

Kurshandbuch zur **FRISCHZELLE**

**FRISCHE IDEEN FÜR KIRCHEN-
UND GEMEINDEENTWICKLUNG**

**TALENTE ENTDECKEN
POTENZIALE ENTWICKELN
CHARISMEN ERFAHREN**



**ALS ER EINE BESONDERS
WERTVOLLE PERLE FAND,
VERKAUFTE ER ALLES,
WAS ER BESAß
UND KAUFTE SIE.**

Mt 13,46







**DIE DINGE GELINGEN AM BESTEN
DEN MENSCHEN, DIE DAS BESTE
AUS DEN DINGEN MACHEN.**

John Wooden

John Robert Wooden [1910–2010] ist bis heute der erfolgreichste College-Basketball-Trainer der USA. Als „Zauberer von Westwood“ (Stadtteil von L.A.) lehrte er nicht nur Basketball, sondern auch Wertvorstellungen: Er wollte seine Spieler nicht nur auf die Karriere vorbereiten, sondern auch auf das Leben.



RELEASE THE BEAST.
Langnese-Magnum-Werbung 2016



CHARISMEN WIRKEN ÜBERALL

Als Theologen diskutieren mein Bruder und ich häufig über pastorale Themen. Mein Vater, ein Techniker, der nicht getauft ist, versteht dann meistens nur Bahnhof.

Seitdem ich am Konzept der FRISCHZELLE arbeite, hat sich das geändert. So erzählte mein Vater neulich ganz stolz unseren Verwandten: „Meine Tochter kommt doch nach mir! Stellt Euch vor: Sie arbeitet jetzt mit Kühlschränken. Ich repariere sie – und sie holt das Beste aus ihnen heraus!“

Klasse, oder? Ein gutes Zeichen dafür, dass die Metapher dieses Kurskonzeptes für Menschen verständlich ist, die erstmal nicht so viel mit Kirche am Hut haben. Wenn mal wieder samstagsabends das Telefon bei meinen Eltern klingelt und eine 80-jährige Dame anruft, die den falschen Knopf auf ihrer Fernbedienung gedrückt hat und deshalb nicht mehr fernsehen kann, dann macht sich mein Vater direkt auf den Weg, um ihr zu helfen. Ich rufe ihm dann immer zu, wie christlich er doch ist und welches Potenzial er hat. Er schmunzelt und sagt: „Echt? Meinst du?“ – Charismen wirken überall, auch da, wo man sie nicht sofort vermutet.

Ihre Kathrin Speckenheuer

LIEBE POTENZIALENTDECKER,

eine der schönsten Seiten von Kirche ist definitiv die, dass sie in jedem Menschen etwas Großes vermutet. Wer mit Kirche in Kontakt kommt, der kommt mit seinen großen Möglichkeiten in Kontakt: als Mann, Frau oder Kind, aber auch als Partner, als Kegelverein, als Stadt, als Firma, als Berufsträger oder mit einem politischen Entwurf. Spiritualität bedeutet schließlich: das Unsichtbare sehen können – also auch das, was erst noch wird.

Zumindest sollte das so sein.

Uns hat diese Mission von Kirche immer fasziniert: dass sie ein Talentschuppen ist. Eine Casting-Show für gutes und mutiges Leben, bei der es egal ist, wie alt oder klug oder stark man ist. Potenzial hat jede und jeder.

Weil das so ist, freut es uns sehr, dass Theologie und die Pastoral genau diesen Punkt wiederentdeckt haben. Man spricht hier von „Charismen“, die jede und jeder in sich trägt. Und Gemeinde, aber auch Zivilgesellschaft, Politik und Wirtschaft, warten nur darauf, dass man die eigenen Charismen entdeckt, aktiviert und zündet. Sie werden dringend gebraucht.

Damit das klappen kann, haben wir am zap in Bochum zusammen mit dem Erzbistum Paderborn geforscht, geplant und erprobt. Unser Ziel: gute Gelegenheiten schaffen, in denen Leute ihr Potenzial entdecken können.

