

# Starke Gefühle: Hoffnungslosigkeit

## Unterrichtsbausteine zu schatten und licht, Heft 1/2016

Pfarrer Gerd Mohr

**Hoffnungslos – am Ende. Wenn selbst die Hoffnung fehlt, dann ist gar nichts mehr da. Geld mag fehlen, eine Wohnung mag fehlen, die Liebe mag verloren gehen, aber wenn sogar die Hoffnung verloren gegangen ist? Dann ist auch verloren gegangen, dass es wieder besser werden kann. Wer hoffnungslos ist, hat gar nichts mehr. Wie kann es so weit kommen?**

**Drei Beispiele in Schatten und Licht 1/2016 zeigen, wie Menschen in solche Not geraten können. Die drei Beispiele machen aber auch klar, woher wieder Hoffnung kommen kann. Denn Hoffnung kann – so wie sie verloren geht – auch langsam wieder aufgebaut werden.**

Die Menschheit kennt das Gefühl der Verlorenheit und der Hoffnungslosigkeit schon lange. Die alten Kulturen kannten Geschichten von der Sinnlosigkeit, der Verlorenheit, der Hoffnungslosigkeit. Odysseus suchte zehn Jahre lang seine Heimat und verlor manches Mal beinahe die Hoffnung, seine Heimat und seine geliebte Frau wiederzusehen. Diese Geschichte ist vielleicht aktueller denn je in dieser Zeit.

Sisyphos rollte seinen Felsen vergeblich immer und immer wieder den Berg hinauf – immer wieder von der Hoffnung getrieben, es würde doch einmal gelingen. Und doch wusste er in seinem Herzen, dass seine Aufgabe sinnlos und sein Hoffen hoffnungslos war – der Stein rollte immer wieder den Berg hinab. Tantalos war unsagbar durstig und hungrig. Das Wasser war zum Greifen nahe, die Früchte der Bäume hingen ihm beinahe in den Mund. Und jedes Mal, wenn er danach greifen wollte, verschwanden Wasser und Früchte in unerreichbare Ferne. Absolute Hoffnungslosigkeit, weil die Rettung so nahe vor Augen stand.

Hoffnungslosigkeit ist wahrlich ein Tiefpunkt des Menschen. Wie geraten Menschen in solche Hoffnungslosigkeit? Woher kommt Hilfe für sie? Wie kann Hoffnung wieder aufkeimen?

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

**Hauptmedium:** Schatten und Licht 1/2016: „Starke Gefühle:  
Hoffnungslosigkeit“

**Methoden:** Unterrichtsgespräch, Gruppenarbeit, Nachspielen von Situationen,  
Textarbeit, Diskussion in den Gruppen, Präsentation der Ergebnisse.

**Sozialformen:** Plenum und Gruppenarbeit.

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

**Materialien:** M 1 bis M 4

**Lernziele:**

Die Jugendlichen lernen das Gefühl der Hoffnungslosigkeit kennen und erfahren,  
was es heißt, hoffnungslos zu sein. Sie lesen Texte der Bibel und andere Texte,  
die Hoffnung in der Hoffnungslosigkeit aufzeigen. Sie erfahren einiges über  
Einrichtungen der eva.

Die Jugendlichen reflektieren die Angebote der eva und setzen sie zu ihren  
eigenen Erfahrungen ins Verhältnis.

## I. Beispiele

### Beispiel 1: Spielsucht

Sucht kann uns aller Hoffnung berauben. Dabei ist das Perfide, dass gerade die  
Sucht immer wieder Hoffnungen macht. Spielsucht gaukelt vor, dass wir reich  
werden können. Sie spielt mit unserer Hoffnung, vielleicht auch nur mit unserer  
Gier. Eigentlich ist es nur das Spiel mit dem Belohnungssystem unseres Gehirns,  
das uns belohnt mit Endorphinen und Dopamin, wenn wir denn einmal gewinnen.  
Immer und immer wieder wollen wir diese Belohnung.

