

Starke Gefühle: Schmerzen

Unterrichtsbausteine zu schatten und licht, Heft 1/2015

Pfarrerin Teresa Nieser

„Schön, wenn der Schmerz nachlässt.“ Schmerzen kennt jeder Mensch – in unterschiedlichem Ausmaß. Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Herzschmerz, Phantomschmerzen... Tut gerade nichts weh, denken wir wenig darüber nach. Erst im Angesicht von Schmerzen wird deutlich, wie sehr Schmerzen das Leben beherrschen können und welche Kraft in diesem Gefühl steckt.

In der Ausgabe von schatten und licht „Starke Gefühle: Schmerzen“ werden drei Menschen vorgestellt, deren Leben ganz von Schmerzen beherrscht war.

Frau S. betäubte ihre seelischen und körperlichen Schmerzen mit Alkohol. Ein weiterer Schmerz durch eine Patellafraktur brachte dann etwas in Bewegung und Frau S. fand einen Weg hinaus aus dem Kreislauf von Schmerzen, Sucht und Schmerzbetäubung. Das Beratungs- und Behandlungszentrum für Suchterkrankungen der eva unterstützt sie dabei.

Sabrina verletzt sich selber. Sie fügt sich körperliche Schmerzen zu, um die seelischen Schmerzen auszuhalten. Mit Unterstützung des Krisen- und Notfalldienstes Stuttgart der eva wagt sie sich auf den Weg, ihrem Schmerz ohne Selbstverletzung zu begegnen.

Oyas Leben wird ab ihrem 14. Lebensjahr so sehr von körperlichen Schmerzen bestimmt, dass die körperlich behinderte Frau ihre bis dahin erlernte Selbstständigkeit verliert. Neben Schmerzmitteln braucht sie eine Lebensform, in der sie ihr Leben selbständig gestalten kann. Die Individuelle Schwerbehinderten Assistenz der eva hilft ihr dabei.

Alle drei Frauen wissen genau, was Schmerz ist und welche Macht er ausüben kann. Aber sie haben Wege gefunden, sich aus dieser Macht zu befreien. Verschiedene Einrichtungen der eva unterstützen sie auf diesen Wegen.

Die biblische Überlieferung reflektiert die Auseinandersetzung mit Schmerzen in vielfältiger Weise. Der leidende Gottesknecht findet Halt und Stärke in Gott, um sein Leiden zu ertragen (vgl. Jes 50,1-9). In den Psalmen sind vielfältige Stimmen überliefert, die ihr Leid Gott klagen, die Gott *anklagen* und dennoch (oder: gerade) von ihm Hilfe erwarten (vgl. Ps 69, Ps 22, Ps 13). Leid, Not und Schmerzen finden Raum und Sprache, werden sag-bar und haben einen Adressaten: Gott. Ihm ist das Leiden aller Kreatur nicht gleichgültig. Er hört das Klagen, er zeigt Erbarmen und leidet mit – so sehr, dass er selbst in Jesus Christus das Leid der Welt auf sich nimmt. Dieser Gott kennt das Leiden und er selbst wird Mensch, um seine Schöpfung aus der Macht des Leides zu befreien.

Zielgruppe: Schülerinnen und Schüler, Konfirmandinnen und Konfirmanden;
Sek. I, Klasse 7-9

Hauptmedium: schatten und licht 1/2015: „Starke Gefühle: Schmerzen“

Methoden: Vier-Ecken-Gespräch, Textarbeit, Plakatpräsentation, Blitzlicht

Sozialformen: Plenum, Gruppenarbeit, Einzelarbeit

Zeitbedarf: Ca. 2 Schulstunden bzw. 1x90 Minuten Konfirmandenunterrichtszeit

Materialien: M 1 bis M 4

Lernziele:

Die Jugendlichen lernen Lebenssituationen kennen, in denen Schmerzen zum lebensbestimmenden Faktor werden.

Die Jugendlichen lernen Hilfsangebote der eva kennen und setzen sich damit auseinander, welche Auswirkungen diese Angebote entfalten können.

Sie reflektieren die Vorstellung des mitleidenden Gottes und setzen sie zu ihrem eigenen Leben sowie den kennengelernten Lebenssituationen ins Verhältnis.

I. Didaktischer Kommentar

Jeder kennt Schmerzen. Auch die Konfirmandinnen und Konfirmanden, Schülerinnen und Schüler haben bereits Erfahrungen mit Schmerzen. Daran wird zunächst angeknüpft, und zwar bewusst mit „einfachen“ Schmerzen wie Zahn- oder Halsweh, die in der Regel nicht nur kommen, sondern auch gehen. Auch Herzschmerz dürfte den meisten Jugendlichen vertraut sein; ihre Bereitschaft, in der Schule oder im Konfirmandenunterricht offen darüber zu reden, ist aber wahrscheinlich deutlich geringer als über Zahn- und Kopfweh.

