
Fossi Bäumer
Erlebe Glaube!
40 Erlebnismethoden für Jugendarbeit, Schule und Gemeinde

Fossi Bäumer

Erlebe Glaube!

40 Erlebnismethoden für Jugendarbeit, Schule und Gemeinde

Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß § 44b UrhG (»Text und Data Mining«) zu gewinnen, ist untersagt.

Hinweis:
Die Anhänge, Arbeitsblätter und Kopiervorlagen der einzelnen Methoden im Buch stehen im SCM-Shop unter dem Artikel (Artikelnummer 182671000, unter »Details«) auch als Downloaddateien zur Verfügung.

© 2026 Born Verlag in der SCM Verlagsgruppe GmbH
Max-Eyth-Straße 41 · 71088 Holzgerlingen
bornverlag.de

Die Bibelverse sind folgender Ausgabe entnommen:
Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002 und 2006 R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH, Holzgerlingen (www.brockhaus-verlag.de)

Umschlaggestaltung: Stephan Schulze, Holzgerlingen
Titelbild: Freepik, Premium AI Image
Satz: typoscript GmbH, Walddorfhäslach
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Gedruckt in Deutschland
ISBN 978-3-87092-671-7
Bestell-Nr. 182.671

INHALT

Einleitung: Kognitive und noetische Erkenntniswege 5

Kapitel 1: Methoden zu verschiedenen Bibeltexten 9
Bibel und Standbilder 10
Bibelgeschichten in 3D 15
Bibeltext-Aufstellung 27
Bibliolog – Psalm 23 36
Der gute Hirte – Johannes 10,1-10 44
Der verlorene Sohn – Lukas 15 48
Die Frau am Brunnen – Johannes 4 57
Im Garten meines Lebens – Galater 5 64

Kapitel 2: Biografie-Arbeit 73
Was mich gerade bewegt 74
Lebenslinie 80
Masken und Rollen 87
Wer bin ich? 93
Stärken und Schwächen 98
Genogramm 103
Vorübungen zu Aufstellungen 108
Fantasiereise 116
Stressbewältigung 122
Fragen zum Austausch 131

Kapitel 3: Selbstbild & Gottesbild 135
Der schwarze Punkt 136
Kind des Vaters werden 140
Mein Gottesbild 149
Selbstwertgefühl 157

Kapitel 4: Geistliches Leben 165
Einleitung geistliches Leben 166
Lebensaufgabe und Berufung 171
5-Sinne-Spaziergang 178
9 Wege Gott zu lieben 2.0 183
Abendmahl 190
Den Willen Gottes erkennen – der GPS-Gott 196
Geistesgaben 202
Erfrischung im Glauben 212
Experimentelles Beten 222
Mystik 233
Gebetszirkeltraining 243
Hörendes Gebet 249
Jesus für andere sein 260
Mehr wie Jesus werden 264
Licht sein 274
Nachfolge I 279
Nachfolge II 285
Prophetie 290
Anmerkungen 303

Einleitung:
KOGNITIVE UND NOETISCHE ERKENNTNISWEGE

Den Glauben erlebbar zu machen, ist das nicht typisch postmodern? Ziehen wir die ewigen Wahrheiten Gottes damit nicht herab in die Gefilde, die dem menschlichen Erleben und Gefühlsleben unterliegen?

Im Hochmittelalter sahen die meisten Theologen genau darin eine Gefahr: dass Gelehrte anfingen, Gott überhaupt denkend erkennen zu wollen oder die Bibel auszulegen. Dieses Begehren, Gott nachzudenken und mit unserem Verstand (wenigstens zum Teil) zu erfassen, wurde heftig bekämpft. Die damalige Kirche sagte: Das ist, als ob man die ewigen Wahrheiten Gottes hinabzieht in den Schmutz und Staub dieser Welt. Wir können und sollen Gott und die Bibel nicht denken und auslegen – sonst gerät Gott in die Verfügbarkeit des Menschen, und das wäre Gotteslästerung.

Letztlich haben sich jedoch die Gelehrten durchgesetzt, die sagten, dass unser Verstand von Gott geschenkt sei und damit auch imstande wäre, Gott teilweise zu erfassen. Später nannte man diese Sichtweise Scholastik: Wir dürfen Gott auch mit unserem Verstand suchen und erkennen.

