

»Wie geht's Dir?«

zett die Zeitung für evangelische Jugendarbeit in Bayern Juni 2021



Ulrike Fries-Wagner

Was uns gut tut

Liebe Leserinnen und Leser,

seelische Gesundheit, wie macht man das? Eigentlich ja wohl ganz einfach. Das Rezept heißt: Mach, was sich gut anfühlt und vermeide, was Dich runterzieht. Umgib Dich mit Menschen, die Dir gut tun und beende Beziehungen, die Dich fertigmachen. Oft ist das aber gar nicht so einfach. Warum eigentlich nicht? Vielleicht, weil wir die Fähigkeit brauchen, unsere Gefühle wahrzunehmen und den Mut, uns zu erlauben, danach zu handeln.

Was gut tut, wissen kleine Menschen intuitiv: Wärme, satt sein, geliebt werden, mit jemandem kuscheln, ganz viel lachen, etwas bewirken können, Erfolg haben, getröstet werden, einen schönen Klang, Geruch oder Geschmack wahrnehmen und etwas spüren, das sich auf der Haut und unter den Händen und Füßen gut anfühlt. Das, was sich intuitiv gut anfühlt, findet seinen Widerhall nicht nur in uns, sondern auch in unserem Umfeld. Von dort erhalten wir Korrekturen unserer Empfindungen. Nicht alles, womit Kinder schön matschen können, was wunderbar scheppert oder was einen Höhenrausch verursacht, ruft die Begeisterung der Eltern hervor. Und das ist oft ganz gut so. An den Reaktionen ihrer Eltern lernen Kinder nach und nach Kultur und das Managen von Gefahren. Das ist wichtig zum Zusammenleben und zum Überleben. Unser Gefühl für das, was uns gut tut, wird auf diese Weise im Lauf der Zeit modifiziert. Wichtig ist aber, dass wir in diesem Prozess den positiven Bezug zu unserem eigenen Gefühl nie verlieren.

Ebenso haben wir eine Intuition für das, was uns schadet: Hunger, Kälte, Einsamkeit, bedrängt oder verletzt werden, von geliebten Menschen getrennt sein, eingesperrt oder zu etwas gezwungen werden. Im Lauf der Zeit müssen wir trotzdem lernen, Unangenehmes zu tolerieren. Kinder müssen spätestens im Kindergarten oder in der Schule eine Zeit lang ohne Eltern zurechtkommen und ab und zu werden sie sogar geimpft oder zum Zahnarzt gebracht. Wir lernen, das zu verkraften und in der Regel wachsen wir daran. Vor allem lernen wir durch den emotionalen Kontakt mit unseren Eltern, wenn es gut läuft, unsere Gefühle zu regulieren. Vieles ist nicht so schlimm, wie es sich im ersten



Eine liebevolle Umarmung tut gut, wir sehnen uns danach. Foto: K. Albrecht, EJ Rosenheim

Moment anfühlt und wenn Trost nicht weit ist, kann man Angst besiegen. Entscheidend ist auch hier ebenso wie bei den positiven Gefühlen: Jeder Mensch hat das Recht auf seine eigenen Emotionen. Wir müssen irgendwann akzeptieren, Unangenehmes auszuhalten, wenn es einem wichtigen Zweck dient oder unvermeidlich ist. Wir sind aber niemals verpflichtet, es schön zu finden.

Das klingt zunächst selbstverständlich, ist es aber leider nicht. Gefühle haben die Eigenschaft, sich unbemerkt in kürzester Zeit von einem auf den anderen Menschen zu übertragen. Und Gefühle können manipuliert werden. Das ist ein sehr effektives Machtinstrument. Wer die Gefühle anderer manipuliert, tut das, um sich zu entlasten und eigene Bedürfnisse zu befriedigen. Eine Mutter sagt zu ihrem Kind, dass sie jetzt ganz traurig ist, weil das Kind sein Zimmer nicht aufräumt. Damit macht sie dem Kind Schuldgefühle, weil das für sie einfacher ist, als mit dem kleinen Chaoten zu verhandeln und sich mit ihm auseinanderzusetzen. Ein Jugendlicher schiebt die Schuld für alle seine Missstimmungen und Probleme seiner Freundin in die Schuhe und stilisiert sich so zum Opfer. Sie hat dauernd das Gefühl, sich entschuldigen zu müssen und weiß nicht, wofür.

Jeder Mensch hat das Recht auf seine eigenen Emotionen.

Im Fall von sexuellem Missbrauch reden Täter den Opfern ein, sie hätten die Tat selbst gewollt und sogar genossen, um sie einzuschüchtern und zum Schweigen zu bringen.

Zurück zur Ausgangsfrage. Ich denke, dass wir unsere eigenen Gefühle oft nicht ernst nehmen, weil Gefühle anderer Menschen im Vordergrund stehen, die wir für unsere eigenen halten. Junge Menschen stehen vor der Aufgabe aus dem Gewirr von Wahrnehmungen, Bewertungen, Zuschreibungen und Emotionen das zu finden, was sie ausmacht. Dabei helfen Menschen, deren Gegenwart sich gut anfühlt.

Sie nehmen Eure Gefühle wahr, teilen und respektieren sie. Als Seelsorgerin versuche ich, Menschen zu unterstützen, ihre Gefühle wahrzunehmen und deren positive Kraft für sich zu nutzen.

Also: Finde heraus, was Du fühlst und vertraue darauf! Du darfst dürfen! Pass auf Dich auf!

Ulrike Fries-Wagner

Die Autorin ist Pfarrerin und Erziehungswissenschaftlerin und arbeitet als Seelsorgerin im LMU Klinikum München (Hauner'sche Kinderklinik und Psychiatrie). Zuvor war sie Dekanatsjugendpfarrerin in Weilheim.

ulrike.frieswagner@med.uni-muenchen.de

Hinter einem »Wie geht es Dir?« steckt auch manchmal ein »Du fehlst mir!«

Unbekannt

zett, zeitung für evangelische Jugendarbeit, Amt für evang. Jugendarbeit in Bayern, Postfach 450131 90212 Nürnberg Deutsche Post VKZ B 45372 Entgelt bezahlt

EVANGELISCHE
JUGEND
in Bayern



www.ejb.de

Von Seelenstaub und Seelenfunken

Die Frage „Wie geht’s“ hat in der Jugendarbeit eine besondere Bedeutung

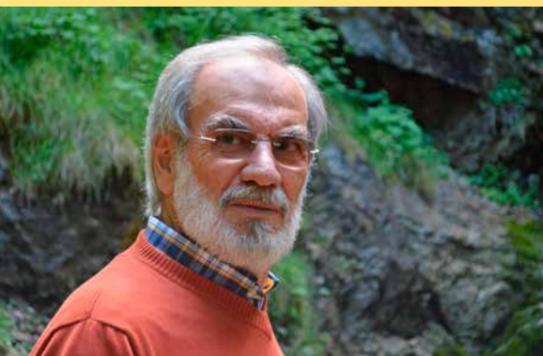
Veronika Pummerer, Diakonin, verabschiedet sich als Dekanatsjugendreferentin in Traunstein und ist nun beim Verein „Quartier für Medien. Bildung. Abenteuer.“ beschäftigt, ebenfalls in Traunstein.

Stefan Ebach, Diakon, Dekanatsjugendreferent in Fürth, hat sich nach 17 Jahren aus der Jugendarbeit verabschiedet.

Sabrina Meier, Bibelschülerin (Marburg) und Erzieherin, ist neue Dekanatsjugendreferentin in Schwabach. Sie ist die Nachfolgerin von Bernd Reimann, Diakon, der ins Wichernhaus Altdorf der Rummelsberger Diakonie wechselte.

Barbara Twisselmann, Diakonin, ist eine neue Dekanatsjugendreferentin in Münchenberg. Sie ist nicht (wie in der letzten zett berichtet) die Nachfolgerin von Tanja Strauß, sondern von Holger Goller, Diakon, der jetzt Gemeindefeldarbeiter in Kulmbach ist.

Nachruf



Das Amt für Jugendarbeit trauert um seinen ehemaligen Kollegen Helmut Mittermeier. Überraschend starb er im Alter von 73 Jahren. Bis zu seinem Ruhestand 2014 war er 23 Jahre Geschäftsführer im AfJ.

Mit großer Umsicht und Weitblick sicherte Helmut Mittermeier die Finanzen für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen in der EJB. Die Selbstbestimmung der Jugend und das kreative Potential eigenständiger Jugendarbeit war ihm ein besonderes Anliegen. Im Verein für evangelische Jugendarbeit wirkte er als Schatzmeister.

