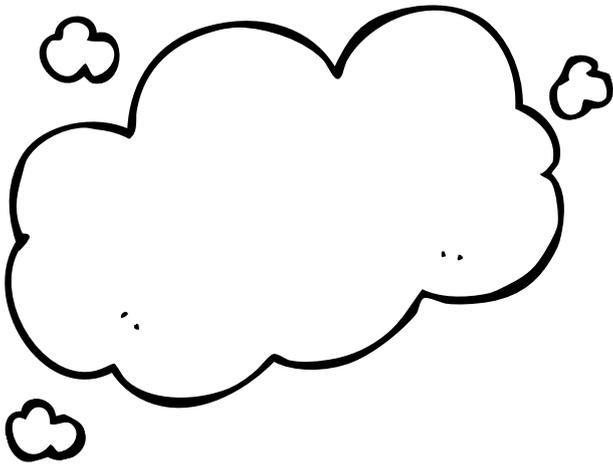


# Wenn ich mir Sorgen um die Schule mache

Wenn ich etwas zu lachen brauche, kann ich mit folgender Person reden:

-----  
-----  
-----

Welche Menschen fallen mir ein, die sich an der Schule um mich kümmern:



Wenn ich mich ausweinen muss, kann ich zur folgenden Person gehen:



Es ist okay, traurig zu sein (und sogar zu weinen).

Was hilft mir, damit es mir besser geht?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Die 3 besten Dinge, die mir einfallen, die ich an der Schule liebe:

1.

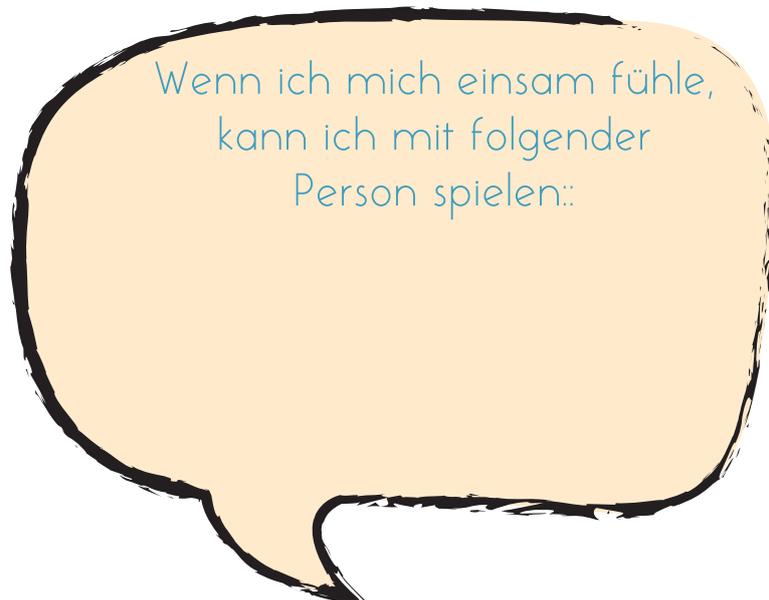
2.

3.

Wenn ich Hilfe bei einem Problem brauche, kann ich mit folgender Person reden:

\_\_\_\_\_

Wenn ich mich einsam fühle, kann ich mit folgender Person spielen:



Stell dir vor, dies sei dein Badezimmerspiegel, wenn du dich morgens für die Schule fertig machst. Zeichne dein Spiegelbild und lies die Notizen auf dem Spiegel.

Ich werde  
geliebt, so  
wie ich bin.

