

Rossa • Rossa

Punkte, Kreise, Lebensreise



Biografiearbeit mit Kindern und Jugendlichen lebendig gestalten.
80 runde Karten zum Auslegen von Lebenslinien

BELTZ

Leseprobe aus Rossa, Punkte, Kreise, Lebensreise,
ISBN 4019172100971 © 2024 Beltz Verlag, Weinheim Basel
[http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/
gesamtprogramm.html?isbn=4019172100971](http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=4019172100971)

Punkte, Kreise, Lebensreise



Biografiearbeit mit Kindern und Jugendlichen lebendig gestalten.
80 runde Karten zum Auslegen von Lebenslinien

Biografie-Arbeit erlebbar machen: Einstieg in die Lebensreise

Jeder Therapie- und Beratungsprozess beinhaltet biografische Anteile – und das auch schon im Kindes- und Jugendalter: Wie fühlte ich mich, als ich in die weiterführende Schule kam? Wer war dabei, als ich den Unfall hatte? Wann habe ich den Sport als wichtiges Hobby für mich entdeckt? Solche und viele andere Fragen sind Teil der Biografiearbeit – und mit den vorliegenden Therapiekarten wird diese als farbenfrohe Lebensreise gestaltet.

Nach dem Motto »runter vom Stuhl – rein in die Therapie« ermöglichen die Karten, das gewohnte Therapiesetting zu verlassen und Therapie erfahrungsorientiert, wahrnehmbar und spürbar zu machen. Dabei wird die kognitive und emotionale Arbeit um das Konzept der Leiblichkeit und des Leibgedächtnisses erweitert. Stimmungen, Ereignisse und Erfahrungen werden vom Körper aufgenommen und – als Gipfel des Eisbergs – gestisch und mimisch der Außenwelt widergespiegelt. Um das Kind oder den Jugendlichen in seiner Gesamtheit annäherungsweise zu verstehen, kann es hilfreich sein, den Therapie- oder Beratungsraum in den Prozess einzubinden und damit einen neuen Möglichkeitsraum entstehen zu lassen.

Worum geht es? Das Grundprinzip ist einfach: Die Kinder und Jugendlichen bewegen sich durch die Alterskarten frei durch das eigene Leben: Sie legen die Karten so im Raum aus, wie es ihnen stimmig erscheint. Dabei unterstützen Meilenstein- (z.B. Einschulung, Ausbildung) und Symbolkarten (z.B. Liebe, Unfall) dabei, die Lebensphasen inhaltlich mit Informationen anzureichern. Die Personenkarten – z.B. Vater, Freundin, Geschwister – folgen der Fragestellung »Wer war dabei?« oder »Wer hat dich dabei unterstützt?«. Auch eine Personenkarte »Ich« für die Patient:innen selbst ist enthalten – so wird es möglich, die eigene Situation sowohl von außen als auch im Verlauf der Zeit zu betrachten.

Mit den Gefühlskarten können jedem Ereignis die entsprechenden Gefühle zugeordnet werden. Auch dabei können mehrere Perspektiven eingenommen werden. Gefühle sind im Wandel der Zeit, mit einer in der Zukunft liegenden Wunschvorstellung darstell- und damit nachfühlbar.



Anwendungsbereiche

Das Kartenset eignet sich für die Psychotherapie und Beratung von Kindern und Jugendlichen im Alter von 6 bis 18 Jahren. Es kann gewinnbringend in der Einzel- und der Familienarbeit eingesetzt werden und ist sowohl für die verhaltenstherapeutische und systemische als auch für die integrative Therapie und Beratung geeignet.

Das Material ermöglicht es der Therapeutin, jede Therapieeinheit ganz individuell auf die Bedürfnisse, Wünsche sowie Fähigkeiten und vorrangigen Therapieziele des Kindes bzw. des/der Jugendlichen auszurichten. Die Anwendung kann dabei strukturgebend sowohl für die einzelne Therapiestunde als auch übergreifend für den Therapieverlauf genutzt werden. Den Anwendenden bietet es zielführende Impulse und zugleich kreativen Freiraum, um individuelle Schwerpunkte und prozessuale Erkenntnisse in die Arbeit einzubringen.

Beim Einsatz der Karten als kooperatives Spiel (S. 16) wird zudem Perspektivenwechsel eingeübt und der Austausch über eigene und fremde Lebenserfahrungen gefördert.



Beschreibung des Kartensets/Spiels

Das Kartenset besteht aus 80 Karten, die sowohl schon vorbereitend als auch gemeinsam mit dem Kind/Jugendlichen zu Beginn der Stunde im Therapieraum ausgelegt werden können. Dadurch wird der Therapieraum zu einer Art Spielbrett, bei dem die einzelnen Karten die Schritte vom Start bis zum Ziel darstellen. Das ausgelegte Spielbrett ermöglicht es dem Kind oder der/dem Jugendlichen, einen spürbaren Überblick über den Prozess und den Inhalt der Therapieeinheit zu bekommen und im Verlauf sich besser orientieren zu können. Er/Sie wird zum Akteur des eigenen Therapieprozesses und entscheidet durch das bewusste Vorwärts- oder auch Rückwärtsgehen (Heraustreten) oder -springen, in welche Richtung sich der Therapieprozess, die Gesprächsinhalte und damit auch die Bedürfnisse gerade bewegen.