Ein weites Herz hatte Mittermeier für benachteiligte Jugendliche. So setzte er sich mit Nachdruck für die Evangelische Jugendsozialarbeit ein. In Belarus baute er mit der Liga einen Austausch für das FSJ/FÖJ aus. Aus dieser Zusammenarbeit entstand eine enge Partnerschaft.

Im Amt für Jugendarbeit vertraute man seiner ruhigen Hand und seiner Beharrlichkeit, wenn es um finanzielle Entscheidungen ging. Helmut Mittermeier wird uns fehlen.



Schicksalsschläge, Orientierungslosigkeit, Einsamkeit und andere schwierige Lebenslasten führen dazu, dass die Seele schmerzt. Dann ist es gut, wenn jemand da ist, mit dem man reden kann, der einem eine neue Perspektive schenkt und neuen Mut zuspricht.

Seelsorge in ihrer klassischen Form ist unbestreitbar ein wichtiger Auftrag innerhalb der Jugendarbeit. In meinem Artikel möchte ich mich mit Euch auf eine Reise begeben und dabei einen anderen Blick auf die Seelsorge werfen.

Wenn ich an Seelsorge denke, dann steigen in mir Worte auf, wie „Seel(en)sorge“, „Seelenschmeichler“, „Seelenstaub“. Das sind für mich Sehnsuchtsörter, die von der Weite der Seele zeugen, um die man sich sorgen muss.

Bei mir verknüpfen sich damit Bilder von Freizeiten und Konventen, von Momenten des gemeinsamen Lachens und Feierns. Dabei denke ich an Gemeinschaft, in der man sich als Mensch durch und durch angenommen fühlt und an Erlebnisse, die die eigene Seele streicheln.

Gleichzeitig kommt mir als Kontrastbild das amerikanische „How are you?“ in den Sinn, eine Begrüßungsfloskel und weniger eine ernst gemeinte Frage. Und auch hierzulande habe ich das Gefühl, dass eine ehrliche Antwort auf ein „Uuuund wie geht’s?“ nicht unbedingt gehört werden will.

Wir in der Jugendarbeit sind Seelenschmeichler

In der Evangelischen Jugend erlebe ich das anders. Mich interessiert, was die Ehrenamtlichen bewegt, wie es ihnen WIRKLICH geht und umgekehrt erlebe ich das genauso. Die Gespräche und Begegnungen am Lagerfeuer auf dem Zeltplatz oder in der Mittagspause mit einer Tasse Kaffee in der Hand, das sind die Momente, die mir Seelen-Sorger sind,

Hoffnung säen

Ich sehe was, was Du nicht siehst und das ist ... Grün! Wer kennt es nicht, dieses beliebte Spiel zum Zeitvertreib? Schau Dich mal um, wo siehst Du etwas Grünes in Deiner Nähe?

Ob Apfelgrün oder Mintgrün, ob Türkis, Birkengrün, Natogrün oder Smaragdgrün, die Farbe Grün steht im Kirchenjahr für Hoffnung und Zuversicht. Als eine der fünf liturgischen Hauptfarben kommt sie im Kirchenjahr am häufigsten vor und man sagt ihr eine erholsame oder auch beruhigende Wirkung nach. Mit „Grün“ verbinden wir den Blick in die Natur, wir assoziieren Wachstum, Reifen, Leben, Schöpfung und vieles mehr.

Jesus hat in vielen Gleichnissen das Reich Gottes mit einem aufgehenden Samen verglichen. Damit verbinden sich die Hoffnung auf Wachstum, Gedeihen und Ernte mit der Dankbarkeit für alles, was Gott uns schenkt. Im Kirchenjahr steht die



die mein Herz lachen lassen, die wie Sonnenstrahlen durch einen dunklen Morgen brechen und die Nase kitzeln. Da wird mir klar, Seelsorge ist soviel mehr als ein Gespräch. Wir in der Jugendarbeit sind uns oft gegenseitig Seelenschmeichler. Ein liebes Wort, ein Lächeln, das sagt, schön, dass du da bist, ein Kaffee am Morgen, nach einer langen Nacht am Lagerfeuer, das Gefühl, wirklich gesehen und wertgeschätzt zu werden – das brennt sich tief in unsere Seele ein und sorgt noch viele Jahre lang als „Seelenstaub“ für unsere Seele.

Zurzeit habe ich öfter das Gefühl, dass mir all das verwehrt wird, nachdem sich meine Seele so verzehrt. Und gerade deshalb braucht es mehr Seel(en)sorge als bisher für uns selbst und für die Menschen um uns herum. Auch wenn es schön ist, die EJ-Leute zumindest online zu sehen, sind die vielen Video-Sitzungen anstrengend und die persönliche Verbindung nur schwer herzustellen. Vielleicht sind es nicht nur die coolen Aktionen, sondern die persönlichen Begegnungen, für die wir uns auch Zeit nehmen sollten, wie zum Beispiel Spaziergänge mit einzelnen Ehrenamtlichen.

Das viele Planen ins Ungewisse, immer wieder umplanen und absagen, das macht unsere Seele müde. Uns allen fällt es immer schwerer, die Motivation hoch zu halten. Deswegen finde ich, ist Seelensorge wichtiger denn je, für sich selbst und für andere. Doch dann denke ich an die Seelenfunken in meinem Herzen und daran: Wie kann ich meinem Gegenüber gerade jetzt ein Lächeln in die Seele zaubern?

Lasst uns nach Möglichkeiten suchen, uns überraschen zu lassen und uns gleichzeitig zu freuen auf die Lagerfeuerabende, die es wieder geben wird, wo nicht nur die Funken des Feuers durch die Luft stauben, sondern auch „Seelenstaub“ fliegen darf.

Ich wünsche mir, dass dieser „Seelenstaub“ auch durch unsere Computer fliegt und in so manchen Online-Begegnungen unsere Seele berührt. Dann sind wir tief im Herzen verbunden und nah dran an dem, was unserer Seele gut tut. Dann wird Gottes Nähe spürbar und für unsere Seele ist gesorgt.

Kristin Albrecht
Dekanatsjugendreferentin Rosenheim



Farbe Grün – anders als die anderen Farben – für kein bestimmtes Fest oder konkretes Ereignis. Grüne Paramente sehen wir vor allem in der Vorpassionszeit und in der langen Trinitatiszeit. Sie sind ein Ausdruck dafür, dass uns die Hoffnung durch den langen und tristen Alltag begleiten und tragen soll. Für mich im Moment, in der momentanen Situation, ein tröstlicher und heilsamer Gedanke!

Da ist mir auch der Satz von Franz von Assisi ganz wichtig: „Wo Irrtümer sind, lasst uns die Wahrheit zeigen, wo Verzweiflung herrscht, lasst uns Hoffnung bringen.“ Wusstet Ihr, dass Franz von Assisi der

Schutzpatron der Tiere und des Naturschutzes ist? Und wusstet Ihr, dass wir – als evangelische Kirche seiner am 3. Oktober gedenken? Und wusstet Ihr, dass ausgerechnet am 3. Oktober die liturgische Farbe Grün ist? Was für eine schöne Verbindung.

„Wo Irrtümer sind, lasst uns die Wahrheit zeigen, wo Verzweiflung herrscht, lasst uns Hoffnung bringen.“ Also kurzum: Lasst uns in der evangelischen Jugendarbeit Hoffnungsträger_innen sein, hoffentlich für unsere Kirche aber mit Sicherheit für die vielen jungen Menschen, für die wir tun, was wir tun.

Ilona Schuhmacher

Tipp: Hoffnungsbänder aus Samenpapier – Hoffnung zum Einpflanzen – können im Amt für Gemeindedienst bestellt werden.
www.afgshop.de

Eine von uns – Anna ist Präses

Anna-Nicole Heinrich wurde ganz überraschend zur neuen Vorsitzenden der EKD gewählt.

Herzlichen Glückwunsch liebe Anna! Kannst Du das überhaupt noch hören, wie viele Gratulationen hast Du bekommen?

Anna: Viele. Sehr viele. Keine Ahnung wie viele. Ich sortiere die Mails und Nachrichten noch. Ganz viele Menschen, die mich in unterschiedlichen Etappen der letzten Jahre geprägt haben, haben mir geschrieben. Wirklich sehr viel mutmachender Zuspruch, welchen ich mir gut aufheben werde und der mich hoffentlich auch durch haarigere Zeiten trägt.