Herausgekommen ist unser Kurskonzept rund um die FRISCHZELLE. Mit dem Tool des Kühlschranks sowie mit diesem Kursbuch sind Sie in der Lage, anderen Menschen bei deren Entdeckungsreise in das eigene Potenzial zu assistieren. Das können junge Leute sein, die ihren Beruf finden wollen. Oder Verliebte, die sich näher kennenlernen wollen. Oder Ehrenamtliche, die ihr Engagement präzisieren wollen. Oder, oder, oder.

Wenn es klappt, kommt dieser Glücksmoment, für den sich alles lohnt. Dann entdeckt plötzlich jemand, was in ihm steckt. Und die Ahnung ploppt hoch, dass es Andere gibt, die brauchen, was sie haben. Und sie kriegen Lust – und sagen das auch – mit diesen Anderen auch sich selbst reicher zu machen.

Öffnen Sie den Kühlschrank – und dann viel Spaß bei Ihrer ganz persönlichen Frischzellenkur.

Ihre
Kathrin Speckenheuer &
Matthias Sellmann



DIE SCHNELLE ÜBERSICHT

Sie wollen ...

... wissen, was es mit dem Tool auf sich hat und warum es überhaupt ein „Kühlschrank“ ist?

Teil I / Kap 1

... wissen, welche allgemeinen Gedanken und Forschungen dieses Projekt anleiten?

Teil I / Kap 2

... wissen, welche Theologie hinter dem Ganzen steckt?

Teil I / Kap 3

... wissen, wie das Kurskonzept aussieht?

Teil I / Kap 4

... wissen, was für Ihre Rolle als Potenzial-Coach wichtig ist?

Teil I / Kap 5

... schnell einsteigen und alles über die Module und einzelnen Übungen erfahren?

Teil II

... wissen, wo Sie alle Kopiervorlagen finden?

Teil III

„Ein Wort in eigener Sache: Was sollen wir groß drum herumreden? In diesem Kurshandbuch haben wir nicht gegendert. Dies wird vielen nicht gefallen. Wir haben schlicht gemerkt, dass gerade Anleitungstexte, wie sie in einem Kurshandbuch gefordert werden, an sprachlicher Prägnanz komplett verlieren, wenn man dauernd alle korrekten Formen einhalten will. Auch der dauernde Wechsel von weiblicher und männlicher Form schien uns zu verwirrend. Optimal ist das nicht, zugegeben. Aber nach allen Abwägungen fiel unsere Entscheidung so aus, wie Sie es hier vorfinden.“

ALLES AUF EINEN BLICK

| | |
|---|-----------|
| TEIL I: ALLES ZUM HINTERGRUND | 16 |
| KAPITEL 1: Die FRISCHZELLE – das Tool und seine Story | 18 |
| 1.1 Da steht jetzt also ein Kühlschrank ... | 21 |
| 1.2 Die FRISCHZELLE im Überblick | 22 |
| 1.3 Der Kühlschrank – eine ergiebige Metapher | 24 |
| 1.4 Die didaktische Story: „Jeder Mensch ist eine Frischzelle!“ | 27 |
| 1.5 Ihr erster Einstieg: Metaphern-Training zum Selbsttest | 28 |
| KAPITEL 2: Die FRISCHZELLE – die Theorie | 30 |
| 2.1 Eine Überraschung aus den Wirtschaftswissenschaften | 33 |
| 2.2 Die Effectuation-Prinzipien, oder: Wie verwandele ich Ungewissheit in Chancen? | 38 |
| 2.3 Übertrag der Effectuation-Prinzipien auf das Potenzial-Coaching | 42 |
| 2.4 Eine weitere Entdeckung: der Talentkompass NRW | 46 |
| 2.5 Das Forschungsprojekt im Hintergrund | 48 |
| 2.6 Anregend und weiterführend: der Zusammenhang von Erlebnis, Deutung und Potenzial (Hans Joas) | 53 |
| 2.7 Der leere Raum zwischen Erleben und Deuten – Trainings für Sie | 64 |
| KAPITEL 3: Die FRISCHZELLE – die Theologie | 66 |
| 3.1 Ein Begriff ist populär geworden: Charisma | 69 |
| 3.2 Was sind: Charismen? | 71 |
| 3.3 Charismen und ihr Platz in einer „Theologie der Berufung“ | 73 |
| 3.4 Der Sitz im Leben dieses Kurses: Charismenorientierung | 75 |
| 3.5 Der Unterschied zu anderen Gabenseminaren und Charismenkursen | 77 |
| KAPITEL 4: Die FRISCHZELLE – das Kurskonzept | 80 |
| 4.1 Allgemeine Informationen | 83 |
| 4.2 Die Zielgruppen | 84 |
| 4.3 Einige wichtige Tipps vorweg | 85 |
| 4.4 Die Grundausstattung der FRISCHZELLE – und wie Sie damit arbeiten können | 87 |
| 4.5 Die Methoden und Module | 92 |
| KAPITEL 5: Die FRISCHZELLE – Ihre Rolle(n) als Coach | 94 |
| 5.1 Potenzial-Coaching – ein erster Überblick über Kompetenzen und Rollen | 98 |
| 5.2 Sie sind Motivator/Motivatorin | 100 |
| 5.3 Sie sind Experte/Expertin | 102 |
| 5.4 Sie sind Klarschiffmacher/Klarschiffmacherin | 104 |
| 5.5 Sie sind Menschenfreund/Menschenfreundin | 106 |
| 5.6 Sie sind Lebensdeuter/Lebensdeuterin | 107 |

