



Group Programm zur Celebration vom 10.05.2020

Gott erleben | Gemeinschaft | Wachsen

KRISEN – Wie sie zu Chancen werden

„Beziehungskrisen“ mit Leo & Susanna Bigger, Tobias & Frauke Teichen

Beziehungen beginnen oft sehr romantisch, geraten dann aber in Schiefelage. Warum ist das so? Weshalb sind Frauen und Männer eigentlich so unterschiedlich? Und wie reagieren sie auf Impulse von außen? Bei einem Mann ist das recht einfach: In seinem Hirn gibt es verschiedene separate **Boxen** – eine für Fußball, eine für Essen, eine für Gott und eine für Autos. Vielleicht gibt es noch die eine oder andere mehr. Und dann gibt es eine Box für „nichts“. Begegnet der Mann nun einer Sache, die in keine der anderen Boxen passt – z.B. eine Biene – wird sie in „nichts“ gesteckt. Deshalb können Männer auch an nichts denken, wenn sie einfach so da sitzen.

Bei Frauen dagegen ist alles mit allem verbunden – ihr Inneres gleicht eher einem **Wollknäuel**. Sieht die Frau eine Biene, denkt sie an Essen, dadurch an den Einkauf und an viele weitere Dinge, die sie noch nebenher erledigen kann. Sie verbindet immer alles mit allem! Männer und Frauen sind so unterschiedlich, da braucht es ein Wunder, dass allein eine Beziehung zwischen ihnen überhaupt funktionieren kann.

Meist leiden wir in Beziehungen daran, dass wir vom anderen **enttäuscht** sind. Ent-Täuschung bedeutet jedoch in erster Linie, dass du dich selbst getäuscht hast in den Erwartungen, die du an die andere Person gestellt hast. Wir alle haben unterschiedliche Erwartungen, ob bewusst oder unbewusst. Deshalb passiert es auch immer wieder, dass Menschen Dinge sagen, die dich treffen. **Und wenn uns etwas trifft, dann betrifft es uns**. Es ist gut, hier mal einen Blick in den Spiegel zu werfen und Gott zu fragen: „Warum bin ich eigentlich getroffen? Was löst es in mir aus?“ Hilfreich sind hierbei die folgenden drei Schritte:

- 1. Perspektive wechseln:** Uns ist sehr bewusst, was wir uns vom anderen wünschen. Doch die Bibel fordert uns in Jakobus 4,1 zu einem Perspektivwechsel auf – mit Gottes Hilfe! Es ist wie ein „Pausenknopf“, den Gott dir mitten im Konflikt anbietet. Psalm 5 zeigt dir, wie du diesen Perspektivwechsel erreichen kannst.
 - Vers 2-3: Erstmal alles vor Gott „auskotzen“ – er kann das ab, und dich erleichtert es.
 - Vers 4: Zur Ruhe kommen, auf Gott warten – er hat so viele Wege, dir zu antworten.
 - Vers 5+8: Die göttliche Perspektive einnehmen – God is in control!
- 2. Bete für sie:** Es ist wichtig, Gott die Kontrolle zu übergeben für alles, wo du dich ungerecht behandelt fühlst. Dann bist du sogar in der Lagen, für diejenigen beten, die dich nerven. Höre hin, was Gott dir sagt, gerade über die andere Person. Viel ändert sich schon dadurch, dass du von einem Menschen mehr erfährst, z.B. über die Herausforderungen, die er in seinem Leben gerade zu meistern hat. Und oft zeigt Gott dir, dass das Problem (zumindest ein Stück weit ☺) auch bei dir selbst liegt.
- 3. Handle als Erster:** Wenn du nicht selbst investierst, wird die Beziehung zerbröckeln, denn durch Routine schläft alles ein. Offenbarung 2,4-5 fordert dich auf: Tue Gutes, tue die ersten Werke! Wenn zwei Personen in ihre Beziehung investieren (+/+), wird es gelingen. Investiert nur noch einer (+/- oder -/+), weil der andere frustriert ist, wird es schon schwieriger... irgendwann geben dann beide auf (-/-).
Wie bei einer zweiteiligen Brücke (z.B. die London Tower Bridge) funktionieren Beziehungen nur, wenn beide Brückenteile unten sind. Deshalb: Lass deinen Brückenteil als erster wieder hinunter!

