

Dem Leben Glanz verleihen

leben-feiern.ch



«Wenn Kinder erwachsen werden»

**Impulse für Eltern
zur Gestaltung der Übergangszeit**

Dem Leben Glanz verleihen

leben-feiern.ch

Rituale von der Geburt bis zum Tod

Schulabschluss – 16. Geburtstag – 18. Geburtstag - Konfirmation/Firmung – Übergangsritual – Erster Tag in der Lehre oder weiterführenden Schule ...

Liebe Eltern

Liebe Erwachsene, die mit Kindern unterwegs sind

Nicht jedes Kind beschreitet die Schwelle ins Erwachsenenleben gleich. In manchen Familien ist diese Übergangszeit intensiv, belastet, gereizt und herausfordernd. Andere Kinder gleiten nahezu unbemerkt oder sogar voller positiver Lebensenergie über die Schwelle.

So oder so: Übergänge sind wichtige Zeiten, in denen Weichen gestellt werden. Sowohl im Lebenslauf wie auch in der Biografie der Seele. Rituale sind besonders dazu geeignet, diese Weichenstellungen zu begleiten, da sie Emotionen, Denkleistungen und Handlungsmuster hilfreich in Einklang bringen können. Übergangsrituale folgen dabei den fünf wichtigen Schritten: Erinnern – Wertschätzen – Gutes bewahren – Ungutes loslassen – Träume und Wünsche benennen.

Sie finden nachfolgend viele Impulse, die Ihnen helfen, Ihre Kinder mit Ritualen zu begleiten, sodass der Übergang bestmöglich gelingen und Gutes für die Zukunft hervorbringen kann.

Die Impulse sind geordnet nach diesen verschiedenen Anlässen:

- 1. Gestaltungsideen für den Abschluss der obligatorischen Schulzeit**
- 2. Gestaltungsideen für den 16., bzw. 18. Geburtstag**
- 3. Gestaltungsideen für die Feierlichkeiten rund um Konfirmation, Firmung und/oder individuelle Übergangsrituale**

Hier finden Sie weitere Impulse für Ihre individuelle Gestaltungskreativität:

- Haberer Tilmann, Einen weiten Himmel wünsch ich dir. Ein Lock-Buch ins Leben, Kösel-Verlag, München 2003.**
- Hofmann, Dr. Frank, Als ob. Ein Jugendbuch für andere Zeiten, Verlag Andere Zeiten, Hamburg 2016.**
- Seiler Daniel, Coming of age. Begleitung auf dem Weg vom Jugendlichen zum Erwachsenen, Don Bosco-Verlag, München 2024.**

Wir wünschen Ihnen alles Gute in Ihrer Begleitung!

Ihr Team von leben-feiern.ch

Dem Leben Glanz verleihen

leben-feiern.ch

Rituale von der Geburt bis zum Tod

1. Gestaltungsideen für den Abschluss der obligatorischen Schulzeit

- ❖ **Altes Schulzeug, das kaum jemals wieder Verwendung finden wird, in einem Feuer verbrennen. Ev. Papierflieger daraus falten und in der Familie oder mit Freunden als Wettbewerb ins Feuer oder Altpapier fliegen lassen.**
- ❖ **Konkrete, *schlechte* Erinnerungen auf Zettel notieren und verbrennen. Konkrete *gute* Erinnerungen mit einem Dankeswort auf Seidenpapier schreiben. Dieses zu einem Heissluftballon verarbeiten und in den Himmel steigen lassen.**
- ❖ **Der Klasse oder der Klassen-Peergroup Ihres Kindes eine Schulabschluss-Party schenken. (ohne selbst dabei zu sein! 😊)**
- ❖ **Eine Präsentation vorbereiten mit Kindergarten- und Schulfotos. An einem Familienabend mit Lieblingsessen zeigen.**
- ❖ **Einen Schul-Aufräum-Nachmittag vereinbaren (ev. mit anderen Familien zusammen), an dem sämtliches Schulmaterial sortiert wird: Aufbewahren in einer Kiste oder Wegwerfen, bzw. Verbrennen. Dabei alte Aufsätze nochmals lesen, Zeichnungen begutachten etc.**
- ❖ **Als Zeichen der Wertschätzung für Ihr Kind zum ersten schulfreien Tag einen Lieblingskuchen, Muffins oder Kekse backen. Mit goldenen Streuseln, Zuckerkugeln o.ä. dekorieren.**
- ❖ **Erntelese (für Familien, die Rituale gewohnt sind): Für die Haupt-Schulfächer je ein Symbolbild an die Zimmertür des Kindes hängen. Dabei die verschiedenen zuständigen Lehrpersonen erinnern. Auf Post-it-Zetteln Lieblings-Kompetenzen sammeln, die in den jeweiligen Fächern gesammelt werden konnten. Z.B. Fahrplan lesen (Mathe), Kochen (WAH), Handballspielen (Sport), Maltechniken (BG), Geschichten schreiben (Deutsch) ...**
- ❖ **Sieben Bettmümpfeli für die «Woche danach» vorbereiten. Z.B. Teebeutel, kleine Fanta-Fläschchen, Mars-Riegel ... Jedes Mümpfeli mit einer Reflexions-Frage zum Einschlafen umwickeln: 1) Was wirst du an der Schule vermissen? 2) An welche Schulsituation wirst du dich ewig erinnern? 3) Was denkst du, ist das Wichtigste, das du in der Schule gelernt hast? 4) Was hast du bisher nicht gelernt und möchtest du unbedingt noch lernen? 5) Für was sagst du einzelnen Lehrpersonen DANKE? 6) Welche Mitschüler*innen möchtest du noch ewig in deinem Leben haben? 7) Wenn du ein Buch über deine Schulzeit schreiben würdest: wie würde der Titel lauten?**

