

HopeLab – eine hybride Community für Glaubens- und Persönlichkeitswachstum

Visionspapier für Interessierte & Partner

November 2025

Warum HopeLab? 2
Wie funktioniert HopeLab? 2
Für wen ist HopeLab? 3
Methodik 3
Nutzen & Wirkung 5
Umsetzung in der Kirchgemeinde 6
Trägerschaft 7
Kosten und Beteiligung 7

Zusammenfassung

***HopeLab* ist eine hybride Community für Glaubens- und Persönlichkeitswachstum, die Online-Formate (App) und persönliche Treffen kombiniert, für Jugendliche (14–19 Jahre).**

Das Projekt unterstützt Kirchgemeinden, gemeinsam mit Jungleitenden (20-30 Jahre) eine tragfähige und transformierende Jugendarbeit aufzubauen.

In einer Zeit, in der viele junge Menschen geistlich suchend sind, erleben Jugendliche den christlichen Glauben oft nur an Events oder digital – ohne reale Gemeinschaft und mit begrenzter Wirkung auf ihr Leben.

Hier setzt *HopeLab* an: Durch interaktives Bibellesen und praxisnahe Übungen werden Jugendliche von passiven Konsument:innen zu aktiven Entdecker:innen des Glaubens. Dabei erwerben sie christlich inspirierte Life Skills, die ihre psychische Gesundheit und Beziehungsfähigkeit stärken.

Warum *HopeLab*?

Viele Jugendliche erleben, dass die Begeisterung nach einem Camp oder Glaubenskurs im Alltag schnell verpufft.

Viele Gemeinden fragen sich, wie sie junge Menschen nach der Konfirmation oder nach ersten Glaubenserfahrungen weiter begleiten können.

Statistiken aus dem Jahr 2024, dass die Generation der 15 bis 25 Jährigen sich heute überdurchschnittlich stark für **Glaubensfragen interessiert**.[1] Gleichzeitig leiden rund ein **Drittel der Jugendlichen** in der Schweiz unter Depressionen oder Ängsten.[2] Sowohl die neue spirituelle Offenheit als auch die psychische Belastung führen dazu, dass viele Jugendliche sich wieder nach einem Glauben sehnen, der trägt und im Alltag relevant ist.

Dennoch wachsen viele geistlich Suchende kaum über eine **konsumierende Haltung** hinaus: Sie schauen christliche Reels oder Talks, lesen Bibelverse digital, erleben dabei zwar Inspiration, aber selten nachhaltige Veränderung. Zudem fällt es vielen schwer, über oberflächliche Kontakte hinaus **echte Gemeinschaft** zu wagen – digitale Räume sind schmerzfreier, erfordern aber kaum soziale oder emotionale Kompetenz.

HopeLab möchte hier einen Beitrag leisten: Als hybride Community, die online Angebote mit Treffen vor Ort verbindet, ist sie eine Einladung, den **Glauben als Weg** zu verstehen – als persönliche und gemeinschaftliche **Reise des Wachstums**.

Wie funktioniert *HopeLab*?

HopeLab kombiniert interaktives Bibellesen, praktische Impulse und Übungen, um Jugendliche zu unterstützen, ein Mindset und Fähigkeiten rund um **Identität, Sinnfindung**

[1] https://www.kirchenbote-tg.ch/artikel/religion-warum-zeigen-junge-mehr-interesse
[2] https://www.unicef.ch/de/was-wir-tun/national/wohlergehen-von-kindern/psychische-gesundheit

und Zugehörigkeit zu entwickeln – Kompetenzen, die ihre Resilienz und psychische Gesundheit stärken. **Digitale** Methoden verbunden mit **kontemplativen und gemeinschaftlichen** Elementen (mehr dazu unten) laden junge Menschen zu geistlichem Tiefgang ein, im eigenen Rhythmus und in einer offenen Atmosphäre.

Eine **online Plattform** (App) bietet eine Kombination von Video-, Audio- und Text-Impulsen, mit Austauschmöglichkeiten via Chat. Kirchgemeinden können entweder auf unsere bestehende Plattform zugreifen oder eine eigene Version mit eigenem Branding betreiben.