Die Jugendlichen kennen diese Hoffnung auf Belohnung sehr gut. Auch  
Computer- und Konsolenspiele basieren auf diesem Prinzip. Immer und immer  
wieder laden die jungen Menschen den letzten Spielstand – in der Hoffnung, den  
Gegner dieses Mal zu besiegen. Spielsucht? Vielleicht nicht bei allen, aber wer  
von den Jugendlichen ehrlich ist, wird vermutlich zugeben, dass da durchaus  
Sucht mit im Spiel ist.

Der Text in Schatten und Licht zeigt aber auch Hoffnung auf. Der Süchtige stand  
schon vollkommen hoffnungslos an den Schienen – und sah in der Gestalt seiner  
Tochter den Hoffnungsschimmer aufscheinen. Er hatte die Kraft, sich aus der  
Hoffnungslosigkeit zu lösen, indem er Hilfe von der Suchtberatungsstelle der eva  
angenommen hat, die es zum Glück gab.

Die Hoffnung kam nach und nach wieder. Nach einigen Therapien und auch durch die Kraft der Liebe, die er für seine Tochter empfindet, war er befreit von der Hoffnungslosigkeit.

### **Beispiel 2: Einsamkeit**

Ein älterer Mann hat alle Hoffnung aufgegeben. Seine Frau ist gestorben, seine Töchter haben den Kontakt beinahe eingestellt. Wenn sie doch mal miteinander reden, ist nur noch Streit da. Welche Aufgabe hat er noch? Was hat er für Ziele im Leben? Hat sein Leben noch einen Sinn?

Ein 16jähriges Mädchen hat Angst vor der Leere und der Lieblosigkeit in ihrem Leben. Sie findet im Leben derer, die sie lieben müssten, nicht statt. Sie ist nur anwesend, aber sie spielt keine Rolle. Jugendliche kennen diese Situation oder können sich zumindest in sie hineinfühlen.

Die Telefonseelsorge hilft in diesen Situationen einfach dadurch, dass endlich jemand da ist, Aufmerksamkeit schenkt und zuhört. Die einsamen Menschen werden wahrgenommen, finden sich im Gegenüber. Ich-Werdend am Du nennt das der jüdische Religionsphilosoph Martin Buber. Wir brauchen ein Gegenüber, das uns wahrnimmt, das uns Liebe schenkt.

Die Telefonseelsorge hilft aus der Einsamkeit und schenkt so neue Hoffnung.

### **Beispiel 3: Hoffnungslosigkeit durch die Verhältnisse**

Das Paar hat es noch relativ gut, sie sind nicht alleine. Und doch haben sie Träume, die nicht sonderlich übertrieben sind: eine Wohnung, eine gesicherte Existenz, einen Ort, an dem sie mit ihrem Hund leben können. Die Träume aber zerplatzen immer wieder. Im Haus Wartburg der eva bekommen sie eine Unterkunft, Beratung und Hilfe. Und sie bekommen Mut gemacht, wenn es wieder einmal nicht geklappt hat. Ehrlich wird im Bericht aber auch gesagt, dass es manchmal Fälle gibt, in denen selbst der Sozialarbeiter wenig Hoffnung hat.

Die Jugendlichen kennen solche Menschen aus dem Straßenbild. Sie kennen die Angst, was es bedeuten könnte, auch so abzurutschen. Oder sie kennen die Überheblichkeit, mit der sie auf diese Menschen herabblicken. Es ist wichtig, diese Menschen als Menschen wahrzunehmen, ihnen auf Augenhöhe und mit Respekt zu begegnen.

## II. Unterrichtsbausteine

Allen Schülerinnen und Schülern bzw. Konfirmandinnen und Konfirmanden steht das Heft *schatten und licht 1/2016 "Starke Gefühle: Hoffnungslosigkeit"* zur Verfügung.