Was macht eigentlich eine Präses?

Anna: Ganz formal hier das Kerngeschäft: Die Präses leitet die Synode, führt ihre Geschäfte und vertritt die Synode nach außen. Sie fertigt die Kirchengesetze sowie sonstige Beschlüsse aus und verkündet sie. Sie ist Mitglied im Präsidium. Das besteht aus sieben Synodalen, die die Tagesordnung und die besonderen Arbeitsformen der Synode beschließen. Die Mitglieder des Präsidiums unterstützen die Präses in der Geschäftsführung, die Vizepräses übernehmen phasenweise auch die Sitzungsleitung. Die Präses ist Mitglied im Rat der EKD. Wie genau sich das alles in den nächsten Monaten ausgestalten wird – schauen wir mal. Es wird bestimmt gut werden, aber ich muss auch erstmal alles entdecken.

Deine Wurzeln liegen in der EJB. Hilft Dir das in Deinem neuen Amt und wie kann Dich die EJB unterstützen?

Anna: Na logisch hilft mir das! Durch meine Arbeit in der EJB habe ich gelernt, was Gremienarbeit bedeutet und wie kirchliche Strukturen funktionieren. Das ist wahnsinnig wichtig für die Aufgaben, die jetzt auf mich zukommen. Die ganzen Erfahrungen auf dem Landesjugendkonvent und dem Drumherum, da kann ich viel draus schöpfen. Und ich habe so viele Menschen kennengelernt – das ist ein super Netzwerk, aus dem auch

schon in den letzten Tagen sehr viel Unterstützung(sangebote) kam. Also, die EJB braucht mich nicht zu fragen, wie sie mich unterstützen kann, denn Ihr unterstützt mich schon jetzt mit all Eurem Tun.

Wie würdest Du Deine Erfahrungen in der EJB beschreiben?

Anna: Prägend, herausfordernd, freundschaftlich, lebendig, divers, offen! Ich könnte noch unzählige Adjektive aufzählen! Da waren so viele Erfahrungen: freudige, ehrliche und natürlich auch zähe und nervenaufreibende. Aber im Rückblick, genau die Richtigen!

Viele sprechen von einem Signal und von Mut, weil Kirche so eine junge Vorsitzende gewählt hat. Was willst Du einbringen und bewirken?

Anna: Natürlich bringe ich die Perspektive meiner Generation auf unsere Kirche mit. Und ich bin überzeugt: Diese Perspektive kann helfen, sie so zu verändern, dass junge Menschen sich angesprochen fühlen und entdecken: Hey, das ist spannend, da ist auch was für mich dabei. Dies ist auch eine Frage der Sprache, der Medien und Formate, die sich verändern müssen, damit auch Jugendliche Kirche wahrnehmen.

Ich wünsche mir eine offene Kirche, die auf die Menschen zugeht. Das geht aber nicht nur mir so, ich kenne auch viele Ältere, denen das so geht. Mit ihnen zusammen möchte ich eine offene, bewegliche, einladende Kirche gestalten.

Noch einige ganz persönliche Fragen:

Was ist aus Deiner rosa Windjacke geworden, sie war Dein Markenzeichen im LK des Landesjugendkonvents?

Anna: Die habe ich tatsächlich irgendwann mal irgendwo liegen lassen oder



Eine von uns

Die rosa Windjacke war Annas Markenzeichen im Landesjugendkonvent. Jetzt ist Anna Präses. Foto: ejb

verloren. Sie war so praktisch klein verpackbar, wirklich traurig, dass ich die nicht mehr habe.

Du warst im LK neuen Speisen gegenüber immer etwas skeptisch. Wie ist es jetzt und wie war das beim Stiftungs-Essen im Tiergarten?

Anna: Da hat mich der LK natürlich immer herausgefordert und vielleicht ein wenig zur Besserung beigetragen. Bei so exotischem Essen wie im Tiergarten freuen sich natürlich immer meine Tischnachbar_innen. Mal schauen, wie das jetzt wird. Vermutlich wird es Situationen geben, wo man als „Präses“ nicht so viel rumnörgeln kann, wenn man Essen bei einer Einladung nicht so nice findet.

Wie hast Du es geschafft, in Pappenheim immer das gleiche Zimmer mit dem besten WLAN zu bekommen?

Anna: Netzwerk, Netzwerk, Netzwerk ;) Aber wer da Schlüsselpersonen sind, verrate ich nicht. Soll das Zimmer die Person bekommen, die an der richtigen Tür anknüpft. ;)

Herzlichen Dank für das Interview.

Das Interview führten Sabine Otterstätter-Schmidt und Christina Frey-Scholz

**Anna-Nicole Heinrich
Jahrgang 1996
Geboren in Schwandorf**

**Studentin der Philosophie
Wissenschaftliche Hilfskraft
an der Fakultät für Katholische
Theologie in Regensburg**

2013 Wahl in den Leitenden Kreis des Landesjugendkonvents der EJB
2015 bis 2018 stellvertretende Vorsitzende im Leitenden Kreis
Seit 2017 Vorstandsmitglied und stellvertretende Vorsitzende der Arbeitsgemeinschaft der Evang. Jugend in Deutschland e. V. (aej)

Ich kann das nicht beurteilen

Ich bin Lehrerin an einer Mittelschule und mir geht es gut. Die Schüler_innen sagen: „Mir geht es gut, es passt schon.“ „Bei mir ist alles, wie sonst auch.“ „Ich werde so schlaff mit dem Lockdown.“ „Manchmal war es langweilig.“ „Wir sind dümmmer geworden.“

Was mich bewegt: Wie wahr sind diese selbst berichteten Zustände? Bei einer Umfrage des Deutschen Jugendinstituts stimmen 27 % der Eltern der Aussage eher oder ganz zu, dass sich ihr Kind während des ersten Lockdowns einsam fühlte. „Wie denn sonst?“, frage ich mich. Natürlich hat Corona Auswirkungen. Vorher stabile Schüler_innen fühlen sich plötzlich schlecht, überfordert, müde.

Ich persönlich fand die zwei Phasen der geschlossenen Schulen bereichernd. Vor Corona war mein Unterricht nicht selten überlagert vom Gruppenprozess in der Klasse, von normalen jugendlichen Alltags-

problemen wie Hunger, Durst, Schlafmangel, Lärm, fehlenden Arbeitsmaterialien. Nun ging es nur noch um den Wissens- und Kompetenzerwerb, Beratung im Berufswahlprozess, Vorbereitung auf Prüfungen.

Ich habe es genossen, weil ich Zeit hatte, die Schüler_innen gezielt im Lernprozess zu unterstützen. Im ersten Lockdown hatte ich eine neunte Abschlussklasse. Für ihre Prüfungsvorbereitung war der Schritt in die Distanz ein Segen. Sie hatten mal Pause vom Schulalltag, auch eine Pause voneinander.

Geht es unseren Jugendlichen gut oder schlecht? Klammere ich in diesem Artikel entscheidende Faktoren und Erfahrungen,



dramatische Folgen der Krise aus? Ja, sicher! Aber die Schüler_innen, mit denen ich zusammenarbeite, haben mir vor allem dieses

Gefühl vermittelt: „Wir können das gerade nicht ändern. Wir müssen da durch.“ Deshalb halten sie sich auch nicht damit auf zu bewerten, ob es sich gut und richtig anfühlt. Sie machen das Beste aus der Situation.

Was ich sicher weiß, ist das: Die Schüler_innen in meinem Umfeld sind großartig. Sie sind in der Lage, sich mit Zuständen abzufinden. Sie haben bereits vor Corona den Schulalltag, der nicht immer einfach war, gemeistert. In den Distanzphasen haben sie vieles gut

hinbekommen: online kommunizieren, Videokonferenzen mitgestalten, mit Lehrkräften telefonieren, gezielte Rückfragen per Sprachnachricht stellen, mit Fehlern umgehen, sich gegenseitig unterstützen.

Wie es den Schüler_innen geht? Ich kann es nicht sagen. Vielleicht wissen sie es selbst nicht genau. Aber ich kann mich entscheiden, was ich glauben will.

Ich glaube an die Zukunft, die die Kinder und Jugendlichen, diese starken, widerstandsfähigen, empathischen, ehrlichen, anständigen jungen Menschen gestalten werden. Ich glaube, dass die Erfahrungen, die sie jetzt gemacht haben und noch machen werden, für etwas gut sind. Und mit diesem Gefühl im Herzen geht es mir auch gut.

