

Rossa • Rossa

Punkte, Kreise, Lebensreise



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

BELTZ

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



Kartenset versteht sich auch als Körperarbeit. Aus diesem Grund kann vor Beginn und bei Bedarf auch während des Prozesses immer wieder eine lockernde Körperübung gemacht werden. Je belastender die jeweilige Situation während der Biografie-Arbeit durch das Kind oder den Jugendlichen wahrgenommen und beschrieben wird, desto wichtiger ist es beim Verlassen des Momentes die alte Situation abzustreifen, d. h. die Gefühle abzuschütteln und wie ein Kleidungsstück hinter sich zu lassen. Erarbeiten Sie bei Bedarf vorab den sicheren Ort.

Los geht's

- * Starten Sie mit der Karte »Geburt« und legen Sie diese auf den Boden. Bitten Sie das Kind oder den Jugendlichen, sich direkt neben die Karte zu stellen. Folgende Fragen können hilfreich sein, diesen Moment gedanklich hervorzuheben: Was war das für ein Tag, an dem du geboren wurdest? Wer war bei deiner Geburt dabei? Wo wurdest du geboren? Was weißt du noch über deine Geburt? Wer hat dich erwartet?



Tipp: Lassen Sie räumlich etwas Platz vor der Karte »Geburt«. So können Sie später noch auf die Zeit davor eingehen. Kinder und Jugendliche haben häufig durch Erzählungen ihrer Eltern Ideen von der Zeit vor ihrer Geburt und der

Schwangerschaft. Bei der Arbeit im Familiensetting können Eltern und ältere Geschwister zu einem konkreteren Bild dieser Zeit beitragen.

- * Im nächsten Schritt geht es um die Jahreskarte mit der Zahl 1. Die Karte selbst stellt den ersten Geburtstag, der Zwischenraum zwischen »Geburtskarte« und Jahreskarte 1 das erste Lebensjahr dar. Je detaillierter ein Zeitraum betrachtet und ihm nachgespürt werden soll, desto größer sollte der Abstand sein. Dass das Kind oder der Jugendliche von der Geburtskarte zur Jahreskarte 1 schreitet, steht für den jeweiligen Entwicklungsprozess. Ereignisse in diesem Zeitraum werden entsprechend auf diesem Weg abgelegt. Es ist möglich, hilfreiche und nützliche Informationen aus der biografischen Anamnese hier einfließen zu lassen. Zur Vorbereitung können Kinder und Jugendliche auch vorab Informationen über einen bestimmten Zeitraum, z.B. 0 bis 6 Jahre, sammeln.
- * Als Nächstes werden die anwesenden oder bedeutenden Personen rund um die Geburt und das erste Lebensjahr betrachtet. Für jede Person kann das Kind oder die/der Jugendliche eine Personenkarte auswählen und ablegen.
- * Durch das Hinzufügen der Jahreskarte 2 sowie der folgenden Karten entsteht nun, Schritt für Schritt, die Biografielinie. Die Abstände der

einzelnen Karten können dabei frei gewählt und der Menge der Ereignisse entsprechend angepasst werden. Auch die beteiligten und bedeutenden Personen können sich von Jahr zu Jahr verändern. Neue Personen werden hinzugefügt, ausgeschiedene Personen entfernt (d. h. sie bleiben liegen) und Personen, die weiterhin beteiligt sind, werden mitgenommen.

- * Nachdem ein Ereignis der Biografielinie hinzugefügt wurde, kann der Lebensweg weiter beschriftet werden. Das Kind oder die Jugendliche kann sich dafür entscheiden, an einem Punkt zu verweilen, diesen genauer oder aus einer anderen Perspektive, z.B. der einer anderen Person, zu betrachten.
- * Die Emotionskarten ermöglichen für jedes Ereignis eine Einschätzung der Emotionen – der eigenen, der allgemein vorherrschenden oder denen anderer Personen. (Dabei kann nach der Benennung der jeweiligen Emotion eine Skalierung erfragt werden.)
- * So entsteht nun eine Lebenslinie, die sich kreuz und quer durch den Behandlungsraum schlängelt und die Ereignisse wie Perlen an einer Schnur wiedergibt. Zusammenhänge werden sichtbar hergestellt und spürbar verdeutlicht. Neue Perspektiven werden eingenommen und Erkenntnisse gewonnen.