### Überblick über den Gesamttablauf

*Textarbeit und kurze Präsentation:* Baustein 1 (Gruppenarbeit), 15 min  
*Nachspielen von Situationen:* Baustein 2 (Plenum), 15 min  
*Textarbeit und Diskussion:* Baustein 3 (Gruppenarbeit), 15 min  
*Unterrichtsgespräch und Nachspielen von Situationen:* Baustein 4 (Plenum), 15 min  
*Textarbeit und Nachspielen von Situationen:* Baustein 5 (Gruppenarbeit), 20 min  
*Bündelung und Präsentation der Ergebnisse:* Baustein 6 (Plenum), 8 min  
*Gebet und Abschluss:* Baustein 7 (Plenum), 2 min

### Baustein 1 – Textarbeit und kurze Präsentation (Gruppenarbeit)

Die Schülerinnen und Schüler bzw. Konfirmandinnen und Konfirmanden teilen sich in drei Gruppen auf. Jede der Gruppen liest einen der Texte in Schatten und Licht 1/2016: „*Lange Zeit hoffnungslos in der Sucht gefangen: Fast verspielt*“, „*Andreas und Sabine Vogt versuchen im Haus Wartburg den Neustart: Wo Träume sind, ist auch Hoffnung*“ und „*Anruf bei der TelefonSeelsorge: Keine Wut, keine Trauer – nur noch Hoffnungslosigkeit*“.

Sie stellen sie den anderen Gruppen anhand einer kurzen Präsentation vor.

### Baustein 2 – Nachspielen von Situationen (Plenum)

Den Jugendlichen wird die Geschichte von Tantalos kurz erzählt (Wikipediaartikel über Tantalos). Einzelne Jugendliche sollen die Szene des Tantalos nachspielen, der hungrig und durstig ist, aber Essen und Trinken nicht erreichen kann.

Sie sollen dabei die Hoffnungslosigkeit pantomimisch oder in ihren Gesichtsausdrücken darstellen.

### **Baustein 3 – Textarbeit und Diskussion (Gruppenarbeit)**

Wieder in den Gruppen wird **M 1** / Impulse zu Hoffnung/Hoffnungslosigkeit ausgeteilt. Die Jugendlichen sollen die Impulse mit der Situation der Menschen, die sie zuvor erarbeitet haben, in Beziehung setzen.

Was ist hilfreich? Was ist keine Hilfe? Dann sollen sie sich überlegen, was den hoffnungslosen Menschen helfen könnte oder ihnen geholfen hat.

### **Baustein 4 – Unterrichtsgespräch und Nachspielen von Situationen (Plenum)**

Im Plenum werden im Unterrichtsgespräch die hilfreichen Impulse und die möglichen Hilfen ausgetauscht. Jetzt stellen die Jugendlichen pantomimisch oder mit ihren Gesichtsausdrücken „Hoffnung“ dar.

### **Baustein 5 – Textarbeit und Nachspielen von Situationen (Gruppenarbeit)**

Wieder in den Gruppen wird **M 2** / der Jahresbericht der Telefonseelsorge angeschaut, besonders die Seite „Das Jahr 2014 in Zahlen“. Dabei sollen die Jugendlichen die Zahlen anschauen und sich bewusst machen, was die Themen der Anrufenden sind.

Sie gehen in Dreiergruppen zusammen und führen ein mögliches Telefongespräch Rücken an Rücken. Ein Jugendlicher beobachtet und meldet zurück, was ihm beim Gespräch aufgefallen ist.

### **Baustein 6 – Bündelung und Präsentation der Ergebnisse (Plenum)**

Im Plenum können einzelne Gespräche nochmals vorgeführt und gemeinsam angeschaut werden, falls noch Zeit ist.

Dann werden Ergebnisse an der Tafel gesammelt unter der Fragestellung: „Wie kann in der Hoffnungslosigkeit geholfen werden?“

### **Baustein 7 – Gebet und Abschluss (Plenum)**

Zum Abschluss könnte der Psalm 23 oder der Psalm 121 im Plenum gebetet werden: **M 3** und **M 4**.