

Start-Training: Einführung und Überblick

Herzlich willkommen!

Dies ist ein *Training* für Menschen, die lernen wollen, ein Leben nach dem Vorbild von Jesus zu führen. Die wesentlichen Ziele sind:

- Zu zehn *grundlegenden Themen* erklären, was Gott dabei wichtig ist und üben, damit jeder diese Dinge in seinem Leben *umsetzen* kann.
- Bei jedem Treffen die Teilnehmer in *Begegnungen mit Gott* führen, damit jeder seine Beziehung mit Gott vertieft und innerlich frei wird von falschen Vorstellungen, Verletzungen und weiterem Ballast aus seiner Vergangenheit.
- Einen *Lebensstil* einüben, wo jeder ständig dazulernt und anfängt, das Gelernte selbst wieder an anderen weiterzugeben, um Schritt für Schritt selbst *Trainer* zu werden.

Es ist geschrieben für Menschen, die sich bereits entschieden haben, Jesus nachzufolgen. Die erste Lektion eignet sich aber auch für Leute, die noch vor dieser Entscheidung stehen und sich dabei unsicher sind. Darüber hinaus sind *keine Vorkenntnisse* nötig.

Das Wort „*Training*“ ist dabei bewusst gewählt: Wie im Sport geht es darum, das ganze Potenzial in einem Menschen hervorzubringen. Das ist nicht immer einfach, denn dafür muss man auch an unangenehmen Themen arbeiten, immer wieder üben und wird auch mehr als nur einmal scheitern. Aber unser Vorbild Jesus ist die Strapazen wert! Ein wichtiger Unterschied zum Sport ist, dass wir nicht nur unsere eigene Kraft nutzen, sondern es nur mit Gottes Kraft = dem Heiligen Geist möglich ist, so wie Jesus zu leben. Jeder soll lernen, zu einem „Jünger des Heiligen Geistes“ zu werden.

Überblick über die Materialien

Das Training besteht aus **zehn Lektionen**:

- | | |
|--------------------------------|-----------------------------|
| 1. Gottes Geschichte | 6. Gottes Reden wahrnehmen |
| 2. Gebet | 7. Gemeinde |
| 3. Sünde bekennen und Umkehren | 8. Heilung |
| 4. Zeit mit Gott | 9. Umgang mit Geld |
| 5. Schritte der Vergebung | 10. Hinweise zum Bibellesen |

Jedes Thema kann auch unabhängig von den anderen einzeln genutzt werden und ist auch für Interessierte geeignet. Es gibt jeweils ein **Arbeitsblatt**, von dem jeder Teilnehmer mindestens eine Kopie erhält. Die zugehörigen **Lektionspläne** sind für dich als Trainer gedacht, um dich bei der Gestaltung des jeweiligen Trainings-Treffens zu unterstützen.

Zusätzlich gibt es folgende Materialien:

- **Lektion 1B – Taufe:** Um keine Zeit mit der Taufe zu verlieren, kannst du dieses Thema direkt nach der ersten Lektion einschieben. Du kannst die Lektion je nach Bedarf individuell mit Einzelnen (die noch nicht getauft sind) oder mit der ganzen Gruppe unterrichten.
- **Zusatz-Arbeitsblatt „Meine Geschichte mit Gott“:** Kann gleich in der ersten Lektion mit genutzt werden, wenn genug Zeit ist (siehe Lektionsplan 1).
- **Ablauf der Trainings-Treffen:** Eine Hilfestellung für dich als Trainer, um die regelmäßigen Trainings-Treffen zu gestalten.
- **Drei-Drittel-Prozess:** Dieses Diagramm kannst du während der Treffen in die Mitte legen, damit alle den Ablauf vor Augen haben.
- **Ein Gebet für jeden Tag:** Ein kleiner Zettel als Hilfe für das tägliche Gebet. Passt in jedes Portmonee (doppelseitig drucken und kleinschneiden; siehe Lektionsplan 4: Zeit mit Gott).
- **Trainings-Grundsätze:** Hinweise für dich als Trainer, um den ganzen Prozess gut zu leiten.
- **Trainingsplaner:** Hilfsmittel, um die Trainings-Treffen zu planen und als Trainer nicht den Überblick zu verlieren (zum Ausdrucken und als digitale Version)