Tip: Ein Dokumentationsbogen kann leicht selbst erstellt werden, indem neben die Jahreszahlen von 1 bis 18 die ausgelegten Karten notiert werden.

Variante. Beginnen Sie mit der Erarbeitung der Lebenslinie nicht bei der Geburt. Starten Sie stattdessen im Hier und Jetzt oder einer bestimmten Situation. Gehen Sie mithilfe der Frage »Was war davor?« schrittweise zurück. So starten Sie in dem Bereich der Biografie, an den sich das Kind oder der/die Jugendliche noch am besten erinnert.

Einsatzvarianten des Kartensets/Spiels

Arbeit mit Familien

Für die Biografie-Arbeit mit Familien empfehlen wir zwei Herangehensweisen, die sich je nach Zielsetzung besser eignen.

- (1) In der Bezugspersonenarbeit in der Therapie oder Beratung von Kindern oder Jugendlichen kann es sich anbieten, wie oben beschrieben, mit der Geburt des Kindes bzw. der Zeit kurz davor zu beginnen. Alle Familienmitglieder nehmen ihre eigene Rolle ein. Entsprechend der zuvor abgelegten Karten werden nun die einzelnen Familienmitglieder im Verlauf der Lebenslinie vom Kind oder Jugendlichen platziert. Nutzen Sie die Gelegenheit zum intensiven familiären Austausch über Perspektiven, Erinnerungen, mögliche Kränkungen oder Wünsche.

- (2) Für die systemische oder integrative Arbeit mit Familien an ihrer Biografie empfehlen wir eine umfangreiche Vorbereitung, da bereits mit der Biografie der Eltern oder Großeltern begonnen wird. So können Informationen, Daten, Fotos sowie wichtige Gegenstände vorbereitet werden und hilfreich in die Arbeit mit einfließen.

Körperarbeit

Wir folgen mit dieser Biografiearbeit der Auffassung, dass der Körper eine zentrale Rolle im Wahrnehmen, Denken und Erfahren des Kindes oder des/der Jugendlichen spielt. Wahrnehmung findet nicht nur im Gehirn statt, sondern ist eng mit den Empfindungen und Bewegungen des Körpers verknüpft. Kognitive Prozesse, wie Denken und Entscheidungsfindung, hängen unmittelbar mit körperlichen Empfindungen und Emotionen zusammen. Das Vorgehen ist darauf ausgerichtet den Körper in seiner Gesamtheit in den Therapie- oder Beratungsprozess mit einzubeziehen und damit die Perspektiven aller Beteiligten zu erweitern. Das Kartenmaterial unterstützt durch seinen bewegungsorientierten und auffordernden Charakter Kinder in ihrem Bedürfnis, sich zu bewegen und den Therapieprozess leiblich, selbstwirksam und selbstbestimmt wahrzunehmen, begreifen und zu gestalten.

Anwendungsbeispiel »Erstes Smartphone«

Die Symbolkarten werden dazu verwendet bestimmte Gegenstände und damit verbundene Situationen zu verorten, z.B. die Smartphone-Karte, die mit folgender Frage eingesetzt werden kann: »Kannst du dich daran erinnern, wann du dein erstes Smartphone bekommen hast? Wann genau war das? Lass uns die Smartphone-Karte an die entsprechende Stelle legen und, wenn du magst, stell dich daneben und erzähl mir davon. Beginne damit, wie es dazu gekommen ist, dass du das Smartphone bekommen hast.«



Von diesem Punkt ausgehend lässt sich die Situation aus der Erinnerung heraus wie ein immer weiterwachsendes Bild zeichnen. Beispielweise können die im Folgenden aufgeführten Fragestellungen dabei hilfreich sein.

Situationsbeschreibende Fragen. Wie alt bist du gewesen, als du das Smartphone bekommen hast? • Wie kam es dazu, dass deine Eltern dir das Smartphone geschenkt haben? • Warst du der/die Erste mit einem Smartphone oder kanntest du jemanden, der schon eins hatte? • Was war das Erste, dass du gemacht hast, als du es in der Hand hattest? • Wer hat dir gezeigt, wie man alle wichtigen Einstellungen vornimmt? • Wem hast du das Smartphone als Erstes gezeigt? • Was haben deine Freunde dazu gesagt? • Gab es von deinen Eltern Regeln für die Smartphone-Nutzung?