Cornelia Tremel
Ehemalige stellvertretende Vorsitzende der Landesjugendkammer

#psychische Gesundheit

Der Landesjugendkonvent befasst sich auf seiner Vollversammlung mit dem Thema psychische Gesundheit. Was dieses Thema für die Evangelische Jugend bedeutet, fragten wir Johanna Rischer, die den Antrag am Konvent mit eingebracht hat, Sabine Wendler, die das Thema im LK mit vorbereitet und Daniel Blümlein, der selbst Depressionen hat und es völlig okay findet.

Warum ist das Thema wichtig?

Johanna: Vermutlich haben wir alle mindestens eine Person im Umfeld, der es (gerade) psychisch nicht gut geht. Nur weil wir dies oft nicht sehen können, ändert das nichts an der Realität. Außerdem belastet auch die Pandemie zunehmend mehr Menschen.

Daniel: Das Thema ist deshalb so wichtig, weil für viele Betroffene nicht klar ist, wo und wie sie sich Hilfe holen können. Sie haben oft große Angst sich einzustellen, dass etwas gerade nicht stimmt, geschweige denn, sich Hilfe zu suchen. Aussagen wie „stell Dich nicht so an“, „der/die war schon mal in der Klapse“ oder „die/der ist doch verrückt“ zeigen, wie viel Unverständnis, Unwissenheit und Vorverurteilung es hier noch gibt.

Sabine: Unsere Gesellschaft ist geprägt von Leistung, Zeitdruck und Effizienz. Manchmal könnte man meinen, es zählt nur höher, schneller, weiter, um als Mensch Anerkennung zu erfahren. Um den vielen, oft hohen Erwartungen und Leistungsanforderungen gerecht zu werden, ist es wichtig, sich mit der eigenen psychischen Gesundheit und auch der gesellschaftlichen Dimension davon zu beschäftigen.

Was kann hier Evangelische Jugend leisten?

Johanna: Evangelische Jugendarbeit kann Offenheit zeigen - es ist okay, krank zu sein, physisch wie psychisch. Wenn wir

besser für dieses Thema sensibilisiert sind, können wir vielleicht Menschen erkennen, denen es nicht gut geht und ihnen helfen, z.B. auf Beratungsstellen verweisen. Oder es kann auch helfen, jemandem aufmerksam zuzuhören, wenn ein bestimmter Inhalt gerade einfach raus muss.

Daniel: Wir als Evangelische Jugend können Aufklärung bei unseren Aktionen, Freizeiten und Veranstaltungen leisten und zeigen, wo und wie man sich Hilfe holt. Wir können unsere Ehrenamtlichen schulen, damit sie im Alltag besser mit dem Thema umgehen können und Barrieren und Stigmatisierungen abbauen. Ich denke, dass wir als EJB die Reichweite haben, da richtig was zu bewegen.

Sabine: Wir können jungen Menschen vorleben, dass Leistung nicht alles ist, was zählt. Wir sind von Gott bedingungslos angenommen, unabhängig von Leistung, einfach, weil Du bist, wie Du bist.

Was ist Dir bei diesem Thema besonders wichtig?

Johanna: Mir ist es wichtig, nicht zu schnell zu urteilen. In meiner optimalen Utopie könnten Betroffene offen über ihre Situation reden, weil sie darauf vertrauen, dass wir ihnen zuhören und uns bemühen, sie so gut wie möglich zu verstehen. Etwas plötzlich nicht mehr verheimlichen

zu müssen, kann bestimmt eine große Last von den Schultern nehmen. Offen damit leben und vielleicht auch mal gemeinsam darüber lachen zu können, statt skeptische Blicke zu erfahren ebenso.

Daniel: Zwei Dinge sind mir da sehr wichtig. Psychische Gesundheit ist genauso wichtig wie körperliche Gesundheit. Lasst uns danach handeln und darüber reden, wie man selbst psychisch gesund bleibt, denn vom Schweigen hab' ich persönlich genug.

Mir ist auch wichtig, dass durch Aufklärung Vorurteile und Stigmatisierung abgebaut werden. Jede_r von uns kann von psychischen Problemen betroffen sein. Wenn Du ein gebrochenes Bein hast, verlangt auch keiner von Dir, dass Du arbeiten gehst. Wieso sollst Du bitte mit einer depressiven Phase so weitermachen wie bisher?

Sabine: Dass wir aufeinander achten und uns unterstützen, dass wir Fehler verzeihen und nicht vergessen: Die Menschen stehen im Mittelpunkt und nicht der perfekte Plan. Also lasst uns Zeit für die Menschen nehmen!

Vielen Dank für das Gespräch
Marlene Altenmüller und Melanie Ott

* Das „Corona-Monster“ hat Jasmin Zerback, 8 Jahre, gemalt.



Für die Seele sorgen heißt Raum lassen

Manchmal passieren Dinge im Leben, die scheinen unbegreiflich. Sie machen uns sprachlos oder sie drängen uns zu reden. Wir sind sehr verschieden darin, wie wir mit Schicksalsschlägen umgehen. Was mir guttun würde, ist nicht unbedingt, was anderen guttut. Jemanden in guten Zeiten zu kennen, heißt nicht, diese Person auch in schlechten Zeiten zu kennen.

Wer mich kennt, der weiß: Ich rede gerne, viel, offen und auch sehr persönlich.

Als mein bester Freund sich vor drei Jahren das Leben nahm, wollte ich nicht reden. Darüber zu sprechen fühlte sich an, als würde ich Erinnerungen und Gefühle weggeben. Und das war das letzte, was ich wollte. Ich wollte alles für mich behalten. Ich wollte die ganze Trauer spüren und zulassen. Für mich war diese Trauer nicht erdrückend und eng, sondern umarmend und tief. Und für mich war es der richtige Weg: Der Weg, mit dem es mir gut ging und der mir geholfen hat, auf den Beinen zu bleiben. Aber ich weiß auch, dass es für einige Menschen

in meinem Umfeld komisch, vielleicht sogar besorgniserregend war, dass ich nicht reden wollte. Von Vielen forderte das durchaus Akzeptanz und Verständnis. Akzeptanz, dass nicht jeder Mensch reden will und Hilfe nicht immer gebraucht wird. Verständnis, dass das Angebot wichtiger sein kann, als das Gespräch selbst. In vielen Bezügen erwähnte ich deshalb gar nicht, was vorgefallen war. Ich wollte nicht ständig diesen gut gemeinten, aber ungelungenen Tanz von „Oh, das tut mir leid“ – „Danke, schon ok“ – „Was kann ich für dich tun“ – „Nichts, danke, schon ok“ spüren. Für mich war das damals eine Welt „außerhalb“ und eine Welt „innerhalb“, die sich nicht mischen ließen. Nach Tanzen zwischen zwei Welten war mir nicht zumute.

Wie macht man weiter nach so einem Erlebnis? Es klingt zwar hohl, aber ja, das Leben geht weiter, auch nachdem ein geliebter Mensch viel zu früh aus dem Leben gegangen ist. Für mich mit meinen zwei unmischbaren Welten bedeutete das, ich brauchte Raum für beides: Innehalten und

Trauern genauso wie Nachvollziehen und Weitermachen. Ein Raum, in dem beides sein konnte, wo mein Umgang nicht hinterfragt, sondern angenommen wurde. Für mich war dieser Raum damals mein Ehrenamt. Das erste, was ich aus der Welt „außerhalb“ wieder anpacken wollte, war ein Klausurwochenende. Lange Sitzungstage, kreatives und konzentriertes Arbeiten, das klingt erstmal kontraintuitiv.

Innehalten & Trauern Nachvollziehen und Weitermachen
Aber für mich war dieses Wochenende der erste Schritt nach draußen. Ich wusste, dass ich hier den für mich richtigen Raum fand. Ich konnte mich zwar auf Samthandschuhe verlassen, wenn es nötig wurde, aber auch, dass ich nicht ständigen mitleidigen Blicken ausgesetzt war und niemand unbedingt mit mir Gespräche führen wollte. Ich wusste, hier wird mir kein festgefahrener Konzept von Seelsorge übergestülpt.

Dieser Raum hat meiner Seele geholfen zu heilen und mein „Innen“ und „Außen“ wieder zu versöhnen. Aber genauso, wie mein Ehrenamt für mich nur Sinn stiftet,

wenn ich Raum für eigene Gestaltung habe, kann die Seele nur heilen, wenn ihr Raum gegeben wird, das auf ihre eigene Art zu tun. Menschen suchen oft nach eindeutigen Antworten. Für die eigene Seele und die Seele Anderer zu sorgen, ist aber keine Aufgabe mit einfachen Lösungen. Wir brauchen den Raum, uns selbst zu ergründen. Und, auch wenn es manchmal von unserem „Außen“ schwer auszuhalten ist, müssen wir anderen den Raum geben, ihren eigenen Umgang mit ihrem „Innen“ zu finden.