Mit dem Phänomen des selbstverletzenden Verhaltens sind wahrscheinlich schon einige Jugendliche in Kontakt gekommen, sei es aus eigener Erfahrung, sei es aus der von Freunden oder Bekannten. Hier ist Fingerspitzengefühl bei der Gruppeneinteilung und beim Austausch über das Beispiel Sabrinas gefragt.

Die Beispiele von Frau S. und Oya sind allein schon aufgrund des Lebensalters, aber auch in der Sache weiter weg vom Leben der meisten Jugendlichen. Gleichwohl kann es in den Klassen oder Konfirmandengruppen Jugendliche geben, die Erfahrungen mit Alkohol oder mit alkoholkranken Angehörigen haben. Wo die Inklusion schon weiter umgesetzt ist, ändert sich auch die Kenntnis über und der Umgang mit Menschen mit Behinderung.

Mit Hilfe der drei Texte aus schatten und licht lernen die Jugendlichen Lebenssituationen kennen, in denen Menschen von Schmerzen bestimmt sind. Sie setzen sich mit der lebensprägenden Kraft von Schmerzen auseinander und reflektieren, was professionelle Hilfsangebote ausrichten können. Darüber hinaus entwickeln sie Ideen, was oder wer den Menschen weiterhin helfen könnte. In der Zwischenrunde beim Vorstellen der Ergebnisse werden diese Ideen gewürdigt.

Die diakonische Arbeit der Evangelischen Gesellschaft in ihren Einrichtungen versteht sich als Ausdrucksform des Glaubens an Jesus Christus in tätiger Nächstenliebe. Der christliche Glaube kennt die Vorstellung Gottes, der mit seiner Schöpfung und mit seinen Geschöpfen mit-leidet. Die Jugendlichen reflektieren diese Vorstellung im Blick auf die konkreten Beispiele sowie die Hilfe, die die drei Frauen erfahren haben, und sie setzen sich mit ihrer eigenen Haltung dazu auseinander. Es ist gut möglich, den Unterrichtsentwurf im Rahmen einer Einheit zur Theodizee durchzuführen. Dann sollte unbedingt mehr Zeit eingeplant werden für Diskussionen rund um die Frage, warum Gott solche Schmerzen zulässt sowie ob und inwiefern die Vorstellung des mitleidenden Gottes eine Antwort auf die Theodizeefrage sein kann.

II. Unterrichtsbausteine

Allen Schülerinnen und Schülern bzw. Konfirmandinnen und Konfirmanden steht das Heft *schatten und licht 1/2015 "Starke Gefühle: Schmerzen"* zur Verfügung.

Nach dem Einstieg im Plenum und in Interessengruppen bearbeiten die Jugendlichen in Gruppenarbeit die drei Lebensgeschichten und drei eva-Einrichtungen anhand der Texte in *schatten und licht*, reflektieren die Hilfe durch die Einrichtungen der eva und überlegen, ob es für die drei Frauen noch andere (professionelle oder nicht-professionelle) Unterstützung geben könnte.

Es folgt eine Zwischenrunde mit Präsentation der Ergebnisse, danach hören die Jugendlichen die Kurz-Andacht auf der letzten Seite des *schatten und licht*-Hefts. Sie reflektieren die christliche Vorstellung eines mitleidenden Gottes, setzen sie ins Verhältnis zu den drei kennengelernten Schicksalen und überlegen, wie sie selbst zu dieser Vorstellung stehen.

Die Ergebnisse aus der Vertiefungsphase werden im Plenum vorgestellt und gebündelt.

Überblick über den Gesamttablauf

Einstieg: Baustein 1 (Plenum und Gruppen), ca. 10 min
Erarbeitung: Baustein 2-4 (Gruppenarbeit), je ca. 30 min
Zwischenpräsentation: Baustein 5 (Plenum), ca. 20 min
Vertiefung: Baustein 6 (Plenum, Gruppen und Einzelarbeit), ca. 15 min
Bündelung und Abschluss: Baustein 7 (Plenum), ca. 15 min

Baustein 1 – Einstieg (Plenum und Gruppen)

Im Raum verteilt sind Plakate mit verschiedenen Schmerz-Arten (**M1**): Zahnschmerzen, Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Halsschmerzen... Je nach der jeweiligen Gruppendynamik kann auch noch ein Plakat mit „Herzschmerz“ dazugenommen werden.

