was mich trägt
32 Karten mit Anleitung
von Angelika Gabriel
Inspirationskarten für Jugendliche
DON BOSCO
Gleis 2
Hürden
»Treppen sind eine Hürde. Es g
Leben überwinden muss. Aber w
muss, um nach oben zu kommen,
überwinden, auch wenn ich es gar
dann einen Glauben an etwas hat, u
lohnt sich vielleicht gar nicht, diese Hü
(Sabrina, 15)
Welche Hürde habe ich im Mom
Wer hilft mir, diese Hürden gu
Was mich trägt. © 2012 Don Bosco Medien Gm
Durcheinander
»Diese Rosen wandern in einem Durcheinander die Wand hinauf
In meinem Leben gibt es auch sehr viel Durcheinander. Ich weiß
oft nicht, wo lang und wie ich weitergehen soll. Deshalb kann
Religion ein wichtiger Halt sein, wenn man nicht weiß, wie es
weitergeht.«
(Alice, 15)
Wer oder was ist für mich Halt im Durcheinander mein
Lebens?
Was mich trägt. © 2012 Don Bosco Medien GmbH, München. Foto: Grzegorz Gugala
Nachdenken
»Hier ist ein Platz, da setz ich mich hin, einfach mal so während
der Woche, wenn ich gerade viel Stress habe. Ich höre Musik und
denk ein bisschen nach. Und da sitz ich einfach und bin mal für
mich allein. Das ist nicht schlecht, obwohl ich kein Mensch bin,
der viel alleine ist, dazu bin ich viel zu lebendig. Aber ab und zu
braucht das jeder. Ja, einfach mal eine halbe Stunde über alles
nachdenken.«
(Laura, 14)
Was ist mein Lieblingsplatz?
Was mich trägt. © 2012 Don Bosco Medien GmbH, München. Foto: Grzegorz Gugala
Entspannung
»Diese Couch ist ein Bild für mei
Ich mache gerade eine sehr stress
Entspannung für mich sehr wichtig
als sich mal für einen Moment hinz
(Christian, 17)
An welchem Ort kann ich richtig gu
Was zeichnet diesen Ort aus?
Freiheit
»Ein Fußballplatz: Das bedeutet Sport und gleichzeitig Freizeit.
Und das ist Freiheit: Beim Sport ist man frei von allen Belastungen
im Leben. Einfach frei, ausgesetzt, alles zu vergessen.«
(Jessica, 14)
Wie ist es für mich, frei zu sein?
Wann und wo fühle ich mich »frei, ausgesetzt, alles zu
vergessen«?
Was mich trägt. © 2012 Don Bosco Medien GmbH, München. Foto: Grzegorz Gugala
Musik
»Ich bin extrem musikbegeistert, mit Mu
egal ob ich melancholisch, wütend oder
ich meine Musik laut stelle, wissen alle: »
Musik kann ich auch aus der Realität flüc
Traumwelt aufbauen.«
(Anna, 20)
Welche Musik höre ich zur Zeit am lieb
Wie hat sich mein Musikgeschmack in
Lebens verändert?
Was mich trägt. © 2012 Don Bosco Medien GmbH, Mün