Die Lernreise kann auf verschiedene Weisen gestaltet werden: Jugendliche arbeiten **allein, zu zweit oder in Kleingruppen** selbständig durch die Module, unterstützt und ermutigt durch ein lokales Team aus jungen Leitenden. Diese wiederum können Themen optional in **Plenar-Sessions oder Jugendtreffen** aufgreifen, um sie zu vertiefen und gemeinschaftlich weiterzuführen. So kann *HopeLab* sowohl als primäres "Kurrikulum" der Jugendarbeit genutzt werden, als auch zur punktuellen Ergänzung für bestimmte Themen: Der **modulare Aufbau** ermöglicht es Schwerpunkte zu setzen – dort, wo die Gruppe gerade steht, oder wo Leitende bestimmte Themen (z. B. Identität, Beziehungen oder Konflikt) vertiefen möchten.

Für wen ist *HopeLab*?

HopeLab richtet sich primär an **Jugendliche (ca. 14–19 Jahre)**, die den christlichen Glauben neu entdecken oder vertiefen möchten – und an **Jungleitende (ca. 20–30 Jahre)**, die lernen wollen, andere auf diesem Weg zu begleiten. Sie sind gleichzeitig Mitlernende und "Vorangehende" und bilden das lokale **Kernteam**, um dieses Programm unter Jugendlichen zu verbreiten (**Multiplikatoren-Rolle**). Jungleitende begleiten jugendliche Teilnehmende als Moderator:innen im digitalen Raum und als Gastgeber:innen bei physischen Treffen.

HopeLab arbeitet in Partnerschaft mit **Kirchgemeinden**, die eine bestehende Jugendarbeit stärken oder eine neue Arbeit aufbauen wollen.

Methodik

Lernen als ganzheitlicher Veränderungsprozess

HopeLab bietet die Möglichkeit, Glaubens- und Persönlichkeitsentwicklung als integrierten Lernprozess zu erleben, der unser ganzes Menschsein einbezieht. Dazu werden **vier Formate** miteinander verbunden:

1. **Impulse:** Theologische und psychoedukative Grundlagen geben Orientierung und öffnen neue Perspektiven.
2. **Narrative:** Biblische Geschichten – z. B. aus Genesis – werden mit der eigenen Lebensgeschichte in Beziehung gesetzt.
3. **Kontemplation:** Innehalten, Wahrnehmen und hörend Beten schaffen Raum für innere Veränderung.
4. **Praxisübungen:** Kleine, konkrete Schritte helfen, neue Gewohnheiten einzuüben – etwa wertschätzende Gesprächsführung oder Selbstwahrnehmung.

So entsteht ein geistlicher Lernweg, der Denken, Fühlen und Handeln integriert.

Biblische Narrative als Roter Faden

Geschichten spielen eine zentrale Rolle beim menschlichen Lernen und in der Persönlichkeitsentwicklung.

Neurowissenschaftliche Forschung zeigt, dass das Gehirn Informationen, die in Erzählungen eingebettet sind, besser aufnimmt, verarbeitet und langfristig abspeichert als abstrakte Fakten. Geschichten schaffen Sinnzusammenhänge, indem sie Erfahrungen strukturieren, Emotionen ansprechen und Identifikation ermöglichen. So können tief verwurzelte Denkmuster hinterfragt und neue hoffnungsvolle Perspektiven eröffnet werden.

Das **Buch Genesis** eignet sich zum Beispiel besonders gut als einführendes Narrativ in den christlichen Glauben. Seine Themen – Schöpfung, Identität, Schuld, Berufung und Versöhnung – eröffnen Lernwege, die über das Alte Testament hinaus zu Christus führen. So bildet z. B. die Geschichte Abrahams und seiner Familie einen spannenden Erzählbogen über mehrere Generationen hinweg – das hilft, beim Bibellesen dran zu blieben. Dank wiederkehrendem Bezug zum **neuen Testament** wird die tieferliegende Weisheit der hebräischen Texte von Christus her gedeutet.

Kontemplation & Intertextuelles Lesen

Wenn sich Herz und Kopf verbinden.

HopeLab vermittelt eine Form des Bibellesens, die sowohl **kontemplative** als auch **analytische** Aspekte umfasst.