Das heißt natürlich nicht, wir sollten aufhören zu fragen „Wie geht es dir?“ oder „Willst du reden?“. Gesprächsangebote zu machen, die Hand auszustrecken und auch zu erzählen, was persönlich in schweren Zeiten geholfen hat, das ist alles erstmal gut. Doch dürfen wir nicht vergessen, dass Akzeptanz und Verständnis für unsere psychische Verschiedenheit immer an erster Stelle kommen müssen. Es gibt keine einfache Lösung. Für die Seele sorgen, heißt Raum lassen.

Marlene Altenmüller
Vorsitzende des Landesjugendkonvents

Was tut Deiner Seele gut?

Kuscheln

Lachen

Pause mit Espresso

In die Sonne setzen, die Augen schließen

frische Luft

einen leckeren Tee trinken

Gartenarbeit

Ein gutes Buch lesen

Das sind einige Antworten unserer Instagram-Follower.

„Keine Ehe zweiter Klasse!“

Ein kirchenpolitisches Projekt der Jugendkirche München

Die Jugendkirche München veröffentlichte im Januar den Foto-Kalender „Keine Ehe zweiter Klasse!“. Bereits im September 2019 hatten sich Ehrenamtliche mit dem Thema „gleichgeschlechtliche Liebe in der evangelischen Kirche in Bayern“ und der Forderung, dass kirchliche Trauung auch für homosexuelle Paare ermöglicht wird, auseinandergesetzt.

Über eineinhalb Jahre machten sich die Jugendlichen über vorurteilsbehaftetes Denken in der Kirche und in der Gesellschaft Gedanken. Die Überlegungen hielten sie in Form von Fotos fest, die sie immer zu Beginn des Monats mit einem prägnanten Spruch auf der Instagram-Seite ejm_jugendkirche veröffentlichten. Schließlich wurden dann alle zwölf Bilder zu einem Kalender zusammengeführt.



Das Bild ist aus dem Foto-Kalender „Keine Ehe zweiter Klasse!“ der ejm-Jugendkirche.

besteht. Im Vorwort des Kalenders heißt es: „Wir möchten zeigen, dass Liebe Liebe ist, und damit dafür einstehen, dass auch homosexuelle Paare ein Recht auf eine Trauung in der evangelischen Kirche in Bayern bekommen, dass auch die Kirche nicht mehr zwischen Liebe und Liebe unterscheidet.“ Die kirchliche Segnung für gleichgeschlechtliche Paare ist ein guter Anfang. Die monatlichen Fotos sollen dazu inspirieren, andere Perspektiven einzunehmen und zu mehr Toleranz anregen.

Von den insgesamt 500 gedruckten Kalendern wurden 150 an Entscheidungsträger und Gemeinden der evangelischen Kirche in Bayern versendet – in der Hoffnung, dass das Anliegen Gehör findet. Den Kalender kann man kostenlos bei der EJM, www.ej-muenchen.de, bestellen.

Jannica, Leon, Tabea
Jugendkirche München



In diesem umweltfreundlich gedruckten Kalender wurden die Fotos und Sprüche durch kurze Texte und Hintergrundinformationen ergänzt.

Der grundlegende Gedanke unseres Kalenders steht im Septembertext: „In der Bundesrepublik Deutschland gibt es die ‚Ehe für alle‘ seit 2017. Durch das sogenannte ‚Eheöffnungsgesetz‘ wurde es gleichgeschlechtlichen Paaren ermöglicht, eine zivilrechtliche Ehe einzugehen. Auch die Mehrheit der Landeskirchen in Deutschland bietet die Trauung für homosexuelle Paare an. Bayern allerdings nicht. Hier gibt es zwar eine Segnung,

aber keine Trauung im öffentlichen Gottesdienst und Pfarrer_innen dürfen die Segnung aus Gewissensschutzgründen ablehnen. Dies hat die Landessynode in der Schwabacher Erklärung 2018 festgehalten.“

Bei uns in der Jugendkirche gilt die These: „Egal, wen du liebst. Gott liebt dich.“ Deswegen ist die Evang. Jugend München jedes Jahr mit einem Wagen auf dem Christopher Street Day (CSD) dabei. Auch diesen Gedanken haben wir im Kalenderprojekt aufgenommen und machen darauf aufmerksam, dass kein Unterschied zwischen hetero- und homosexueller Liebe



Netflix bringt Gott ins Wohnzimmer

Am Lagerfeuer gemeinsam Lieder singen, den Tag mit Spielen und Aktionen verbringen, Freundschaften schließen und im nächsten Jahr bestimmt wiederkommen. Wer kennt das nicht von Zeltlagern, Konfi-Camps oder anderen EJ-Freizeiten. Auch mir kommt das bekannt vor. Klar, dass bei der Suche nach einer Abendunterhaltung ein Film, der Ähnliches verspricht, auf meiner Liste landet. Aber nicht nur Freizeitemotionen werden mir im Trailer versprochen, sondern auch eine Mischung aus „High School Musical“ und „Rock Camp“. Umso überraschender ist der Film. Nicht die Story, nicht die Personen, aber die Musik. Statt Teenie-Liebessongs, gibt es Lobgesang auf Gott mit Ohrwurm-Potenzial.

„A week away“ heißt der Film. Kurz gesagt geht es um Will, der statt in Jugendhaft in einem christlichen Sommercamp landet und dort endlich Freunde, Zugehörigkeit und ein Zuhause findet. Klingt kitschig und ist es auch. Zwischendrin schafft es der Film, über die Songs die frohe Botschaft einzubinden. „Gott liebt dich und hat dich genau richtig geschaffen“, „mit ihm an meiner Seite kann ich meinen Platz im Leben finden“, „egal wer du bist, in Gottes großem Haus ist Platz für alle“ ist in den Liedern zu hören. Trotzdem kommt der Film ohne missionarischen



Touch aus. Niemand im Camp will Hauptfigur Will von irgendwas überzeugen, außer davon, dass er eine zweite Chance verdient hat. Gott, Glaube und Religion sind ganz natürlich Teil des Camps, der Lieder und des Films.

Nach dem Trailer hatte ich das nicht erwartet. Natürlich wird auch das Versprechen nach seichtem „High School Musical“-Flair erfüllt und auch die dazugehörige Teenie-Romanze kommt nicht zu kurz. Trotzdem: Erfrischend wie Netflix mit „A week away“ Gott ins Wohnzimmer bringt und vielleicht sogar jungen Menschen Lust auf eine EJ-Freizeit macht.

Daniela Schremser
zett-Redaktion

Online-Jugend@rbeit

Kirchenkreis Ansbach-Würzburg/Süd

Schlechtes Wetter und niedrige Temperaturen haben uns nichts ausgemacht. Die erste Kirchenkreis-Konferenz Ansbach-Würzburg/Süd in diesem Jahr fand komplett über die Region verteilt bei jedem zu Hause statt. Ob im Bett, auf dem Sofa oder am Schreibtisch, digital waren wir alle verbunden. Auch das Thema stand ganz im Zeichen der Zeit: Online-Jugend@rbeit.

Begonnen hat die Frühjahrskonferenz mit einem Gottesdienst, der sich unter anderem um die Frage gedreht hat, wie würde Jesus wohl in den sozialen Medien auftreten. Mit „Fürchte dich nicht“, einem Song, der aus den Mutmachern der letzten KiKK geschrieben wurde, endete unser Gottesdienst. Ein interaktives Quiz brachte alle in Bewegung und in Kontakt und sorgte für gute Kirchenkreis-Stimmung. Ein guter Übergang in den langen, informellen Teil des Abends.

Trotzdem waren am nächsten Tag alle Teilnehmer_innen wieder motiviert bei der Sache, als es darum ging, wie man denn das Beste aus der „Online-Jugend@rbeit“ herausholen kann und welche Gestaltungsmöglichkeiten es gibt. Unser Dank geht an dieser Stelle an die Referentin Tina Drechsel aus dem JFF München, die uns viele neue Impulse geben konnte.