Das Kartenset besteht aus:

- * **18 Alterskarten und 2 Zeitkarten**
- * **15 Personenkarten (z.B. Vater, Schwester, Freundin)**
- * **9 Meilensteinkarten (z.B. Kita, Grundschule)**
- * **26 Symbolkarten (z.B. Essen, Fahrrad, Sexualität)**
- * **10 Gefühlskarten (z.B. Ärger, Freude, Traurigkeit)**

Alle Karten sind auf einer Seite mit einem Symbol, auf der anderen Seite mit Text versehen. Die Symbolseite bietet sich für die Arbeit mit Kindern an, aber auch mit Menschen, die nicht der deutschen Sprache mächtig sind, die Textseite für die Arbeit mit Jugendlichen.

Alters-/Zeitkarten. Neben den Alterskarten von 1 bis 18 ist eine Karte enthalten, die die Gegenwart (»Jetzt«) bezeichnet, und eine, die einen beliebigen Zeitpunkt in der Zukunft markieren kann (»Dann«).

Personenkarten. Die Personenkarten symbolisieren: Wer war oder wer war nicht an einer Situation oder einem Ereignis beteiligt? Welchen Einfluss hatte die Person auf das Geschehen? Oder: Wie dachte die Person über das Ereignis? Dies sind Fragen, die zu einem vertieften Verständnis einer Situation oder eines Prozesses häufig hilfreich sind. Darüber hinaus ermöglichen sie den Blick aus mehreren Perspektiven über einen Zeitverlauf hinweg: Wie habe ich, meine Mutter oder mein Vater darüber gedacht, als ich klein war? Wie denke ich heute darüber? Wie werde ich wohl zu einem späteren Zeitpunkt darüber denken?

Sollten weitere Familienmitglieder benötigt werden (z. B. eine zweite Karte »Mutter« oder mehr Geschwister), ist dies durch die Arbeit mit der Bildseite leicht möglich.



Meilensteinkarten. Diese Karten stehen für feste Ereignisse wie z.B. Geburt, Kitabesuch oder Schule. Damit bieten sie Struktur- und Orientierungsmöglichkeiten bei der Arbeit mit der Lebenslinie. Zwei Karten sind leer, um weitere Ereignisse ergänzen zu können

Symbolkarten. Diese Karten helfen dabei, wichtige Themenbereiche, z.B. Freizeit, Medienkonsum, Beziehungen, einzubringen, zeitlich zu verorten und zu explorieren. (Über die Symbolkarten hinaus lassen sich aber natürlich auch andere Gegenstände, wie Steine, Spielfiguren, Postkarten u.Ä., in die Arbeit gut integrieren.)



Reisen

Emotionskarten. Mittels der Emotionskarten lassen sich Gefühle in bestimmten Situationen hilfreich darstellen. Wer hat was zu dem Zeitpunkt, als xy passiert ist, empfunden und wie fühlt sich das heute an? Emotionen bieten häufig einen wichtigen Schlüssel zum Verständnis der betrachteten Situationen. Es bietet sich an, den Zusammenhang zwischen Denken, Fühlen und Handeln zu berücksichtigen, um daraus Schlüsse zu ziehen. Zwei Karten sind leer, um weitere Emotionen ergänzen zu können.

Die aufgeführten Karten können nahezu unbegrenzt miteinander kombiniert werden, um Wünsche, Ziele, Gefühle oder mögliche Konflikte und Situationen von Familienmitgliedern abzufragen bzw. zu thematisieren.

Vorbereitung und Durchführung der Biografiearbeit

Vorbereitung

Der Behandlungs- oder Beratungsraum sollte ausreichend Platz bieten, um den jeweiligen Abschnitt der Lebenslinie auf dem Boden auslegen zu können. Um die ausgelegten Karten herum sollte genug Platz zur Verfügung stehen, um eine andere Perspektive einnehmen und einen Blick von außen auf die Ereignisse werfen zu können.

Die Karten werden sortiert nach Jahreszahlen, Meilensteinen, Symbol-, Personen- und Emotionskarten zurechtgelegt. Verschaffen Sie sich einen Überblick und schauen Sie sich mit dem Kind oder dem/der Jugendlichen die Meilenstein-, Symbol- und Personenkarten an. So kann eine erste Vorauswahl getroffen werden.

Die Arbeit beginnt damit, gemeinsam die Ich-Karte herauszusuchen – diese stellt das »Jetzt-Ich« dar. (Alternativ kann auch eine der Personenkarten als Ich-Karte ausgewählt werden.) Legen Sie die Karte deutlich sichtbar auf den Boden in die Nähe des Kindes oder der/des Jugendlichen. Die Arbeit an der Biografie mit diesem



Vier

Vierzehn

Freundin



Unfall





