

## **Zielgruppengespräche**

### **Übersicht Belastendes und Erfreuliches im Alltag**

Die Lebensmittelpunkte der meisten Menschen sind: Familie und Arbeit, Freizeit und Hobbies, soziales Umfeld, Auseinandersetzung mit der Gegenwart. Die Berührungspunkte mit Kirche sind punktuell, aber nicht zu unterschätzen. In den Interviews wurden Fragen zum Alltag gestellt, um mögliche Bezüge der Kirche zum täglichen Leben auszuloten. Dabei zeigte sich eine Fülle von Aspekten, die für die Gemeindegarbeit interessant sind.

Folgende Tabelle zeigt eine Übersicht der Antworten auf folgende Fragen:

- Was stärkt Sie in Ihrem Alltag (allgemein)?
- Für Kinder: Was gefällt dir an einem ganz normalen Tag? Wann bist du besonders glücklich?
- Was erschwert, belastet Ihren Alltag?
- Für Kinder: Was vermisst du?
- Was täte Ihnen in Ihrem Alltag gut und würde Sie erleichtern, erfreuen, unterstützen, entlasten?

#### **Alltagsfreuden, Stärkendes**

##### **Erwachsene**

Das Leben  
Dankbarkeit  
Aufwachen am Morgen, aufstehen  
Wetter, Sonne, Licht  
Familie, Generationennetz, Enkel, Grosseltern  
Ehe, Partnerschaft, Partner/-in  
Kontakt, Begegnungen Gespräche, reden  
Liebe, lieben, geliebt zu werden  
Lachen, ein Lächeln, Freundlichkeit, Lustiges  
Freunde, Kollegen und Kolleginnen  
Gemeinsame Unternehmungen  
Abschalten, Ruhe, Stille  
Zeit, freier Tag  
Ausschlafen  
Mehr Ferien, Raum für Erholung, Pausen  
Ausgewogenheit zwischen Arbeit und Freizeit  
Erfolg, gelingen  
Beruf, meine Arbeit, wenn es im Job gut läuft,  
Wertschätzung, Lob, beachtet zu werden  
Einem Mitmenschen etwas Gutes tun, helfen  
Geregelter, strukturierter Tag  
Ein Ziel haben  
Bewältigen der Aufgaben, Ziele erreichen  
Nach Hause kommen, Feierabend  
Friede, Harmonie  
Hobbies, Freizeit

#### **Belastendes**

##### **Erwachsene**

Zwischenmenschliches: Streit, schlechte Laune  
Zeitmangel, Termindruck, zu wenig Zeit  
Stress, Hektik  
Unplanbares  
Probleme  
Einsamkeit, Alleinsein  
Versagensangst  
Zuviel gleichzeitig, verschiedene Lebensmittelpunkte  
Schwierigkeiten im Beruf  
Schwierigkeiten in der Familie  
Schwierigkeiten mit dem Haushalt  
Bürokratie  
Zu wenig Zeit für sich selber  
Eigene Persönlichkeit  
Wetter  
Medien  
Weltlage

##### **Jugendliche**

Zu Kapitel 3: Menschen um Zentrum

---

Musik, Kulturelles  
Kreativität  
Natur  
Berge, wandern, Spaziergang  
Bewegung, Sport  
Tiere, Hund  
Überraschendes  
Religiosität, Gebet, Glaube  
Gesundheit, keine Schmerzen haben  
Finanzielle Sicherheit, sichere Umwelt  
Kaffee trinken, essen

**Jugendliche**

Schlaf  
Mit anderen zusammensein (Familie, Klasse, Freunde)  
Freunde  
Wenn andere der Familie in guter Stimmung sind  
Wenn es friedlich ist  
Wenn die anderen nett zu mir sind  
Wenn ich merke, dass ich nicht niemand bin  
Feines Mittagessen  
Natur  
Reiten  
Hobbies  
Gute Noten  
Musik hören  
Freizeit geniessen

**Themen Kinder**

Mit anderen zusammensein  
Geborgensein  
Spielen, drinnen und draussen  
Draussen sein  
Bewegung  
Etwas mit anderen erleben  
Essen  
Nach Hause kommen  
Schlafen, ins Bett gehen, ausschlafen  
Erfolg in der Schule  
Freizeit  
Tiere  
Wetter

Schmerzen  
Sorgen: von anderen Menschen oder eigene  
Lange Arbeitszeiten, lange Arbeitswege  
Wenig Schlaf, früh aufstehen müssen  
Viel Lernen, Stress in der Schule, schulische Probleme  
Prüfungen, Lernen am Wochenende  
Angst vor Versagen, Misserfolg  
Langeweile  
Streit, Meinungsverschiedenheiten, gereizte Stimmung  
Einsamkeit, alleine sein  
(Bedürfnis: gute Beziehungen, Liebesbeziehung)  
Wetter: Regen, schlechtes Wetter

**Themen Kinder**

Zeitdruck  
Früh aufstehen müssen (Bedürfnis: Ausschlafen, Ferien, freie Zeit)  
Schuldruck, Hausaufgaben, Prüfungen, Noten  
Langeweile, nicht beim eigenen Interesse abgeholt werden  
Mangelnde Bewegung (Bedürfnis: tätig sein, sich bewegen können)  
Einsamkeit, Alleinsein  
Streit und Konflikte in der Familie  
Streit mit Freund/innen  
Sehnsucht nach bestimmten Bezugspersonen  
Beziehungsverlust (verstorbene Bezugspersonen, Tiere)  
Umweltverschmutzung  
Schlechtes Wetter