Die Jugendlichen stellen sich zu dem Plakat, auf dem der für sie unangenehmste Schmerz steht. Dort sprechen sie in der Gruppe über folgende Fragen (**M2**):

1. Wann hattest du diese Schmerzen?
2. Wie lange hattest du diese Schmerzen? Wann gingen sie wieder weg?
3. Was hat dir geholfen gegen die Schmerzen?

Austausch im Plenum über die Ergebnisse in den Gruppen.

Überleitung zu den drei Lebensgeschichten aus *schatten und licht*, z. B.:

„Ihr habt euch über verschiedene Arten von Schmerzen Gedanken gemacht. Ihr kennt selber Schmerzen. Ihr habt auch die Erfahrung gemacht, dass sie wieder weggehen. Manchmal haben Menschen aber Schmerzen, die sehr lange bleiben. Oder immer. Und die ihr Leben komplett bestimmen. Drei Geschichten von Menschen werden wir uns heute näher anschauen und auch sehen, was diesen geholfen hat, mit ihren Schmerzen zurechtzukommen.“

Baustein 2 – Erarbeitung (Gruppe 1)

Schon mit 13 hat der Alkohol dazu gehört. *Trinken, um die seelischen und körperlichen Verletzungen zu vergessen*

1. Text aus *schatten und licht 1/2015* lesen und erarbeiten.

Die Schülerinnen und Schüler bzw. Konfirmandinnen und Konfirmanden lesen den Text „Schon mit 13 hat der Alkohol dazu gehört. *Trinken, um die seelischen und körperlichen Verletzungen zu vergessen*“ sowie den zugehörigen Infokasten und bearbeiten folgende Aufgaben:

1. Lest den Text über Frau S. gründlich durch und versucht, euch ein Bild von Frau S.´ Lebenssituation zu machen. Unterstreicht wichtige Aussagen darüber, welche Schmerzen Frau S. in ihrem Leben erfahren hat.
2. Überlegt gemeinsam: Welche Art(en) von Schmerzen hat Frau S. erlebt? Und welche Auswirkungen hatten die Schmerzen? Was hat Frau S. getan, um den Schmerzen zu entkommen? Notiert eure Ergebnisse in Stichworten.
3. Stellt Euch vor, Frau S. hätte ein Leben ohne diese Schmerzen gehabt. Wie wäre es wohl verlaufen? Schreibt eure Ideen auf.

4. Welche Rolle spielt die Hilfe des Beratungs- und Behandlungszentrums für Suchterkrankungen im Leben von Frau S.? Nutzt die Informationen aus dem Fließtext und aus dem Kasten.
Habt ihr Ideen, wer oder was Frau S. darüber hinaus weiterhelfen könnte?
Notiert auch diese Ergebnisse.

2. Vorbereitung Präsentation: Plakat gestalten

Gestaltet ein Plakat mit den Ergebnissen eurer Gruppenarbeit.

Dabei sollt ihr

- die Art der Schmerzen und ihre Wirkung auf das Leben von Frau S. vorstellen,
- eure Ideen zeigen, wie Frau S. ' Leben ohne Schmerzen möglicherweise verlaufen wäre und
- die Hilfe, die Frau S. durch das Beratungs- und Behandlungszentrum der eva bekommen hat, sowie eure Ideen für Unterstützung präsentieren.

Baustein 3 – Erarbeitung (Gruppe 2)

„Ich werde mich jetzt schneiden“ – *Schmerzen gegen den inneren Schmerz*

1. Text aus *schatten und licht 1/2015* lesen und erarbeiten.

Die Schülerinnen und Schüler bzw. Konfirmandinnen und Konfirmanden lesen den Text „Ich werde mich jetzt schneiden“ – *Schmerzen gegen den inneren Schmerz* sowie die zugehörigen Infokästen und bearbeiten folgende Aufgaben:

1. Lest den Text über die junge Frau Sabrina gründlich durch und versucht, euch ein Bild von Sabrinas Lebenssituation zu machen. Unterstreicht wichtige Aussagen darüber, welche Schmerzen Sabrina in ihrem Leben erfahren hat.
2. Überlegt gemeinsam: Welche Art(en) von Schmerzen hat Sabrina erlebt? Und welche Auswirkungen hatten die Schmerzen? Was tat und tut Sabrina, um den Schmerzen zu entkommen?
Notiert eure Ergebnisse in Stichworten.
3. Stellt Euch vor, Sabrina hätte ein Leben ohne diese Schmerzen gehabt. Wie wäre es wohl verlaufen? Schreibt eure Ideen auf.
4. Welche Hilfe bekommt Sabrina direkt am Telefon des Krisen- und Notfalldienstes? Welche Hilfen werden ihr darüber hinaus angeboten? Nutzt die Informationen aus dem Fließtext und aus den Kästen.
Habt ihr Ideen, wer oder was Sabrina außerdem weiterhelfen könnte?
Notiert auch diese Ergebnisse.