Es ist so wichtig, dass du dich selbst liebst, **wie Gott dich liebt**. Wenn du dich nicht liebst, hast du viele Erwartungen an andere – wenn du aber weißt, dass du gesegnet bist, kannst du auch **selbst ein Segen** sein. Lies noch einmal Offenbarung 2,4-5 und überlege: Was habe ich in meiner Freundschaft, meiner Ehe, meiner Familie verlassen? Tue die ersten Werke! Lasst uns zurückkehren zur ersten Liebe Gottes.



Group Programm zur Celebration vom 10.05.2020

Gott erleben | Gemeinschaft | Wachsen

Group Zeit

Austausch: Bibelleseplan & Umfrage (30 min)

Schaut zurück auf eure Woche: Habt ihr die letzten vier Andachten des Bibelleseplans gut nutzen können und seid ihr die vorgeschlagenen Schritte (Gebet, Get free & Next Step) gegangen? Was habt ihr dabei mit Gott erlebt? Tauscht euch zu Beginn gern in einer kurzen Runde darüber aus.

Außerdem: Wie wäre es, wenn ihr die Umfrage aus der Predigt in eurer Group noch einmal wiederholt: „Was wünschst du dir bei einem Konflikt von deinem Gegenüber am meisten?“ Sagt es reihum oder schreibt es in die Chat-Funktion eurer Meetingsoftware. In der Predigt hatte die Antwort „Verständnis“ gewonnen – wie ist es bei euch?

Experience: Boxen & Wollknäuel (30 min)

Habt ihr (Männer) euch in den „Boxen“ bzw. (Frauen) euch in dem „Wollknäuel“ wiedergefunden? Erzählt einander, wie ihr euch selbst seht und erlebt. Kleine Anregung dazu:

- Für Männer: Welche Box hat euch gefehlt? Welche ist euch am wichtigsten?
- Für Frauen: Wie vernetzt empfindet ihr euch selbst? Wie schafft ihr es, eure Gedanken zu fokussieren?

Wollt ihr das Ganze noch einmal demonstriert sehen? Dann schaut euch dieses [Video](#) von Lorient an! 😊😊😊

Reflexion: Ent-Täuschung (30 min)

Tobis Beispiel von dem anstrengenden Schüler hat gezeigt: Unser Bild von einer Person ist immer unvollständig und oft schlicht falsch. Deshalb ist der Perspektivwechsel so wichtig. Denn nicht nur Männer und Frauen sind verschieden – auch innerhalb eines Geschlechts variieren die Persönlichkeitstypen gewaltig. Konflikte, Spannungen und Missverständnisse resultieren vor allem durch folgende Täuschungen:

„Wie ich fühle, denke und wahrnehme, ist es richtig...“ und „Der andere versteht schon, was ich meine...“

Die Psychologie sagt jedoch: Verständnis ist eher selten! Der Normalfall ist das Missverständnis, und die Folge eine Beziehungskrise. Deshalb ist die „Ent-Täuschung“ erstmal positiv, nämlich das Ende einer Täuschung! Fragt euch:

- In welchen Beziehungen bin ich aktuell enttäuscht? Welche Enttäuschungen sind das?
- Wie kann ich die Ent-Täuschung für ein besseres Verständnis des anderen nutzen?

Next Step: Handle zuerst! (30 min)

Du bist gesegnet, um ein Segen zu sein – doch soweit denken viele gar nicht. Segen ist dazu da, ihn weiterzugeben. Wie verstehst du „Segen“? Und bist du in deiner Identität als geliebtes Kind Gottes gefestigt? Sonst ist eventuell auch für dich selbst ein Perspektivwechsel hilfreich.

Möchtest du wieder „als Erster“ in deine Beziehung investieren (erinnert euch an +/- und die zweiteilige Brücke)? Die drei Fragen am Ende der Predigt könnt ihr gern als „Startpunkt“ für die kommende Woche verwenden:

- Mit welcher Person stehst du in einem Konflikt bzw. wo „ist deine Liebe erkaltet“?
- Was ist in eurer Beziehung verloren gegangen, was am Anfang vorhanden war und sie ausgemacht hat?
- Mit welchem Schritt gehst du in dieser Woche auf die Person zu?

Vertiefung: Bibelleseplan (zu Hause)

Hier könnt ihr wieder tiefer in das Thema einsteigen: Lest in der kommenden Woche die restlichen drei Andachten des [Bibelleseplans](#) („Heilung der Beziehung zu Gott durch Jesus“ – „Die Liebe Gottes trägt durch verschiedene Krisen hindurch“ – „Keine Krisenmächte können die Liebe Gottes aufhalten“) und geht die vorgeschlagenen Schritte.