

# StartUP-Challenge: Das Vaterunser beten



## Darum geht's:

Im Alltag fällt das Beten den Teens oft schwer. Manchmal hilft es ihnen zu wissen, was sie beten können. Das Vaterunser hat sich dafür bewährt. Da in der Corona-Zeit regelmäßiges und gründliches Händewaschen bewusster praktiziert wird, lässt sich das Vaterunser super in diese Alltagshandlung einbinden. Bei normalem Sprechtempo kommt man auf ca. 30 Sekunden und hat so gleichzeitig eine Orientierung, wie lange man Händewaschen soll. Teens können auf diese Weise das Vaterunser in ihren Alltag einbinden.

## Challenge:

Wir fordern die Teens in der kommenden Woche heraus, mindestens einmal am Tag beim Händewaschen das Vaterunser zu beten!

## Ablauf Online-Meeting:

### WarmUP:

Vergesst nicht, dass eure Teens schon eine Menge online unterwegs sind und eine lockere Atmosphäre brauchen. Deswegen sollte ein WarmUP auch bei einem Online-Treffen unabdingbar sein. Tolle Anregungen zur Gestaltung einer digitalen Stunde, Spielvorschläge u.v.m. findet ihr u.a. hier:

- <https://www.jugendarbeit.online/>
- <https://www.praxis-jugendarbeit.de/jugendarbeits-blog/T187-Corona-ONLINE-GRUPPENSTUNDEN.html>
- <https://www.jugendleiter-blog.de/corona/>

### Blitzlicht:

In dieser Zeit ist es besonders wichtig, die Beziehungsebene zu den Teens zu halten. Deswegen ist eine Blitzlichtrunde oder ein intensiverer Austausch, wie es jedem und jeder gerade so geht, unverzichtbar. Überlegt euch eine Methode, wie ihr das innere Erleben der Teens hörbar machen könnt. (Highlight, Lowlight; Fünf-Finger Methode)

### Fragen, um die Challenge mit den Teens zu reflektieren:

- Wie fühlst du dich, wenn du beim Händewaschen anfängst zu beten?
- Gibt es andere tägliche Handlungen, die sich gut mit Gebeten kombinieren lassen?
- Ändert sich dein Verhältnis zum Vaterunser, wenn du es regelmäßig betest?
- Wie könnte aus einem altbekannten Gebet für dich ein persönliches Gebet werden?

### Biblischer Bezug:

Matthäus 6,9-13

### Abschluss gestalten:

Am Ende empfehlen wir euch eine GIF Challenge durchzuführen. Die Teens können in Videocall-Tools wie z.B. Zoom, Eyeson oder Skype verschiedenste GIFs auswählen, die dann in ihrem Sichtfenster erscheinen. Jemand nennt ein Schlagwort und die Teens suchen nach dem passendsten, lustigsten GIF in ihrer Bibliothek. Kann etwas albern werden, macht aber viel Spaß und lässt alle mit einem Lachen den Chat verlassen.

Sammelt doch zum Schluss noch Gebetsanliegen, betet zusammen und segnet die Teens.