2. Vorbereitung Präsentation: Plakat gestalten

Gestaltet ein Plakat mit den Ergebnissen eurer Gruppenarbeit.

Dabei sollt ihr

- die Art der Schmerzen und ihre Wirkung auf Sabrinas Leben vorstellen,
- eure Ideen zeigen, wie Sabrinas Leben ohne Schmerzen möglicherweise verlaufen wäre und
- die Hilfe, die Sabrina am Notfalltelefon des Krisen- und Notfalldienstes bekommt und die Hilfen, die ihr am Telefon außerdem angeboten werden, sowie eure Ideen für Unterstützung präsentieren.

Baustein 4 – Erarbeitung (Gruppe 3)

„Ich habe mich missverstanden und bevormundet gefühlt“ - *Die schmerzhafteste Behinderung hat ihr ganzes Leben bestimmt*

1. Text aus *schatten und licht 1/2015* lesen und erarbeiten.

Die Schülerinnen und Schüler bzw. Konfirmandinnen und Konfirmanden lesen den Text „Ich habe mich missverstanden und bevormundet gefühlt“ - *Die schmerzhafteste Behinderung hat ihr ganzes Leben bestimmt* sowie den zugehörigen Infokasten und bearbeiten folgende Aufgaben:

1. Lest den Text über Oya gründlich durch und versucht, euch ein Bild von ihrer Lebenssituation zu machen. Unterstreicht wichtige Aussagen darüber, welche Schmerzen Oya in ihrem Leben erfahren hat.
2. Überlegt gemeinsam: Welche Art(en) von Schmerzen hat Oya erlebt? Und welche Auswirkungen hatten die Schmerzen? Was tat Oya, um den Schmerzen zu begegnen?
Notiert eure Ergebnisse in Stichworten.
3. Stellt Euch vor, Oya hätte ein Leben ohne diese Schmerzen gehabt. Wie wäre es wohl verlaufen?
Schreibt eure Ideen auf.
4. Welche Rolle spielt die Hilfe durch die Individuelle Schwerbehinderten Assistenz in Oyas Leben? Nutzt die Informationen aus dem Fließtext und aus dem Kasten.
Habt ihr Ideen, wer oder was Oya darüber hinaus weiterhelfen könnte?
Notiert auch diese Ergebnisse.

2. Vorbereitung Präsentation: Plakat gestalten

Gestaltet ein Plakat mit den Ergebnissen eurer Gruppenarbeit.

Dabei sollt ihr

- die Art der Schmerzen und ihre Wirkung auf Oyas Leben vorstellen,
- eure Ideen zeigen, wie Oyas Leben ohne Schmerzen möglicherweise verlaufen wäre und
- die Hilfe, die Oya durch die Individuelle Schwerbehinderten Assistenz der eva bekommen hat, sowie eure Ideen für Unterstützung präsentieren.

Baustein 5 – Zwischenpräsentation (Plenum)

Die Jugendlichen präsentieren sich gegenseitig ihre Ergebnisse anhand der Plakate und tauschen sich darüber aus.

Baustein 6 – Vertiefung (Plenum, Gruppen und Einzelarbeit)

Noch im Plenum wird die kurze Andacht auf der letzten Seite von schatten und licht gelesen: „Auch Gott kennt Schmerzen“. In einer ersten Runde werden Rückmeldungen zur Vorstellung des mitleidenden Gottes gesammelt.

Daraufhin gehen die Jugendlichen nochmals in die Gruppen zu den drei Texten und überlegen gemeinsam, wie die jeweilige Person aus den drei Texten auf diese Andacht reagiert hätte.

Die Jugendlichen schreiben ihre Antworten in große, vorbereitete Sprechblasen (**M3**).

Danach bekommt jede(r) einen Zettel mit einer Denkblase, in die er oder sie eigene Gedanken zur Andacht eintragen kann (**M4**). Dies macht jede(r) für sich alleine.

Baustein 7 – Bündelung und Abschluss (Plenum)

Die Jugendlichen stellen sich gegenseitig ihre Sprechblasen vor, erläutern sie, wenn nötig, und tauschen sich darüber aus.

Wenn es die Gruppendynamik erlaubt, können auch die Denkblasen gegenseitig – auf freiwilliger Basis – vorgestellt werden.

Zum Abschluss gibt es eine Blitzlichttrunde, in der jede(r) einen Satz dazu sagen kann, was er oder sie heute mitnimmt.