Das würde heute sicher fast niemand bezweifeln. Die Auseinandersetzung um Gefühle und Erleben hat ein bisschen den Platz eingenommen, der vor tausend Jahren um die Vernunft ausgefochten wurde. Und ich höre oder lese mancherorts davon, dass es den Glauben in die Verfügbarkeit des Menschen hinabziehen würde, wenn unsere Gefühle und unser Erleben darüber bestimmen, was wahr ist und was nicht.

So gesehen ist sicher etwas dran an dieser Warnung. So gesehen hatten auch die Gegner der Scholastik recht, wenn sie gesagt haben, dass Gottes ewige Wahrheit nicht davon abhängen darf, ob der Mensch das einleuchtend findet oder nicht. Und so darf die ewige Wahrheit Gottes auch nicht davon abhängen, ob

der postmoderne Mensch das jetzt gerade als wahr »erfühlt« oder »erlebt« oder eben nicht.
Darum ging es weder bei der Scholastik noch bei der Frage um das Erlebbarmachen des Glaubens heute. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie man Gott erkennen kann – nicht, wie man Gott ganz und gar begreifen könnte. Nur übereifrige Scholastiker hätten sich zu der Aussage verstiegen, Gott ganz und gar begreifen zu können. Dann würde ja Gott in unser Gehirn hineinpassen – eine bizarre Vorstellung.
So gesehen geht es bei der Frage um das Erlebbarmachen des Glaubens heutzutage auch nicht darum, Gott abhängig von meinem Dafürhalten zu machen, sondern um einen Weg, Gott zu erkennen. Ich als Mensch besitze unterschiedliche und vielfältige Methoden der Erkenntnis. Nicht bloß die kognitive, die intellektuelle, die rationale, gehirnmäßige. Natürlich ist diese Erkenntnismethode überaus wichtig. Schließlich unterrichte ich am MBS auch Exegese, wo wir Methodenschritte erlernen, wie wir Bibeltexte so auslegen, dass unsere Exegese historisch richtig und für andere nachvollziehbar ist. Und wenn ich eine Brücke oder eine Zentralheizung baue, dann frage ich auch nicht mein Gefühl.
Ich bin der festen Überzeugung, dass wir auch nichtkognitive Methoden brauchen, um Bibeltexte zu verstehen. Glaube muss auch erlebbar sein, nicht nur vernunftsmäßig nachvollziehbar. Das ist gerade in der Postmoderne wichtig, wo Menschen viel stärker über das Erleben und Fühlen zu Wahrheiten gelangen als noch in der Moderne. Anstatt das herabzuwürdigen und »Gefahr!« zu rufen, sollte ich mir bewusst machen, dass unser Glaube immer auch schon erlebbar war.
Was wäre das denn für ein Glaube, der nur aus theoretischen Sätzen besteht? Er bestünde aus Richtigkeiten. Diese werden erst dann zu Wahrheiten, wenn sie in meinem Leben sichtbar werden, wenn Gottes Gegenwart in meinem Leben verlässlich, spürbar und erlebbar wird.
Schon im Jahr 1746[1] wurde von einem Prediger darauf hingewiesen, dass viele Menschen nicht durch gelehrte Argumente, sondern durch Erfahrung von der Wahrheit überzeugt werden.
In der Bibel selbst spricht Gott häufig davon, dass er sich gezeigt hat, dass er in der Geschichte seines Volkes erlebbar war. Der Gott der Bibel ist kein Gott der