Im Geschäftsteil gab es wieder Berichte aus den Dekanaten und Verbänden und der Geschäftsführende Ausschuss wurde gewählt. Mit einem herzlichen Dankeschön wurden Anna und Lisi aus dem GA verabschiedet. Vor allem Lisi hat in jahrelanger Arbeit viele Kirchenkreis-Konferenzen mitgestaltet. Neu im GA begrüßen wir Jana Rusam und Klaus Kirsch und wünschen ihnen viel Spaß bei der neuen Aufgabe.



Für die nächste KiKK im Herbst wünschen wir uns trotz der sehr gelungenen Online-Konferenz wieder ein gemeinsames Wochenende, dann auf der Burg Hoheneck zum Thema Umgang mit Rassismus und Rechtsextremismus.

Stephan Kirsch
Vorsitzender des GA

Begleitung in schwierigen Zeiten

Mentoring im EC Bayern

Wie geht's Dir? – Ganz Ok und Dir so? – Ja läuft schon, rückwärts und bergab, aber läuft.

Wer kennt sie nicht, diese kurzen belanglosen Gesprächsfetzen. Wie antwortest Du auf die Frage: Wie geht es Dir? Kommt es auf die Person an, die fragt, oder auf die Situation, in der Du Dich gerade befindest? Hast Du Menschen um Dich herum, bei denen Du ehrlich auf diese Frage antworten kannst?

Wie oft wollen wir selbst diese wichtige Frage nicht ehrlich beantworten, weil die ehrliche Antwort einfach zu persönlich wäre? Gerade in der jetzigen Zeit, in der wir von frustrierenden Momenten zu noch frustrierenderen Momenten laufen, ist es so wichtig, dass wir Personen in unserem Umfeld haben, denen gegenüber wir diese Frage ehrlich beantworten können. Solche, denen wir vertrauen, die uns verstehen, aber die uns auch die harten Fragen stellen, die nicht aufhören, wenn wir „OK“ antworten, sondern fragen, wie es uns jetzt wirklich geht.

Im EC Bayern ist uns das Prinzip des Mentorings ein wichtiges Werkzeug auf dem Weg zu lebendigen, tiefen und echten Beziehungen geworden. Ganz praktisch heißt das, dass wir Jugendliche unterstützen und ihnen einen Mentor zur Seite stellen. Ein Mentor ist ein Berater, Helfer, Fürsprecher und Vertrauter. Man trifft sich in regelmäßigen Abständen, um über ganz unterschiedliche Dinge des alltäglichen Lebens zu sprechen, aber auch um gemeinsam Antworten auf die schweren Fragen, die wir uns alle stellen (wie Berufungsfindung etc.) zu finden. Uns ist es wichtig, dass beim Mentoring Jugendliche in ihrer Persönlichkeit und in ihrem Glauben gestärkt werden, damit sie ihr volles Potenzial entfalten können und den Stürmen ihres Lebens standhalten können.

Wenn Du auch auf der Suche bist nach jemandem, der Dir zur Seite steht, dann findest Du hier demnächst weitere Informationen: www.onezone.ec-bayern.de

Annalena Kühne

Landesjugendpastorin im EC Bayern

Per Tretbulldog zur Hoffnung

Landjugend überwindet den Maibaum-Blues

Schon im zweiten Jahr müssen Jugendliche auf das Aufstellen des Maibaums verzichten – eines ihrer wichtigsten und schönsten Erlebnisse. Seit jeher sind die Tage und Nächte vor dem 1. Mai gefüllt von Spaß und gemeinsamer Arbeit. Ausschauen, fällen, transportieren, schmücken, bewachen und aufstellen des Baums, das bedeutet Identität und Gemeinschaft, Anerkennung und das Gefühl von Heimat. „Hier bin ich, hier darf ich sein.“



Corona zwingt zum Verzicht auf den Maibaum-Spirit. Der ELJ-Kreisverband Weißenburg hat eine kluge Lösung für den Seelen-Blues gefunden. Foto: elj

Die Melancholie, die aus diesem Verzicht entsteht, hat der Kreisverband Weißenburg der Evang. Landjugend (ELJ) in einem Kurzfilm eingefangen und in Lachen verwandelt. Lachen ist Seelsorge. Lachen produziert Glückshormone. Lachen verwandelt Melancholie in Hoffnung. Diese „Seelsorge“ wirkt doppelt. Sie tröstet und weist den Weg.

„Wir schreiben das Jahr 2021. Ganz Bayern ist in festem Griff von Corona. Ganz Bayern? In Franken gibt es einen ELJ-Kreisverband, der sich nicht unterkriegen lässt. Jugendliche stellen ihren Maibaum trotzdem auf.“

Dies geschieht coronakonform, lustig und klug. Dreizehn Leute, ein Tretbulldog, eine Axt, ein Adventskranz und mehr als sechs Stunden Videoschnitt schaffen die Gewissheit: Landjugend ist, wenn's trotzdem klappt. Dokumentiert wird es in einem fünf Minuten und dreizehn Sekunden Videofilm.

Der Nürnberger Sozialwissenschaftler Michael Domes vergleicht in seinem Text

„Recovery und Soziale Arbeit: Hoffnung Macht Sinn“ den Weg junger Menschen mit einer Heldenreise und einer Suche mit vielen Herausforderungen. Wer zurückkehrt, ist um viele Erfahrungen reicher und kann davon erzählen. Die Helden der ELJ Weißenburg tun genau das. Sie haben sich dem Verzicht gestellt, den der Schutz vor Corona ihnen abverlangt. Sie haben das weit verbreitete Gefühl der Ohnmacht überwunden. „Hoffnung ist die virtuelle Präsenz eines künftig Guten schon in der Gegenwart“, schreibt der Philosoph Hans Joas. Die Seele heilt, weil sich Hoffnung als präsent und wahr erweist. Die Helden des ELJ-Kreisverbands Weißenburg sind so zu Seelsorgern geworden.

Manfred Walter
Landessekretär ELJ

Link zum Film:
<https://vimeo.com/542043919>

Bei Jesus Frieden finden

Sich um die Seelen sorgen im CVJM



Die „Corona-Landkarte“ soll eine Hilfe sein, um ins Gespräch zu kommen. Foto: CVJM

Mit dem roten Dreieck wird das Anliegen des CVJM, jungen Menschen ganzheitlich an Körper, Seele und Geist zu dienen, bildlich verdeutlicht. 56 Jahre nach der Gründung des YMCA wurde 1890 das Logo von einem amerikanischen Sportsekretär erfunden und setzte sich weltweit durch. Bis heute wird in den Programmen darauf geachtet, dass der junge Mensch als Ganzes gefördert wird und nicht nur einseitig sein Körper, sein Intellekt, Gemüt oder sinnsuchendes Ich im Blick sind. Zwei aktuell dazu passende Themen möchte ich exemplarisch herausgreifen:

Mental Health

Der internationale YMCA hat angesichts der Pandemie die psychische Gesundheit von Jugendlichen noch stärker als die Jahre zuvor in den Fokus genommen. Im letzten Herbst gab es einen neunwöchigen Virtual March for Mental Health, auf dessen Weg die Anliegen und Herausforderungen von Jugendlichen und jungen Erwachsenen von ihnen selbst diskutiert wurden.

Im Hinblick auf die sehr unterschiedliche Bewältigung der Corona-Krise haben wir als CVJM Bayern eine phantasiereiche „Landkarte durch die Corona-Zeiten“ entworfen, in der man sich selbst verorten kann und so miteinander ins Gespräch kommt. So hoffen wir, dass miteinander die Sprachlosigkeit angesichts vieler seelischer Nöte überwunden werden kann.

Sprachfähig werden im Glauben

Durch die vielen Warums in der Corona-Zeit fragen sich viele Jugendliche neu, was das Leben denn zusammenhält. Da geht es dann nicht mehr nur um meine jetzige psychische Befindlichkeit, sondern da dreht sich alles um die zentrale „Seelen-Frage“: Warum und wofür lebe ich? Und hier ist natürlich unser Anliegen,

dass junge Mitarbeitende „sprachfähig werden im Glauben“ (Jahresthema 2021 CVJM Landesverband) und so zu Wegbegleitenden von anderen im Beantworten der Sinnfrage werden.

Oft werden psychisches Befinden und gelebter Glaube gegeneinander ausgespielt, weil das eine oder das andere wichtiger wären. Dabei war es für Jesus das Selbstverständlichste, dass genau diese beiden Dimensionen des Lebens auf das Engste zusammen gehören: „Kommt zu mir, ihr alle, die ihr euch abmüht und belastet seid! Bei mir werdet ihr Ruhe finden.“ (Mt 11,28 – BasisBibel)

Michael Götz

Generalsekretär des CVJM

Landkarte durch die Corona-Zeit

Wie geht es Dir? Was haben wir die letzten Monate erlebt? Wo wollen wir in Zukunft hin?

