, wer wofür einen Preis verliehen hat.

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**

# Stärkende Zusagen

„Nichts gesagt ist Lob genug!“  
entschuldigen sich Schwaben,  
weil sie sich schwertun, ihren Nächsten  
positiv zu würdigen. Das können wir  
spielerisch miteinander einüben.



WERTSCHÄTZEN

*Benötigt werden ein Würfel und eine Bibel*

Man würfelt reihum.

Werden die Zahlen 1,3 oder 6 gewürfelt, gibt es jeweils folgendes zu tun:

- 1 Ich benenne eine besondere Fähigkeit von mir, eventuell eine, die die anderen noch gar nicht kennen.
- 3 Ich suche mir eine Person in der Runde aus und gebe ihr eine stärkende Zusage – was ich gut an ihr finde, was sie m.E. besonders gut kann.
- 6 Ich nehme die Bibel, schlage sie spontan auf und suche nach einer stärkenden Zusage für uns alle.

Es wird solange gespielt, wie das Spiel Spaß macht oder die Zeit es zulässt.

**Frage zum Abschluss: Wie können wir als Team geistlich wachsen?**