Philosophen, sondern ein Gott, der in der Geschichte der Menschen handelt und auch im Leben von Einzelpersonen erlebbar wird.
Kognitive Erkenntnismethoden sind ungeheuer wichtig, damit biblische Wahrheiten nicht beliebig werden oder nur dann wahr sind, wenn ich das gerade spüre und fühle. Genauso wichtig sind jedoch andere Methoden der Erkenntnis, die mich auf anderen Ebenen ansprechen und berühren.
Wahrscheinlich kennen die meisten den Ausdruck: »Da ist es mir ins Herz gerutscht.« Da hat jemand hundertmal davon gehört, dass Jesus für ihn oder sie am Kreuz gestorben ist, aber dann hat es plötzlich klick gemacht. Aus einer Richtigkeit wurde eine Wahrheit. Und diese Erkenntnis war gerade nicht kognitiv – und bleibt doch wahre Erkenntnis.
Der Philosoph William James nennt diese Art von Erkenntnis mystisch oder noetisch.
Und genau darum geht es, wenn wir nichtkognitive Methoden anwenden. Sie sollen die gehirnmäßigen nicht ersetzen, sondern ergänzen. Die historisch-exegetischen Erkenntnisse bleiben die Richtschnur. Nicht jedes Gefühl ist Wahrheit. Wenn aber beide zusammenkommen, haben meist erstere eine größere Bedeutung und lebensverändernde Kraft. Weil uns solche Arten der Erkenntnis mehr betreffen, berühren und heilen als rein intellektuelle Erkenntnisse.
Ich empfinde es als krasses Vorrecht, biblische Inhalte zu erschließen und gleichzeitig »Geistliches Leben« zu unterrichten. In beiden Fällen lesen wir Bibel und wollen den Wahrheiten Gottes auf die Spur kommen – einmal stärker kognitiv, einmal stärker noetisch. Beides zusammen bildet eine gesunde Einheit.
Zum anderen bin ich ein großer Anhänger nichtkognitiver Methoden, weil es dann nicht nur an mir hängt, ob Gott bei den Menschen ankommt. Ich schaffe eher einen Raum, in dem Menschen Gott begegnen können. Ich bin ein Raum-Eröffner, ein Begegnungs-Ermöglicher. Ich vertraue darauf, dass Gott selbst sich zeigt.
Wenn in Gruppen dann Erkenntnisse geäußert werden, die nicht hundertprozentig meinem Überzeugungsstand entsprechen – was soll's? Nur bei sehr sonderbaren Ansichten würde ich einordnen, dass viele Christ:innen das so wahrscheinlich nicht sehen würden. Aber vieles lasse ich stehen.

Ich glaube an einen Gott, dem es wichtiger ist, geistlich zu wachsen, eine gesunde Persönlichkeit zu bekommen und richtig mit Welt und Menschen umzugehen, als hundertprozentig dogmatisch exakte Aussagen machen zu können. Für mich persönlich ist gute Exegese sehr zentral – aber genauso wichtig ist mein Leben.

Kapitel 1

METHODEN ZU VERSCHIEDENEN BIBELTEXTEN

BIBEL UND STANDBILDER

Ich hatte vor vielen Jahren ein Buch gelesen, in dem Standbilder (Sculpturing) als Methode für Seelsorge und Supervision vorgestellt wurden. Dabei erinnerte ich mich daran, dass wir in meiner damaligen Gemeinde auf einer Freizeit mit der Theatergruppe Standbildfolgen aufgeführt hatten.
Und genau in dieser Woche war ich dran mit der Leitung eines Hauskreisabends über einen Text aus dem 2. Thessalonicherbrief. Der Text war ziemlich abstrakt und hatte einen vertrackten Satzbau. Also habe ich mir überlegt, die wichtigsten Worte herauszunehmen, den Hauskreis in zwei Gruppen aufzuteilen und die Aufgabe zu geben, die Begriffe durch Standbilder darzustellen und erraten zu lassen. Das war richtig cool. Deshalb habe ich diese Einheit später teenkreistauglich ausgebaut.

(0) VORBEREITUNG

Der Raum sollte möglichst gemütlich sein. Vorteilhaft ist es, wenn es mehrere Räume gibt, damit die Gruppen ungestört proben können.
Ihr braucht ein Gerät zum Abspielen von Musik, eventuell ausgedruckte Bibeltexte und auf jeden Fall laminierte Kärtchen mit zentralen Worten aus dem Bibeltext.

(1) EINLEITUNG & LIED SPIELEN

Begrüßt die Teilys und erklärt, worum es heute geht.
Standbilder sind eine Möglichkeit, Personen, Gefühle oder auch abstrakte Begriffe darzustellen. Durch das gemeinsame Überlegen und Erraten entsteht Raum, in dem auch Gottes Geist Gedanken und Empfindungen anstoßen kann.

