

Bausteine für einen Kindergottesdienst für die Seele: Wie gehts denn Dir?

Seelische Gesundheit im Fokus

In einer Welt, die von vielen Herausforderungen geprägt ist, wird es immer wichtiger, auf die eigene seelische Gesundheit zu achten. Gerade Kinder haben oft viele – auch unausgesprochene Ängste: Angst vor Krieg, Umweltkatastrophen ... Sie sind oft vielen Gefühlen ausgesetzt, die sie noch nicht immer verstehen oder ausdrücken können.

Material:

- Plakat mit der Überschrift: Gott ist bei mir – egal wie ich bin
- Smileys mit verschiedenen Gefühlen: glücklich, traurig, nachdenklich, ängstlich....

Dieser Kindergottesdienst ist eine Einladung, sich mit den Themen „Gefühle“ und „Seelische Gesundheit“ auseinanderzusetzen. Die Kinder können erfahren, dass es in Ordnung ist, traurig oder wütend zu sein, und dass es immer einen Weg gibt, mit diesen Gefühlen umzugehen – sei es durch das Gespräch mit Gott, durch Kreativität oder das Vertrauen in die Gemeinschaft.

Mit der biblischen Geschichte von Bartimäus, der seine Hoffnung in Jesus setzt, können Kinder verstehen, dass Gott immer bei ihnen ist – besonders in den schwierigen Momenten des Lebens.

Lied: Du bist Du (Jürgen Werth)

Begrüßung:

Herzlich Willkommen zu unserem
Familiengottesdienst. Wie geht's Dir?

Heute wollen wir über ein sehr wichtiges Thema sprechen: unsere Gefühle und wie wir uns gut um unsere Seele kümmern können. Manchmal fühlen wir uns glücklich, manchmal traurig, ängstlich oder wütend. Das Schöne ist, egal wie wir uns fühlen, Gott möchte bei uns sein und uns stärken.

>>>

>>>

Impuls – Umgang mit Gefühlen

Kreuzzeichenlied

Daher möchten wir uns nun in einem Gebet an ihn wenden:

Gebet

Gott, Du kennst mich. Egal wie es mir gerade geht, ob ich glücklich oder traurig bin, Du bist bei mir. Dir kann ich vertrauen und im Gebet, alle meine Sorgen mit Dir besprechen. Dafür danken ich Dir. Amen.

Bibelgeschichte – „Jesus hilft, wenn wir traurig sind“ Die Heilung des blinden Bartimäus (Markus 10,46-52):

„Bartimäus war ein Mann, der in der Stadt Jericho lebte und auf der Straße saß. Er war blind und konnte nicht sehen, was um ihn herum geschah. Aber er hatte etwas sehr

Wichtiges:

Er wusste, dass Jesus ihm helfen konnte. Als er hörte, dass Jesus vorbeikam, rief er laut: „Jesus, erbarme dich meiner!“ Jesus hörte ihn und fragte ihn: „Was möchtest du, dass ich für dich tue?“ Bartimäus antwortete: „Herr, ich möchte wieder sehen.“ Und Jesus sagte zu ihm: „Dein Glaube hat dir geholfen. Sei geheilt!“

Fragen nach der Geschichte:

- „Warum denkt ihr, war Bartimäus traurig?“
- „Wie hat ihm Jesus geholfen?“
- „Wie fühlt ihr euch, wenn ihr traurig oder ängstlich seid?“

Es gibt ganz viele verschiedene Gefühle. Welche fallen euch ein? Die Kinder dürfen den passenden Smiley zu ihrem genannten Gefühl raussuchen und vorne auf das vorbereitete Plakat kleben.

Mit den Kindern überlegen, was helfen kann, wenn wir negative Gefühle haben, also traurig, ängstlich oder wütend sind.

- „Es ist gut, sich jemandem anzuvertrauen, wenn man traurig ist. Das können Eltern, Freund*innen oder die Großeltern oder Gota/Göti sein.“
- „Es hilft, wenn man in die Natur geht, Musik hört oder ein schönes Bild ansieht, um sich zu beruhigen.“
- „Gott ist immer da, um uns zu helfen, und er versteht unsere Gefühle.“ Wir können im Gebet uns ihm anvertrauen.“



Vaterunser

Segen – Aaronsegen Nach der Gute Nachricht Bibel: Numeri 6,24-26

Der Herr segne und beschütze euch!
Der Herr blicke euch freundlich an
und schenke euch seine Liebe! Der
Herr wende euch sein Angesicht zu
und gebe euch Glück und Frieden!

Einladung zum Einzelsegen:
Den Segen persönlich zugesprochen zu bekommen, ist etwas ganz besonders Stärkendes.

<<<