Viele Fragen beschäftigen uns angesichts der Corona-Pandemie und deren Auswirkung auf unser Leben und unsere Kinder- und Jugendarbeit.

Die „Landkarte durch die Corona-Zeit“ ist eine kreative Hilfe, mit der jede und jeder für sich die Zeit reflektieren kann, um dann miteinander ins Gespräch zu kommen. Topgeeignet für Vorstände, Leitungsteams, aber auch für Gruppen und Hauskreise.

Download der Landkarte inkl. Anleitung:
https://www.cvjm-bayern.de/resources/ecics_972.pdf

Seelsorge ganz praktisch

Pfadfinden lässt die Seele zur Ruhe kommen



Foto: M. Schilder

Oft wird man als Pfadfinder_in ein bisschen belächelt. Für Außenstehende mutet manches, was wir tun, die Gemeinschaft, die wir leben, komisch an. Auch mir ging es früher so, als ich Pfadfinder_innen aus Erzählungen kannte. Heute sind es Erinnerungen und Freundschaften, die ich nicht missen möchte. Ich habe ein Stück Heimat gefunden, einen Ort, an dem die Seele zur Ruhe kommen und auftanken kann, Seelsorge ganz praktisch also.

Das liegt zum einen an der Gemeinschaft. Pfadfinder_innen sind viel gemeinsam unterwegs. Man erlebt Abenteuer, Glücksgefühle und Krisen gemeinsam, das schweißt zusammen. Man muss sich miteinander auseinandersetzen. Es ist nicht wie bei normalen Freizeiten. Bei uns wächst eine Gruppe zusammen. Durch die Zeit und die unterschiedlichsten Situationen, die man miteinander erlebt, lernt man sich so kennen, wie man wirklich ist, ohne all die Masken, die man vielleicht an anderen

Stellen im Leben aufsetzt. Es entsteht eine zweite „Familie“, in der man über alles reden und die eigenen Probleme in einem geschützten Rahmen loswerden kann. Nicht selten halten Freundschaften, die hier entstehen, sogar ein Leben lang. Man spricht dabei auch von einer „Lebenspfadfinderschaft“. Man bleibt immer Teil dieser besonderen Gemeinschaft, und dieser Gedanke tut gut!

Zum anderen entschleunigt es ungemein, mit den Pfadfinder_innen unterwegs zu sein. Zu Fuß, den Rucksack auf dem Rücken, nur das Nötigste dabei, im Zelt, zum Waschen nur das kalte Wasser aus dem Brunnen – dabei ändern sich die Prioritäten. Die alltäglichen Dinge bekommen einen ganz anderen Stellenwert. Man kommt im Hier und Jetzt an. Auch das tut der Seele gut. Einfach einmal aus dem Alltag aussteigen. All der Stress, den man aus Schule, Studium oder Beruf mitbringt, rutscht in den Hintergrund. Und ein Kaffee am Morgen mit Aussicht, wenn der Nebel in den Wiesen hängt, oder ein Essen in der Natur schmecken oft so viel besser, weil wir es einfach genießen können.

Gerade in diesen unruhigen Zeiten ist es wichtig, für die eigene Seele zu sorgen. Deshalb probiere es doch einfach einmal aus: Packe ein Picknick für einen schönen Ort oder genieße vielleicht ein Frühstück zum Sonnenaufgang?! Gönn Dir und Deiner Seele eine Miniauszeit!

Johanna Schilder
VCP Bayern

Balsam für die Seele

Jugendsozialarbeit – mehr als schnelle Hilfe

Jugendsozialarbeit setzt oft an den existenziellen Sorgen und Problemen junger Menschen an. Kein Wunder, dass es die Mitarbeitenden oft mit seelischen Nöten zu tun haben.

Auch in der Jugendsozialarbeit an Schulen (JaS) haben es die Mitarbeitenden mit den verschiedenen Facetten von Seelen-Arbeit zu tun. Im eng getakteten Schulalltag bekommen junge Menschen Probleme oder eine Lehrkraft wendet sich an die Jugendsozialarbeit, weil sie jemanden z.B. im digitalen Unterricht nicht mehr erreicht. „JaS kommt dort zum Einsatz, wo Schüler_innen schon vor 8 Uhr und auch nach 13 Uhr Belastendes erleben. In der Schule wird dann das Problem sichtbar“, sagt Christian Hering von der Diakonie Augsburg. Hier wurde mit Hilfe landeskirchlicher Mittel ein Leuchtturmprojekt gestartet. „LoggedOff“ geht in die Familien, die vom Sozialsystem und der Schule nicht mehr erreicht werden und dort oftmals sehr belastete und belastende Situationen vorfindet. Doch geht es hier nicht nur um die schnelle Hilfe, vielmehr geht es um Seelenarbeit, um Akzeptanz, um Geduld und Zuhören und darum, da

zu sein. Und darum, immer wieder zu kommen.

Ähnliche Erfahrungen gibt es in der Berufsbezogenen Jugendhilfe. Durch die ejsa-Stiftung wurde beispielsweise einer jungen Frau im ersten Lehrjahr in einer Münchner Jugendwerkstatt ermöglicht, sich Leinwände, Farben und Pinsel zu kaufen, die sie sich selbst nicht hätte leisten können, da sie in einer Bedarfsgemeinschaft lebt. Die junge Frau zeichnet schon seit längerem und berichtet, dass ihr das in schwierigen Zeiten hilft, ihr „Kopfkino“ einzudämmen. Schon lange hat sie sich gewünscht, einmal auf Leinwänden malen zu können, die für sie viel zu teuer wären. „Das Zeichnen und Malen lenkt mich ein wenig ab“, erzählt sie.

„Seit Beginn der Pandemie ist es schwierig rauszugehen und sich mit Freunden zu treffen. Zu Hause fällt mir dann oft die Decke auf den Kopf. Außerdem tut mir das Malen gut, um runterzukommen und auf Leinwände zu malen, ist ein ganz anderes Gefühl als auf Papier.“ Stefanie Göpl von der Werkstatt R18 berichtet, dass die junge Frau anfangs sogar etwas Angst

Freude über Abwechslung

CJB über Erfahrungen im Lockdown

Freitag, 30. April. Ich bin im Jugendgottesdienst des Christlichen Jugendbunds (cjb) Bernhardswinden (bei Ansbach) zu Gast. Zwischen 30 und 40 Jugendliche haben sich in der Christuskirche versammelt. Die Atmosphäre ist trotz der Hygieneregeln gut und ermutigend. Beim Gespräch nach dem Gottesdienst bekomme ich mit, wie sich die Jugendlichen zum digitalen Werwölfe-Spiel verabreden. „Wie geht´s?“ – hier läuft das sehr gut, die cjbler nehmen sich wahr, sind voll dabei. Sie haben den Blick für die nächste Konfi-Generation. Mutig gestalten sie die Möglichkeiten dieser Zeit und übernehmen Verantwortung füreinander.

Das ist großes Kino – aber es funktioniert nicht an allen Orten so. Es gibt Videokonferenzen und damit Erfahrungen, die diese Zeit mit sich bringt: Begeisterung des Sich-Sehens genauso wie digitale Ermüdung oder Frust. Aber auch Schrumpfen und Wegbleiben gehört zum Erfahrungshorizont.

Am heftigsten betroffen sind Kindergruppen. Und doch freuen wir uns über die „Pflänzchen“, die wachsen: Jungchar to go, und Kinderstunden per zoom. Da ist Freude über Abwechslung im immer gleichen Alltag. Aber sind das nicht nur Tropfen auf dem heißen Stein?

„Wie geht´s“ weiter? Was wir cjbler in den letzten Monaten am meisten vermisst



Foto: D. Hahn

haben, ist reale Gemeinschaft und gemeinsamer Lobpreis. Das wird es hoffentlich bald wieder geben. Aber dabei dürfen wir nicht stehen bleiben. Nach mehr als einem Jahr Lockdown, Verunsicherung, Nichtbeachtetwerden, Mut- und Kraftlosigkeit müssen wir jetzt fragen: „Wie kommst Du durch Corona? Wie geht´s Dir?“ Erfahrungen können nicht ungeschehen gemacht werden – aber wir suchen Wege des Umgangs damit und des Annehmens. Ich habe die Hoffnung, dass wir im Licht Jesu mit der Zeit vielleicht sogar heil und versöhnt werden. Dafür bete ich, dass wir auf diesen Weg kommen und bleiben.