Trainingskonzept

Gut sichtbar sind die zehn Lektionen, die wesentliche Grundlagen erklären und immer auf die direkte Umsetzung zielen. Jedes Arbeitsblatt passt auf ein Blatt Papier und ist so geschrieben, dass es sich gut zum Vorlesen eignet. Wir empfehlen, die Arbeitsblätter durchzugehen, indem jeweils ein Teilnehmer einen Abschnitt laut vorliest und du als Trainer zwischendurch Fragen klärst. Das mag für manche ungewohnt sein, aber so sind viele beteiligt und jeder kann gut folgen, indem er entweder zuhört oder auf seinem Arbeitsblatt mitliest.

Der andere, mindestens ebenso wichtige Teil des Trainingskonzeptes ist der Ablauf der Treffen. Damit soll eine Kultur nach dem Vorbild von Jesus geprägt werden, damit jeder Teilnehmer anfängt, auch außerhalb der Treffen so zu denken und zu handeln:

- Lehre muss immer geübt und angewendet werden. Es geht nicht um Wissen, sondern um Gehorsam gegenüber Gott.
- Was sind meine nächsten Schritte? Ich will sie gehen, darum setze ich Ziele und werte ehrlich aus, was daraus wird.
- Wir sind aufeinander angewiesen und unterstützen uns als Gruppe gegenseitig dabei.
- Gottes Pläne sind die besten für uns. Deshalb stellen wir Gott immer wieder Fragen und lernen, auf den Heiligen Geist zu hören.
- Gott möchte uns frei machen von Ballast aus unserer Vergangenheit wie Verletzungen, Sünde oder ungesunden Bindungen. Ein erfahrener Trainer unterstützt mich, Gott gute Fragen zu stellen, damit er die Wurzeln der Probleme aufdeckt und ich davon frei werde.
- Wir übernehmen Verantwortung für Menschen in unserem Umfeld und lernen, Menschen des Friedens zu finden. Deshalb schreibt jeder im ersten Treffen eine Namensliste und bringt sie zu jedem Treffen wieder mit.

Voraussetzungen

Die wichtigste Voraussetzung für dich als Trainer ist, dass du das, was du selbst bereits von Gott gelernt hast, gerne an andere weitergeben möchtest. Wenn du außerdem bereit bist, von diesen Materialien zu *lernen*, dann kann es weitergehen!

Wenn du jemanden zu Jesus geführt hast, dann zögere nicht, so schnell wie möglich mit dem Training anzufangen. Wichtig ist, dass beide Seiten ihre Rolle einnehmen: Die Teilnehmer müssen lernen wollen (auch wenn es mal anstrengend ist) und sich auf ein Training einlassen – sonst wird es nicht funktionieren. Genauso ist es für dich auch wichtig, dass du die Rolle eines Trainers einnimmst und den Teilnehmern hilfst, sich weiterzuentwickeln. Achte darauf, dass beides von Anfang an klar kommuniziert und geklärt ist.

Wie soll ich anfangen?

1. Lies nach dieser Einführung zuerst den „Ablauf der Trainings-Treffen“ zusammen mit dem „Drei-Drittel-Prozess“.
2. Mache dich mit der ersten Lektion (Arbeitsblatt und Lektionsplan) vertraut.
3. Lade die Teilnehmer zum ersten Trainings-Treffen ein!

Dieses Arbeitsmaterial selbst ist jedoch nur die Hälfte für ein gutes Training. *Lerne von deinem Trainer*, der dir hoffentlich bereits diese Prinzipien vorlebt und lass dich von ihm unterstützen! Wenn du noch keinen Trainer oder Mentor hast: Nutze die Chance und suche dir jemanden, der bereits mehr Erfahrung hat und dir helfen kann, das Training möglichst gut zu gestalten. Um das Start-Training mit anderen zu machen, ist es am besten, es selbst einmal zu *erleben*. Auf der Homepage kannst du unter „[Kontakt](#)“ nach einem Trainer in deiner Nähe fragen.

Gottes Segen!

Das Team von www.trainingfuertrainer.de