Emotions- und Kognitionsfragen. Weißt du noch, wie der Moment, als du das Smartphone bekommen hast, sich angefühlt hat? • Was war dein erster Gedanke? • Wie lange hat dieses Gefühl angehalten? • Du hattest also dein erstes Smartphone. Was hat sich für dich verändert? • Wie hat sich das für dich angefühlt? • Wo in deinem Körper hast du das Gefühl am stärksten wahrgenommen? • War das ein neues Gefühl oder hattest du es vorher schon einmal? • Wenn du dieses Gefühl mit einem Wort beschreiben würdest: Wie lautet das Wort?

Körperorientierte Frage. »Jetzt, während du mir die Situation beschreibst, habe ich das Gefühl, dass du ziemlich entspannt bist. Beschreibe mir, wie dein Körper sich gerade anfühlt. Wenn du magst, beginne bei deinem Kopf und überprüfe dann deine Schultern, deine Arme, deine Hände, deinen Bauch, deinen Rücken, dein Becken, deine Beine und ende dann bei deinen Füßen.«

Mehrperspektivisches Vorgehen. Die Personen-Karten helfen dabei, weitere Perspektiven in den Prozess einfließen zu lassen: »Nachdem wir uns nun deine Gedanken und Gefühle in der Situation angeschaut haben, lass uns mal versuchen, einen Blick auf deine Eltern zu werfen. Hier habe ich zwei Karten: Diese Karte hier steht für dich und wird auf den Platz gelegt, an dem du gerade stehst, und die zweite Karte hier ist stellvertretend für deine Mutter. Nimm doch mal die Karte mit deiner Mutter und lege sie zu dem Ereignis. Was meinst du, wo ist der richtige Platz für diese Karte? Wenn du die Karte abgelegt hast, dann stelle dich zu der Karte. Von dort aus hast du nun einen guten Blick auf die Situation, als du das Smartphone geschenkt bekommen hast. Was hat deine Mutter zu dir gesagt, als sie dir das Smartphone geschenkt hat? Hast du eine Idee, was sie dachte, als du das Paket ausgepackt hast?«

Das Bild der Situation wird nun weiter aufgefächert, indem auch zeitliche Perspektiven mit einfließen: »Wenn du von dem Hier und Jetzt aus einen Blick auf dich wirfst, wie du damals das Smartphone geschenkt bekommen hast, was denkst du dann? Wenn du von hier aus mit deinem damaligen Ich sprechen könntest, was würdest du zu dir sagen? Oder was wäre wichtig für dich zu wissen?«

Diese Perspektiverweiterungen können sowohl vorwärts wie auch rückwärts in der Zeit in den Prozess gebracht werden: »Wenn du dich damals gesehen hättest, wie du heute mit einem Computer umgehen kannst, was hättest du wohl damals von dir gedacht?«

Einsatz als Spiel

Das Spiel »Punkte, Kreise, Lebensreise« ist ein kooperatives Spiel und kann ausschließlich gemeinsam gewonnen werden. Zu Beginn wird eines der folgenden sechs Themen ausgewählt (oder alternativ ausgewürfelt):

- | | |
|-------------------------------|----------------------------------|
| (1) Trauer und Freude | (4) Hass und Liebe |
| (2) Angst und Mut | (5) Feindschaft und Freundschaft |
| (3) Verzweiflung und Hoffnung | (6) Pech und Glück |

Spielziel. Ziel des Spiels ist es, eine biografische Geschichte gemeinsam zu konstruieren und zu erzählen. Die jeweiligen Themen sollen zentraler Bestandteil der Geschichte und deutlich zu erkennen sein. Wurde etwa das Thema 1 gewählt, handelt die Geschichte z. B. von einer Person, die in ihrem Leben mit dem Gefühl Trauer in Berührung gekommen ist und später durch verschiedene Ereignisse die Freude wiederentdeckt. Die Spielenden entscheiden, ob die Themen im Wechselspiel in der Geschichte immer wieder auftauchen oder ob sie sich ausschließlich in einzelnen Lebensabschnitten zeigen.

Durchführung. Alle vorhandenen Spielkarten werden gründlich gemischt und zwischen den Spielenden aufgeteilt. Wer die Karte »1« hat, beginnt. Die Zahlenkarte darf nun mit einer Personen-, einer Meilenstein-, einer Symbol- und/oder einer Emotionskarte (max. eine Karte pro Kartenart/

Farbe) kombiniert werden. Es würde aber auch ausreichen, nur die Zahlenkarte abzulegen.