Kontemplation bezeichnet eine innere Haltung des Anschauens, verbunden mit Stille sowie einfachen Visualisierungsübungen. So entsteht Raum, Gottes Gegenwart auch sinnlich zu erfahren – eine Brücke zwischen Verstehen und Erleben, die innere Veränderung anstösst und neue Perspektiven öffnet.

Beim Analysieren **intertextueller Verbindungen** – also von Bezügen zu anderen Bibeltexten, in denen dieselben Worte oder Ideen vorkommen – erleben die Teilnehmenden die Bibel als eine grosse, vielschichtig verwobene Geschichte, deren Linien und Muster auf Christus zulaufen. Theologisch arbeiten wir dabei ähnlich wie das *BibleProject* – mit dem Unterschied, dass wir die Teilnehmenden die Zusammenhänge selbst entdecken lassen. Dieses „Puzzle-Erlebnis“ führt zu Aha-Momenten, die sich einprägen und den Forschergeist wecken.

Soziospirituelle[3] Skills

Jesu Weisheit in die heutige Zeit übersetzen.

HopeLab greift zentrale Bereiche des Glaubens- und Persönlichkeitswachstums auf und vermittelt Impulse, um Haltungen und Fähigkeiten ("Skills") einzuüben:

- **Identität & Selbstwert** bilden das Fundament: Wer sich als von Gott gewollt und geliebt erkennt, kann sich selbst annehmen und Verantwortung für das eigene Leben

[3] Diese Wortschöpfung umschreibt Kompetenzbereiche, die sowohl spirituelle wie auch psychosoziale Kompetenzen umfassen.

übernehmen (z. B. Übungen zur Selbstwahrnehmung oder Umgang mit negativen Selbstbildern).
- Im Bereich **Story-Arbeit & Sinnfindung** lernen Teilnehmende, ihr Leben als Teil einer grösseren Geschichte zu deuten – einer Geschichte, in der Brüche, Zweifel und Neubeginn Platz haben (z. B. durch Tagebuchschreiben, oder biografisches Erzählen).
- **Authentizität & Vulnerabilität** öffnen den Raum, ehrlich und transparent zu werden – vor Gott, sich selbst und anderen – und darin Kraft statt Schwäche zu entdecken (z. B. durch Gesprächsrunden oder „mutige Momente“ des Teilens).
- **Beziehung stärken** zielt darauf, Empathie und Kommunikationsfähigkeit zu vertiefen (z. B. mit Übungen zu aktivem Zuhören oder Wertschätzungsrunden),
- Im Bereich **Konflikt & Versöhnung** werden Wege aufgezeigt, um Differenzen heilsam zu überwinden und in Frieden zu leben (z. B. Impulse zu Themen wie "Grenzen setzen" und Vergebung).
- Schliesslich erinnert **Herzpflege & Selbstfürsorge** daran, dass geistliches Wachstum nicht im Aktivismus geschieht, sondern im achtsamen Umgang mit den eigenen Ressourcen (z. B. durch Stillezeiten, Atemübungen oder kreative Ausdrucksformen).

Zusammen bilden diese Themenfelder einen Lernpfad, der von der inneren Selbstführung zur reifen Beziehungsfähigkeit führt – und damit die Grundlage für nachhaltige Veränderung schafft.

Digitale Plattform

HopeLab nutzt die Chancen digitaler Bildung, um gemeinsames Lernen flexibel und inspirierend zu gestalten. Die Inhalte werden über eine Online-Plattform zugänglich gemacht – ein **interaktiver Lernraum**, der so ähnlich wie ein "privates Facebook" funktioniert, mit Chatfunktion und der Möglichkeit, Videos, Audios und Texte zu teilen.

Die Plattform fördert die Interaktion zusätzlich durch sogenannte "**Gamification**": Jugendliche können Abzeichen (Badges) erhalten, an Challenges teilnehmen, und persönliche Lernpfade gestalten. Diese spielerischen Komponenten schaffen Motivation und Zugehörigkeit. So entsteht eine hybride Lernform, die das Beste aus zwei Welten verbindet: persönliche Gemeinschaft und digitale Freiheit.

