



30.07.26

1 Samuel 20,24-34: Gemeinsam den Bibeltext lesen



Gut zu wissen

Reinheitsvorschriften sind besondere Regeln, die Menschen helfen sollten, sauber, gesund und bereit für Gott zu sein.

Das **Opferfest** ist ein Fest für Gott, ein großer Feiertag. Dabei wurde Gott ein **Opfer** gebracht. Das war ein Tier, das geschlachtet und auf dem Altar verbrannt wurde. Es war eine Art Geschenk für Gott.

Bastard ist eine heftige Beleidigung gegen Jonatan und seine Mutter.

Zorn entsteht in Situationen, in denen wir überfordert, frustriert oder auch körperlich und seelisch verletzt werden. Das Gefühl „Zorn“ beherrscht so sehr, dass klares Denken oft nicht möglich ist.



Gruppenaktivität

Gemeinsam mit den SuS mit **Sprechblasen** über den Bibeltext reden.

[Sprechblasen_CATKWLY.pdf](#)



Fragerunde

- Warst du schon mal so richtig zornig oder wütend? Wann passiert das?
- Wenn du zornig bist, was hilft dir dann, wieder runterzukommen?
- Wie kannst du anderen helfen, wenn sie zornig sind?
- Hast du Tipps für Menschen, auf die gerade andere zornig sind? Was rätst du ihnen?

- Wen kannst du in schwierigen und bedrohlichen Momenten um Hilfe bitten?



Impuls

Erzähl eine Situation aus deinem eigenen Leben, in der du Zorn und guten Umgang damit erlebt oder gelernt hast.

Oder

Etwas zum Thema **Umgang mit Wut/Zorn** erzählen:

Ich bin früher oft wütend geworden. Ich war beispielsweise wütend, wenn jemand einen Witz auf meine Kosten gemacht hat. Oft war ich wütend, wenn jemand mir den Ball beim Fußball abgenommen hat. Dann war ich wütend, wenn jemand nicht mit mir abhängen wollte, weil ich so schnell wütend geworden bin.

Später habe ich erkannt: Eigentlich war ich eher neidisch und manchmal habe ich mich ungerecht behandelt gefühlt. Das zu wissen, hat mich „kühler“ werden lassen, weil ich gelernt habe: Wut sieht nicht gut aus und ist kein guter Ratgeber. Mit jemanden, der rumschreit, will man nicht so gerne zusammensein oder reden. Manchmal hilft es, einen Schritt zurückzutreten und zu überlegen: Warum bin ich wütend? Ist es wirklich wegen den anderen oder habe ich selbst etwas damit zu tun? In den meisten Fällen hilft: innehalten und nachdenken. Meistens wollen dir andere nichts Böses. Wenn doch, dann darfst du dir Hilfe holen, so wie Jonatan eine Hilfe für David war! Manchmal hilft es auch, in Situationen, in denen die Wut hochkocht, zu beten. Wie gut, dass ich mit Gott reden kann und dass er mir dann hilft, das Richtige zu tun. Ein Gebet könnte zum Beispiel so lauten: „Gott, ich habe Wut im Bauch. Bitte hilf mir, dass die Wut kleiner wird und ich nicht unfair zu anderen werde. Amen.“



Sonstiges

Wut drückt sich oft in lauten und verletzenden Worten aus. Worte haben Wirkung. Wie ich damit gut umgehen kann, beschreibt das Lied **Worte**:
https://www.youtube.com/watch?v=SWyf1m5EfiA&list=RDSWYf1m5EfiA&start_rad