Beispiel: Es werden die Karten »1«, »Mutter«, »Geburt«, »Schmerzen« und »Überraschung« abgelegt. Die Geschichte könnte wie folgt beginnen: »Nachdem die Mutter bei der Geburt Schmerzen hatte, war sie überrascht, da das Baby bereits bei der Geburt vor Freude strahlte«.

Als Nächstes ist der Spielende dran, der die Zahlenkarte »2« auf der Hand hat, und erzählt die begonnene Geschichte weiter. Alle verwendeten Karten kommen auf den Kartenstapel in der Tischmitte. Die Spielenden gewinnen, wenn es ihnen gemeinsam gelingt, eine zum gewählten Thema passende biografische Geschichte zu erzählen, und dabei alle Karten abzulegen.

Profivariante. Auch in dieser Variante kann nur gemeinsam gewonnen werden. Jedoch erhält jeder Spielende nur einen der beiden Begriffe eines Themas; bei Gruppen werden die Spielenden in 2 Gruppen aufgeteilt und erhalten ebenfalls nur einen der beiden Begriffe. Bleiben wir beim Thema 1: Wer die Zahlenkarte »1« hat, darf die Lebensgeschichte beginnen. Für die erste Gruppe geht es nun darum, das Thema Trauer einzubringen und die abgelegten Karten mit diesem Thema zu verbinden. Wer die Karte »2« hat, darf weitermachen. Sollte nun die Gruppe 2 dran sein, bekommt die Lebensgeschichte jetzt eine überraschende Wendung, da die Gruppe 2 ihre Karten mit dem Thema Freude spielt. Wichtig dabei ist die Ver-

bindung: Wie kann aus Trauer Freude werden? Wie passt die Geschichte zusammen? Sollte als Nächstes wieder Gruppe 1 dran sein, kommt die Trauer wieder ins Spiel. Ziel dieser Variante ist es, ebenfalls eine gemeinsame Lebensgeschichte zu erzählen und dabei den Wechsel der Themen besonders zu berücksichtigen.

Wer es schafft, mit allen Themen hintereinander sechs Lebensgeschichten zu erzählen, erhält den Titel Kreis-Meister-Team.

Bildnachweis

GettyImages: 19 Jetzt: Avector. 20 Dann: Iryna Horielova. 21 Ich oleksii arseniuk. 22, 23, 30, 31 Personen: Warmworld. 24, 25, 26, 27, 28 Personen: vladwel. 29, 34, 35 Personen: Veronika Oliinyk. 32, 33 Personen: Leontura. 36 Schwangerschaft: anttoho. 37 Geburt: JuliarStudio. 38 Kita: MuchMania. 39 Einschulung: Julia Kosickaya. 40 Grundschule: pikepicture. 41 Schulabschluss: studiodstock. 42 Ausbildung: MrPlumo. 43 Studium: Anna_zeni. 44 Arbeit: appleuzr. 45 Tod: JuliarStudio. 46 Geld: George Ianța. 47 Krankheit: Irina Gavrashenko. 48 Unfall: Irina Gavrashenko. 49 Schmerzen: Infadel. 50 Liebe: Vladyslav Bobuskyi. 51 Alkohol: calvindexter. 52 Zigaretten: neyro2008. 53 Drogen: Anastasiia_New. 54 Flucht, Migration: vladwel. 55 Religion, Spiritualität: igorshi. 56 Anderssein: neyro2008. 57 Sport: Photoplotnikov. 58 Smartphone: ~Userba9fe9ab_931>. 59 Soziale Medien: Tetiana Lazunova. 60 Aufgaben: designer29. 61 Essen: TopVectors. 62 Süßes: Aleksei Gerasimenko. 63 Fahrrad: bortonia. 64 Reisen: igorshi. 65 Streit: Aleksei Gerasimenko. 66 Sexualität: wowwa. 67 Behinderung: grimgram. 68 Musik: ~Userba9fe9ab_931>. 71–80 Emojis: calvindexter.

© Beltz Verlag, Weinheim, Basel, 2024
www.beltz.de

Herstellung: Sonja Droste
Druck: Pario Print, Krakow
Printed in Poland
GTIN 4019172100971

A large red circle with a white border. In the center of the circle is a white number '4'.

4



Vier



A graphic consisting of a large yellow circle with a thin pink border. The word "Freund" is centered within the yellow circle in a bold, dark blue, sans-serif font.

Freund





Grundschule