Gemeinden können wahlweise unsere bestehende Plattform nutzen oder – mit Unterstützung des Projektteams – eine eigene Instanz mit eigenem Branding und zusätzlichen Inhalten betreiben.

Nutzen & Wirkung

Für Kirchgemeinden

HopeLab bietet Kirchgemeinden eine praxisnahe Antwort auf eine zentrale Frage unserer Zeit: Wie kann Glaube über das Konfirmationsjahr hinaus wachsen – auch dort, wo **Zeit und personelle Ressourcen begrenzt** sind?

Das hybride Format verbindet **digitale Werkzeuge mit geistlicher Tiefe**. Jugendliche können die Themen selbständig bearbeiten, oder durch Jungleitende angeleitet. So entsteht eine Form von Jüngerschaft, die **Eigeninitiative und Gemeinschaft** gleichermassen stärkt.

Kirchgemeinden profitieren von **theologisch fundierten, sorgfältig kuratierten Materialien**, die Sicherheit und Qualität in der Arbeit mit Jugendlichen schaffen.

Für Jugendliche und junge Erwachsene

Der Hauptnutzen für Teilnehmende liegt darin, den **Glauben eigenständig und doch in Gemeinschaft zu entdecken**. Sie erfahren die Bibel als lebendige Geschichte mit Bezug zu ihren Lebensfragen.

Durch Impulse, Übungen und Austausch erleben Jugendliche, dass **Spiritualität und psychische Gesundheit** zusammengehören. Gemeinschaftliche Lernformen stärken Zugehörigkeit und gegenseitiges Vertrauen. Sie entwickeln Kompetenzen wie den Umgang mit **Emotionen, Selbstwahrnehmung, Kommunikation und Konfliktfähigkeit**.

Glaube wird so zur Ressource, die Resilienz stärkt, Beziehungen vertieft und neue Perspektiven auf das Leben eröffnet.

Umsetzung in der Kirchgemeinde

HopeLab ist darauf ausgelegt, **in Kooperation mit Kirchgemeinden** umgesetzt zu werden. Das Projekt kann in bestehende Jugend- oder Kleingruppen integriert oder als neues Format aufgebaut werden. Es kann in einer Gemeinde, oder Gemeinde-übergreifend umgesetzt werden.

Ein typischer Ablauf sieht, vereinfacht gesagt, so aus:

1. **Kontakt mit Pfarrperson, Gemeindeleitung:** Kennenlernen der Vision und bei Interesse: Absprachen zur konkreten Umsetzung.
2. **Visionsabend für Jungleitende:** Die potentiellen Jungleitenden werden uns von den Pfarrpersonen empfohlen. Bei Live-Einführungsabenden wecken wir Begeisterung und bauen erste Beziehungen auf. Interessierte nehmen an einem unverbindlichen Einführungskurs teil, in dem sie Inhalte und Formate von *HopeLab* kennenlernen und entscheiden können, ob sie Teil eines lokalen *Kernteams* werden wollen.
3. **Co-Creation:** Ein zentrales Element während der Pilotphase 2027 ist die *Entwicklung der digitalen Inhalte* gemeinsam mit einem Team ehrenamtlich engagierter Jungleitenden. Die weiteren Kernteams in den Pilotkirchen testen die entstandenen Materialien und geben Feedback zur Weiterentwicklung.
4. **Training & Begleitung der Jungleitenden, Aufbau einer lokalen *HopeLab* Community:** Das Projektteam übernimmt in der Anfangsphase eine Mentorenrolle für Jungleitende. Bei Treffen, Retreats und Calls entsteht eine dynamische *Peer-Community* von Jungleitenden verschiedener Gemeinden und Regionen – zur gegenseitigen Ermutigung und Inspiration. Ziel ist es, *HopeLab* in den jeweiligen Gemeinden zu kontextualisieren, durch eine Kombination von Online- und Offline-Formaten.
5. **Begleitung & Weiterentwicklung:** Austausch, Supervision und thematische Online-Sessions sichern Qualität und Nachhaltigkeit.