2. Gestaltungsideen für den 16., bzw. 18. Geburtstag

- ❖ **Zu jedem Lebensjahr ein bis zwei Fotos suchen und bei einem beliebigen Anbieter ein Memory-Spiel daraus erstellen lassen. Beim Memoryspielen an der Geburtstagsparty zu jedem gefundenen Fotopärchen Erinnerungen teilen.**
- ❖ **Flaschenspiel: Wer dran ist, erzählt eine Geschichte, die er/sie mit dem Geburtstagskind erlebt hat.**
- ❖ **Eine Gipfelwanderung planen. Steine, Stifte und ein Blumensamen-Säckchen im Rucksack mittragen. Bei jeder Trinkpause während des Aufstiegs etwas Beschwerliches auf einen Stein schreiben, das vom Geburtstagskind losgelassen werden möchte. Die Steine am Wegrand liegen lassen. Auf dem Gipfel die Aussicht geniessen und für alles danken, das im bisherigen Leben des Geburtstagskindes gut war. Während der Talwanderung Blumensamen säen und gute Wünsche dazu nennen.**
- ❖ **Tanzen und Tanzspiele zu bekannten Hits aus allen vergangenen Lebensjahren.**

Dem Leben Glanz verleihen

leben-feiern.ch

Rituale von der Geburt bis zum Tod

- ❖ In einer katholischen Kirche Weihwasser in ein kleines Fläschchen füllen. Dieses verzieren und schön beschriften: «Segenswasser für schwere Tage im Erwachsenenleben». Als Geburtstagsgeschenk überreichen. Alternativ: Smarties in ein Glas füllen und mit «Notfall-Pillen für Erwachsene» beschriften.
- ❖ Eine Erinnerungskiste füllen mit Kleidern, Accessoires und Gegenständen, die zu bestimmten Lebensabschnitten gehörten. Dabei Geschichten zu den Stücken erzählen. Die Kiste an einem geeigneten Ort aufbewahren oder allenfalls vergraben. Ev. zur Hochzeit oder zu einem späteren runden Geburtstag wieder öffnen.
- ❖ Am 18. Geburtstag morgens um 4 Uhr mit Fackeln durch die Dunkelheit in den ersten Tag der Selbständigkeit hineinschreiten. Beim Entzünden der Fackeln darüber reden, welches «innere Feuer» für die Zukunft bewahrt werden soll.
- ❖ Die Erwachsenen (Geburtstagsgäste oder nur Sie als Eltern) waschen und segnen die Hände der/des Jugendlichen. Sie nehmen Ihr Kind damit hinein in die grosse Verantwortungsgemeinschaft der Welt. Nun gilt es für Ihr Kind, vor sich selbst und der Welt gerade zu stehen für alles, was es tut und nicht tut.

3. Gestaltungsideen für die Feierlichkeiten rund um Konfirmation, Firmung und/oder individuelle Übergangsrituale

- ❖ Kleine Zettel und Stifte auf den Esstischen verteilen. Die Gäste dazu auffordern, sie mit guten Wünschen zu beschriften und in die bereitgestellte, dekorierte, leere Tischbombe zu legen. Die Tischbombe zum Dessert zünden.
- ❖ Kleine Papier-Engel (ev. mit Federflügeln) als Tischdekoration. Die Gäste dazu auffordern, je einen Engel mit einem guten Wunsch zu beschriften. Diese an einem bereitgestellten Strauch, Ast oder an einer Zimmerpflanze aufhängen.
- ❖ Tauf- und/oder Konfirmationskerze (Kerze, die beim Übergangsritual verwendet wurde) im Rahmen des Familienfestes nochmals in einer grossen Schale anzünden. Den Gästen kleine Teelichter verteilen. Diese der Reihe nach entzünden und je mit einem guten Wunsch zur grossen Kerze stellen.
- ❖ Die Gäste dazu auffordern, Ihrem Kind etwas mitzuteilen, was es gut kann. Diese Kompetenzen zusammen mit einem guten Wunsch auf ein Seidenpapier schreiben, und dieses als Heissluftballon verarbeitet in den Himmel steigen lassen.
- ❖ Falls ein fliessendes Gewässer in der Nähe ist: Gute Wünsche aufschreiben und zu Papierschiffchen falten. Vor dem Loslassen der Schiffchen die Wünsche vorlesen.
- ❖ Alle Erwachsenen teilen Ihrem Kind mit, was sie in ihrer jeweiligen Rolle zukünftig für es sein möchten. Ev. verbunden mit einem Symbol als Geschenk. Z.B. Eltern möchten das Zuhause als sicheren Ort gestalten. Paten möchten Ansprechpartner*innen für grosse Lebensfragen sein. Tanten möchten wichtige Lebensereignisse gestalten. Onkel in neue Lebensbereiche einführen ...
- ❖ Für Outdoor-Freaks: eine Mutprobe im Freien planen. Zu Beginn Mut zusprechen und am Ende für die Zukunft weiterhin viel Mut (und Lebensmut) wünschen. Siehe auch <https://www.walkaway-initiationsritual.ch/> und andere Anbietende.
- ❖ Aus Kalendern und aus dem Internet Zitate ausdrucken (ca. auf Grösse A7), die etwas über das Leben und Verfolgen von Zielen aussagen. Diese auf den Gästetischen verteilen. Die Gäste dazu auffordern, Ihrem Kind zum Dessert im Sinne einer Lebensweisheit ein Zitat vorzulesen, das etwas mit ihrem je eigenen Leben zu tun hat. (z.B. «Jeder, der sich die Fähigkeit erhält, Schönes zu erkennen, wird nie alt werden.» Franz Kafka)