Die Übungen werden Schritt für Schritt etwas herausfordernder. Zum Ankommen könnt ihr ein Lied vorspielen und ein Gebet sprechen.

(2) STANDBILDER ERTASTEN

Damit die Teilys überhaupt erst einmal ein Gefühl dafür bekommen, was Standbilder sind, gibt es am Anfang eine kleine Aufwärmübung zum Thema.
Ihr braucht zwei Freiwillige. Es ist sinnvoll, wenn es je zwei Jungs bzw. zwei Mädels sind. Die eine Person macht gleich ein Standbild, die andere Person geht raus und bekommt von euch eine Augenbinde.
Wenn ihr euch als Gruppe ein Standbild überlegt habt (es sollte nicht zu einfach sein), holt ihr die andere Person wieder herein. Ihr führt sie behutsam und erklärt noch einmal, dass das kein böser Streich ist.
Die »blinde« Person hat nun die Aufgabe, durch Ertasten und Erfühlen des Standbildes dieses vor ihrem inneren Auge entstehen zu lassen, bis sie imstande ist, es selbst darzustellen. Ist sie bereit, geht die Standbild-Person in eine neutrale Haltung und ihr lasst die Augenbinde abnehmen. Die Person kann sich dann so hinstellen, wie sie glaubt, dass das ertastete Standbild ausgesehen hat.
Es ist erstaunlich, wie gut wir Menschen ertasten können! Danach kann die Aufwärmübung wiederholt werden, so lange die Gruppe Lust dazu hat.

(3) BIBLISCHE PERSONEN ALS STANDBILDER

Jetzt wird es etwas anspruchsvoller. Ihr lasst Gruppen aus drei Personen bilden. Jede Kleingruppe überlegt sich eine biblische Person und wie sie sie darstellen möchte. Wichtig ist, dass sich Standbilder nicht bewegen und nicht sprechen. Wichtig ist außerdem, dass allen klar ist: Ein Standbild besteht aus mehreren Teilys, stellt aber nur eine einzige biblische Person dar. Wenn sich beispielsweise drei Personen nebeneinanderstellen und jeweils eine gekreuzigte Person darstellen, lautet die Antwort »Jesus« und nicht »die drei Gekreuzigten«.

Im Allgemeinen werden die Standbilder unterschiedlich sein, also verschiedene Aspekte einer Person darstellen oder eine Situation aus ihrem Leben zeigen.
Die Kleingruppen haben etwa 10 Minuten Zeit, sich ihre biblischen Personen zu überlegen und die Standbilder auszuprobieren. Danach trefft ihr euch wieder im Hauptraum. Es gibt einen Bereich »Bühne« und einen Bereich »Publikum«. Dann stellt jede Kleingruppe ihre Personen dar und das Publikum rät, um wen es geht.

(4) BIBLISCHE BEGRIFFE ALS STANDBILDER

In dieser Übung werden zentrale Begriffe eines Bibeltextes als Standbilder dargestellt.
Wählt einen geeigneten Bibeltext aus. Achtet darauf, dass ihr euch für eine konkrete Übersetzung entscheidet – die Begriffe auf den Karten sollten später im Text auch tatsächlich vorkommen. Bereitet Karteikarten vor, auf denen jeweils mehrere zentrale Begriffe aus dem Text stehen (z. B. fünf pro Karte). Bildet Kleingruppen mit jeweils vier Personen. Jede Gruppe erhält eine Karte.

Aufgabe der Gruppen

Die Gruppen wählen aus ihren Begriffen drei aus und entwickeln dazu passende Standbilder. Gebt dafür etwa 15 Minuten Zeit. Erinnert noch einmal daran, dass sich die Standbilder nicht bewegen und dass sie nicht sprechen.
Die Begriffe sollen später vom Publikum erraten werden. Während der Arbeitsphase könnt ihr durch die Gruppen gehen und bei Bedarf unterstützen.