Trägerschaft

Life In Abundance (LIA) ist eine internationale Missionsorganisation mit **kenianischen Wurzeln und globaler Ausrichtung**. Seit 30 Jahren engagiert LIA sich für ganzheitliche Mission im Sinne einer nachhaltigen gesellschaftlichen Transformation – in mittlerweile 14 Ländern Afrikas und der Karibik. In der Schweiz ist **LIA Europe** seit 2019 als gemeinnützige Organisation mit Sitz in Genf registriert.

Dass ein afrikanisches Werk in der Schweiz aktiv wird, ist Ausdruck einer neuen, gegenseitigen Bewegung in der weltweiten Kirche. Afrika wurde über Jahrzehnte durch die Missionsbewegung aus Europa gesegnet[4] – heute erleben wir, dass der **Segensfluss in beide Richtungen** geht. Wir glauben: Wenn Gläubige aus Nord und Süd geistlich miteinander unterwegs sind, werden beide reich beschenkt. Die in den afrikanischen Programmländern erprobten Ansätze für soziospirituelle Transformation wurden in den letzten Jahren in Zusammenarbeit mit kirchlichen Organisationen in der Schweiz weiterentwickelt und kontextualisiert. *HopeLab* wird von einem erfahrenen, interdisziplinären Leitungsteam entwickelt, mit starkem Bezug zu Afrika und tiefer Verankerung im Schweizer Kontext**:**

- **Julia Henke**, Sozioökonomin (PhD Universität Genf), Geschäftsführerin von *Life In Abundance Europe* und Mitgründerin der in Afrika tätigen NGO *Rings of Hope.* Sie verfügt über langjährige Erfahrung im Aufbau interaktiver Lernformate und in der Gestaltung transformativer Entwicklungsprozesse.
- **Tobias Siegenthaler**, Bibelwissenschafter (MA Universität Bern, PhD St Andrews, UK), Dozent für *Bible & Mission* am Westminster Theological Centre in England, mit breiter Erfahrung in der Vermittlung biblischer Inhalte im gemeindlichen Kontext.
- **Wissenschaftlicher Beirat:** Ergänzt wird das Team durch pädagogisch und psychologisch geschulte Fachkräfte sowie erfahrene Pfarrpersonen, die zur Qualitätssicherung und Kontextualisierung der Inhalte beitragen. Die Berufung des Beirats ist für 2027 geplant.

Kosten und Beteiligung

Die Umsetzung von *HopeLab* erfolgt in enger Partnerschaft mit den Kirchgemeinden. Für die Nutzung der Plattform, die Schulung der Jungleitenden und die fortlaufende Begleitung wird ein **jährlicher Pauschalbeitrag** vereinbart, der sich an der Grösse und den Möglichkeiten der Gemeinde orientiert. Damit werden Lizenzen, Schulungsmaterialien sowie die Weiterentwicklung der Inhalte gedeckt. Auf Wunsch unterstützen wir Gemeinden auch bei der Einrichtung einer eigenen Online-Plattform im eigenen Design.

Eine Teilnahme an *HopeLab* ist gleichzeitig eine Missionspartnerschaft mit LIA: Erträge aus der Arbeit von LIA Europe fliessen in die **Programmarbeit in den Partnerländern** zurück. So entsteht für Partnerkirchen eine Brücke zwischen den "Missionsfeldern" – ihrem Engagement im Globalen Süden, und ihrer Gemeindeentwicklung vor Ort.

[4] Uns ist bewusst, dass nicht alle unter dem Begriff "Mission" durchgeführten Aktivitäten in der Vergangenheit ein Segen für Afrika waren. Im Rahmen dieses Dokuments möchten wir lediglich auf den globalen Trend der sogenannten "Reverse Mission" hinweisen.

Aktuell laden wir **Gemeinden** ein, Teil der **Pilotphase 2027** zu werden: Sind Sie Pfarrerin oder Jugendpastor – oder engagierst du dich ehrenamtlich in der Jugendarbeit? Interessiert ihr euch dafür als Pioniere neue Wege zu entdecken, junge Menschen im Glauben zu begleiten? Dann freuen wir uns, wenn ihr uns kurz schreibt – wir lernen euch gern kennen:

Kontakt:

Julia Henke, Geschäftsführerin *Life In Abundance Europe*

juliahenke@lifeinabundance.org