| | |
|--|------------|
| TEIL II: ALLES ZU DEN KURSEN | 108 |
| KAPITEL 6: Die FRISCHZELLE – die Module | 110 |
| 6.1 Allgemeine Informationen | 113 |
| 6.2 Der ganze Kurs: die inhaltliche Schnell-Übersicht | 114 |
| 6.3 FRISCHZELLEN-Zubehör: wie Sie die Lebensmittel nutzen können | 116 |
| 6.4 Bevor Sie starten: Das sind die Basic-Handouts | 117 |
| 6.5 Kochkurs-Zubehör: Das sollten Sie immer dabei haben! | 122 |
| KAPITEL 7: Kursreihe A – die Lebensmittel-Analyse | 124 |
| 7.1 Das passiert bei der Lebensmittel-Analyse | 127 |
| 7.2 Übersicht der Übungen in der Kursreihe A | 129 |
| 7.3 Modul A 1 – die Metapher erklären | 130 |
| 7.4 Modul A 2 – biografisch Einsteigen | 137 |
| 7.5 Modul A 3 – Potenzialentdeckung intensiv | 142 |
| KAPITEL 8: Kursreihe B – die Dinner-Kreation | 156 |
| 8.1 Das passiert bei der Dinner-Kreation | 159 |
| 8.2 Übersicht der Übungen Kursreihe B | 161 |
| 8.3 Modul B 4 – Ideen für neue Kreationen entwerfen | 162 |
| 8.4 Modul B 5 – Menü-Pläne erstellen | 170 |
| 8.5 Modul B 6 – das perfekte Dinner kreieren | 175 |
| KAPITEL 9: Kombinationen und andere Anregungen | 180 |
| 9.1 Best-Practice-Kombinationen | 183 |
| 9.2 Verzeichnis der verwendeten Literatur | 192 |
| TEIL III: ALLES ZUM KOPIEREN | 194 |
| Kapitel 10: DIE FRISCHZELLE – Basic-Handouts | 196 |
| Kapitel 11: DIE FRISCHZELLE – Handouts zu Kursreihe A | 206 |
| Handout zu Modul A 1 | 208 |
| Handouts zu Modul A 2 | 214 |
| Handouts zu Modul A 3 | 218 |
| Biblische Impulse | 232 |
| Kapitel 12: DIE FRISCHZELLE – Handouts zu Kursreihe B | 234 |
| Handouts zu Modul B 4 | 236 |
| Handouts zu Modul B 5 | 240 |
| Handout zu Modul B 6 | 244 |



TEIL I: ALLES ZUM HINTERGRUND



- 1 DAS TOOL UND SEINE STORY**
- 2 DIE THEORIE**
- 3 DIE THEOLOGIE**
- 4 DAS KURSKONZEPT**
- 5 IHRE ROLLE(N) ALS COACH**

