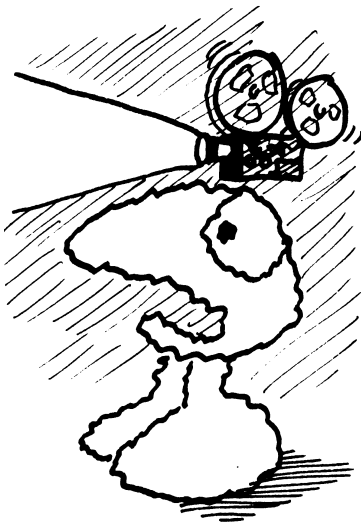


**Schlotter, zitter, schwitz  
- oder: Die Sache mit der Angst**



**Zielgedanke:** Gott ist da, auch wenn wir Angst haben.

**Bibelstelle:** Johannes 16,33; Psalm 107,6-9



Manche Leute reagieren ziemlich komisch darauf, wenn man ihnen ehrlich sagt, dass man vor etwas Angst hat. Sie tun so, als ob es total dumm wäre, wenn man vor etwas Angst hat und nehmen andere gar nicht ernst:

Zum Beispiel:

"Brauchst doch keine Angst zu haben."

"Nun hab Dich mal nicht so !"

"Ganz ruhig, ich bin ja bei Dir!"

Aber: Helfen solche platten Sätze wirklich weiter, wenn man richtig Angst hat?

( Frage an die Gruppe: Wovor habt Ihr / hast Du Angst ?

Und in welchen Situationen ?

Schule: Lehrer, Notendruck, Arbeiten,...

Allein sein, von Freunden ausgeschlossen sein

Dunkelheit, abends alleine heimgehen,...)

Statt solchen doofen Sprüchen wie oben sagte Jesus einmal: "In der Welt habt Ihr Angst, aber seid getrost, ich habe die Welt überwunden!" (Johannes 16,33)

Das heißt konkret für mein Leben:

Gott ist mächtiger als die Welt, das klingt doch schon ziemlich faszinierend und unbegreiflich. Er ist mächtiger als die ganze, große, weite Welt.

Gott ist auch mächtiger als unsere Angst und das, wovor wir Angst haben!

Gott ist immer für dich da, auch wenn du Angst hast, er lässt dich nie alleine stehen! Darauf kannst du dich ganz fest verlassen!



*Tipp:* Sag Gott im Gebet einfach, was dich bedrückt und

was dir Angst macht. Bete zum Beispiel vor einer Klassenarbeit, dass Gott dich begleitet und dir Kraft und Konzentration schenkt.

*Abschluss:* Psalm 107, 6-9 lesen

*Christina Langer*