**Ideen zur Einstiegsmoderation**

**und für Vertiefungen nach dem Clip**

**Wenn ich was verbockt habe**

Bibelvers: Matthäus 11, 28-30  
 »Kommt zu mir, ihr alle, die ihr euch abmüht und belastet seid! Ich will euch

Ruhe schenken. Nehmt das Joch auf euch, das ich euch gebe. Lernt von mir: Ich meine es gut mit euch und sehe auf niemanden herab. Dann werden eure Seelen Ruhe finden. Denn mein Joch ist leicht. Und was ich euch zu tragen gebe, ist keine Last.«   
(Basisbibel)

Rahmenmoderation:

* Einstieg:   
  Heute geht’s um ein Thema… das würden wir alle am liebsten unter den Tisch fallen lassen – das bereitet einem geradezu Bauchschmerzen… aber wir kommen einfach nicht drum herum. Von was ich rede? Lasst euch überraschen.   
  Hier ist der heutige Talk zwischen Anna und Manuel Schittenhelm.
* Vertiefung:   
  Schuldig geworden… Manuel hat gesagt… man kommt gar nicht durch dieses Leben durch ohne schuldig zu werden. Wie ist das bei dir? Wo musst du – wie sagte Manuel das – die „Arschbacken zusammenklemmen“ und etwas einfach mit Menschen regeln… und wo ist es dran zu Jesu zu gehen und ihm deine Schuld hinzulegen und ihn zu bitten: nimm sie mir ab. Damit ich sie loswerde! Jesus macht das. Darum ist er ja am Kreuz gestorben. Also: was genau ist zu klären bei dir?

Weitere Ideen:

* Gesprächsangebot: Beichte, sein Herz erleichtern und gesegnet werden
* Gebets-Stationen-Lauf mit unterschiedlichen, praktischen Stationen welche zum Nachdenken und zum aktiv werden einladen.  
  Ein paar Ideen:
  + Bibelverse ziehen und Stille sein
  + Lasten ablegen (Steine)
  + Etwas los werden (schreien)
  + Kreuz-Station (Zettel die man an`s Kreuz nageln kann)
  + Schuld abwaschen (Kärtchen, abwaschbare Farbe, Wasser)
  + Segensstation (jemand ist da, der/die segnet)
  + Freude- und Dank-Station (Blumen)
  + Usw.