Daniel Hahn
Leiter des Christlichen Jugendbunds
in Bayern (cjb)



Wir sehnen uns nach Umarmungen. Foto vom ejsa-Sommerfest 2019. Foto: ejsa

hatte loszulegen, weil sie fürchtete, dass ihr Bild nicht gut genug wird.

Das sind nur einige Beispiele, die deutlich machen, dass die jungen Menschen in ihrem Alltag mit den verschiedensten „Unwegsamkeiten“ kämpfen müssen. Im Rahmen der sozialpädagogischen Begleitung werden die Probleme angesprochen und es wird deutlich, dass sie meistens mehr brauchen, als die soziale

Hilfe. Dann beginnt der „Balsam für die Seele“, der nicht nur bei Hindernissen hilft, die Jugendliche daran hindern, ihren Weg zu finden. Jugendsozialarbeit ist auf unterschiedlichste Weise da, damit die jungen Leute seelische Kraft gewinnen: Jugendsozial(seelsorge)arbeit eben!

**Sandra Koch, Sabrina Rudlof
und Klaus Umbach**
ejsa Bayern e.V.



Unser Studienangebot für pädagogische Fachkräfte:

Soziale Arbeit mit dem Schwerpunkt Jugendarbeit
BERUFSBEGLEITEND / BACHELOR OF ARTS

- für hauptberufliche pädagogische Fachkräfte in der Kinder- und Jugendarbeit (§§ 11, 12 SGB VIII)
- staatliche Anerkennung als Sozialpädagog*in mit Studienabschluss
- keine Studiengebühren
- Dauer 7 Semester
- Bewerbung bis 15. Juli möglich

Kooperationspartner:
Institut für Jugendarbeit Gauting
Bayerischer Jugendring

Kontakt:
Verena Schindele
Fakultät Soziales und Gesundheit
verena.schindele@hs-kempten.de

Mehr unter:
www.hs-kempten.de/sj



Go Lieferkette

Eine Aktion der Evang. Jugend in Bayern 10. bis 31. Juli 2021

Wusstest Du, dass ein T-Shirt etwa 35.000 km zurücklegt, bis es bei Dir im Kleiderschrank landet? Wusstest Du, dass Menschenrechte und Umweltschutz auf diesem langen Weg nicht überall gewährleistet werden? Wusstest Du, dass sich die EJB der Initiative Lieferkettengesetz angeschlossen hat?

Wir unterstützen das Anliegen, auf Missstände in Wertschöpfungsketten aufmerksam zu machen und die Bundesregierung Deutschland zur Einführung eines wirksamen Lieferkettengesetzes zu bewegen.

Wir schauen hin! Wir bringen das Thema ins Gespräch! Wir setzen ein Zeichen für die Bewahrung der Schöpfung und weltweite Gerechtigkeit und regen uns (auf), weil globale Missstände von Politik, Wirtschaft und Gesellschaft nicht angegangen werden.

So geht's:

Wir werden gemeinsam aktiv! Symbolisch durchlaufen wir gemeinsam die Lieferkette eines T-Shirts vom Anbau der Baumwolle über das Spinnen des Garns und Nähens bis zum Verkauf im Laden. Dabei erfahren wir, wie lange so ein Weg ist. 35.000 km, die schafft kein Mensch „mal nebenher“. Gemeinsam als EJB können wir aber die Lieferkette ablaufen.

Mach mit, alleine oder mit Jugendlichen aus Deiner Gemeinde, Deinem Dekanat oder Deinem Verband. Widme vom 10.-31. Juli 2021 Deine Wegstrecken der Lieferkette und trage sie auf unserer Webseite ein. Wie viele Kilometer bringen wir in drei Wochen zusammen? Reicht es für ein T-Shirt oder schaffen wir sogar mehr?

**Die Eröffnung der Laufaktion findet im Rahmen von sportissimo statt:
Samstag, 10. Juli 2021, Sport-Gelände TSG o8**

Weitere Informationen, auch zum Begleitprogramm, unter www.ejb.de

Pflanzt Hoffnung Blüh- und Pflanzaktion der EJB

Macht mit bei der Aktion „EJ-Blüht auf“ und setzt ein blumiges Zeichen der Hoffnung. Begrünt mit einfachen Pflanzaktionen Eure Gemeinde, den Platz um Eure Kirche oder um das Jugendhaus. Wenn nicht genügend Platz ist, dann bepflanz einfach gebrauchte Dinge, wie Tetra Paks, alte Kisten oder sogar Schuhe.

Die Landeskirche ist dem Blühpakt der bayerischen Staatsregierung beigetreten. Als EJB unterstützen wir mit unserer Pflanzaktion dieses Anliegen, denn Schöpfung bewahren ist ein Herzenstema der EJB. Ideen und Anregungen, wie die Aktion in die Arbeit vor Ort integriert werden kann, findet Ihr auf www.ejb.de/ejbluehtauf

Die Aktion wird von der EJB-Stiftung gefördert.

Ach übrigens ...

Wie geht's Dir persönlich und protestantisch?

Mit dieser Frage beginnt jede Sitzung des Leitenden Kreises des Landesjugendkonvents. Noch vor der Abstimmung der Tagesordnung und des Protokolls oder den Berichten ist ausreichend Zeit für ein kleines Lebens-Update aller Anwesenden eingeplant. Hier ist Gelegenheit, alles, was so los ist, mit den anderen zu teilen. Von Liebeskummer über Unistress bis hin zu Entscheidungskrisen oder freudigen Ereignissen kann – ganz persönlich, je nach Wohlfühlgrad – alles erzählt werden. Unter dem Stichwort „protestantisch“ lässt sich alles zusammenfassen, was so ganz persönlich in der EJ/Kirche geschehen ist.

Der Austausch zu Beginn wirkt sich auf die Dynamik im Team und während der Sitzung aus. Denn wenn ich weiß, was bei den anderen gerade los ist, kann ich besser verstehen, warum manches vielleicht nicht erledigt wurde, weniger Bereitschaft für die Übernahme von Aufgaben besteht oder jemand nicht ganz so gut gelaunt ist. Ganz automatisch lernt man sich außerdem besser kennen und es entsteht viel Vertrauen untereinander.

Da in den online-Sitzungen die kurzen Gespräche auf dem Flur, der Plausch beim Ankommen oder auf dem Weg fehlen, ist die gemeinsame Zeit zu Beginn der Sitzung im Moment besonders wichtig. Meistens ist die Sitzung nur einen Klick vom bisherigen Tag entfernt, sodass nicht viel Zeit zur gedanklichen Ankunft besteht. Durch die „Wie geht's mir“-Runden besteht mehr Zeit zum Ankommen und Wahrnehmen der anderen.

Melanie Ott

Termine

Vollversammlung des Landesjugendkonvents

24. bis 27. Juni 2021

Thema: Psychische Gesundheit in der EJ

Landesjugendkammer

Vollversammlung und Neukonstituierung
9. bis 11. Juli 2021 in Gauting

sportissimo
Inklusives Sportfestival



Preisverleihung zum Videoclip-Wettbewerb, Eröffnungsgottesdienst und (soweit es möglich ist) Sportangebote für alle.
10. Juli 2021, Sport-Gelände TSG o8 Roth

„Auf'n Kaffee“

Austausch und Informationen per Zoom
16. Juni und 21. Juli 2021

Thema der nächsten Ausgabe:

»Alles NEU«

Impressum:

Zett, Zeitung für evang. Jugendarbeit

ISSN 1434-548X

Verlag: Amt für evang. Jugendarbeit

Herausgeber:

Tobias Fritsche, Landesjugendpfarrer

Redaktion:

Christina Frey-Scholz (verantwortlich),
Ute Markel, Daniela Schremser

Beirat:

Marlene Altenmüller, Melanie Ott,
Ilona Schuhmacher, Katrin Vogelmann

Postanschrift

Amt für evangelische Jugendarbeit

Postfach 450131, 90212 Nürnberg

Telefon: 0911 4304-284

zett@ejb.de

Gestaltung: Katja Pelzner

Druck: klimaneutral

Papier: FSC zertifiziert

Wenng Druck GmbH, Auflage: 4.000

Bildnachweise:

Titelseite:

©istockphoto.com/swissmediavision

Nächste Ausgabe: August 2021

Redaktionsschluss: 6. Juli 2021



MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C109582



Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/12223-2105-1003

ej blüht auf!

#zusammenwachsen

#zusammenhalten