Präsentation

Anschließend kommen alle wieder zusammen. Die Gruppen zeigen nacheinander ihre Standbilder, und das Publikum versucht, die dargestellten Begriffe zu erraten.

Vertiefung durch den Bibeltext

Zum Abschluss lest ihr den Bibeltext langsam vor. Ladet die Teilnehmenden ein, dabei die Augen zu schließen und sich die Begriffe und Standbilder inner-

lich vorzustellen. So entsteht ein neues Verständnis: Die einzelnen Begriffe werden in ihrem Zusammenhang sichtbar – und durch die Bilder oft deutlich greifbarer und lebendiger.

(5) STANDBILDFOLGE

Die herausfordernste Teilübung ist die letzte. Die Kleingruppen haben nun die Aufgabe, eine Standbildfolge zu entwickeln. Letztendlich wie ein kurzer Kinofilm. Filme bestehen ja eigentlich auch nur aus aneinandergereihten Standbildern.
Jede Kleingruppe hat 20 Minuten Zeit, sich eine biblische Geschichte rauszusuchen und sie dann in fünf bis sieben Standbildern darzustellen. Eine Person aus der Gruppe ist Sprecher bzw. Sprecherin. Diese Person hat die Aufgabe, nachher beim Vorführen vor dem Standbild »Augen auf« zu sagen und nachher »Augen zu«.
Jedes einzelne Standbild sollte 5 Sekunden bewegungslos dastehen und angeschaut werden können, bevor das Publikum die Augen schließt und sich das nächste Standbild des Kinofilms aufstellt.
In Teenkreisen oder nicht ganz so bibelfesten Gruppen wäre es eine gute Idee, den Kleingruppen einen Bibeltext mitzugeben, den sie dann zu einem kleinen Kinofilm verarbeiten. Im besten Fall sind es drei Bibeltexte als Vorschlag, dann hat die Gruppe die Möglichkeit auszuwählen. Die Texte sollten als Kopie vorbereitet werden. Vielleicht gibt man dann mehr Zeit für die Erstellung des Kinofilms.
Auch hier gibt es wieder eine Bühne und ein Publikum. Und es darf geraten werden, um welche Bibelgeschichte es ging.

(6) LIED SPIELEN & PAULUSBRILLE

Zum Abschluss setzt ihr mit den Teilys die Paulusbrille auf. Das bedeutet ganz nach Paulus in 1. Thessalonicher 5,21: »Prüft alles und das Gute behaltet.« Ihr

ladet die Teilys ein, zu überlegen: Was war gut? Was hat mich angesprochen oder ins Nachdenken gebracht? Was möchte ich für mich behalten?
Je nach Zeit spielt ihr noch ein Lied, damit sich das Gesagte und Gehörte setzen kann.

RÜCKMELDUNGEN AUS DER PRAXIS

Es macht nicht nur mehr Spaß, sich zu bewegen, sondern es ist auch lernpsychologisch sinnvoll. Gerade der Schritt mit den abstrakten Begriffen ist oft sehr gewinnbringend. Die Gespräche in den Gruppen gleichen häufig schon theologischen Diskussionen: Was bedeutet »Gnade« eigentlich für mich? Wenn solche Begriffe als Standbild dargestellt werden, werden sie mit dem eigenen Leben verbunden.
Besonders spannend ist es, wenn Menschen dabei sind, die noch keine Christen sind. Sie bringen oft überraschende Gedanken ein und merken gleichzeitig, dass diese Themen etwas mit ihrem Leben zu tun haben. Ich erinnere mich an eine Teenkreisstunde, in der ein Jugendlicher dabei war, der mit Glauben wenig anfangen konnte. Während der Übung wurde er mehrfach im Standbild von Jesus umarmt. Bei der Paulusbrille sagte er, dass er jetzt zum ersten Mal verstanden habe, was Christen meinen, wenn sie sagen: »Jesus liebt mich.« Auch in anderen Kontexten hat sich die Methode bewährt – z. B. in Predigten oder Gottesdiensten. Standbildfolgen können ein sehr eindrücklicher Einstieg sein. Und natürlich kann man daraus auch eine längere Einheit machen und sich mehr Zeit für die einzelnen Schritte nehmen.