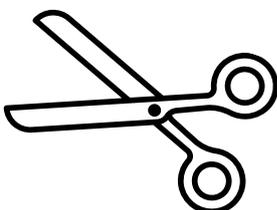
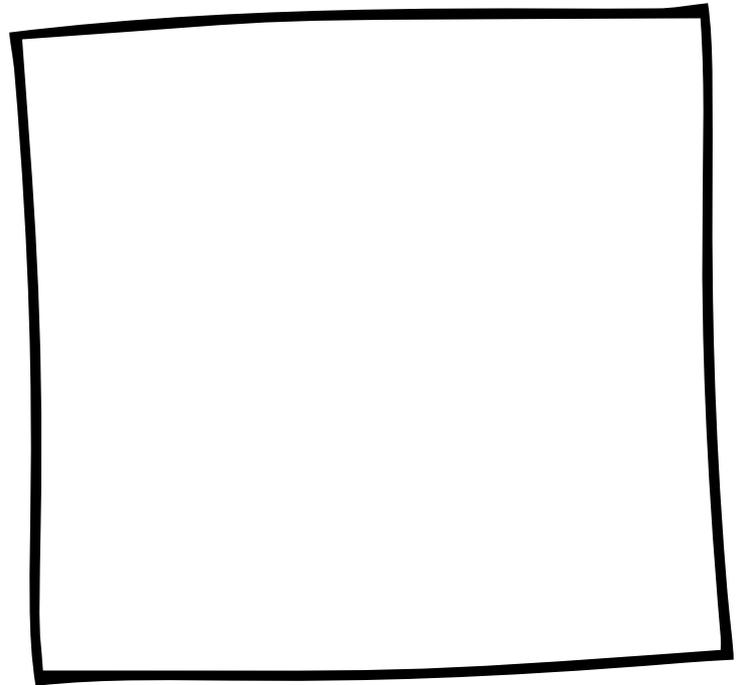
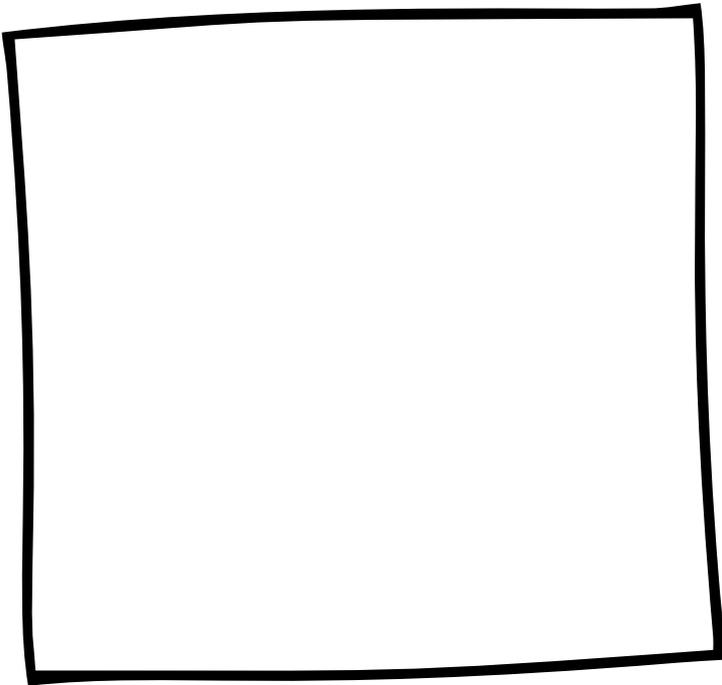
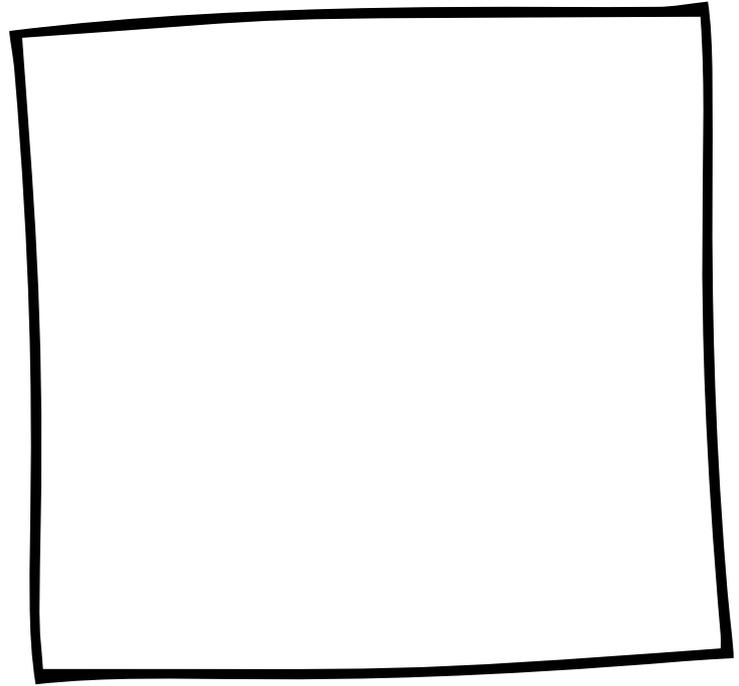
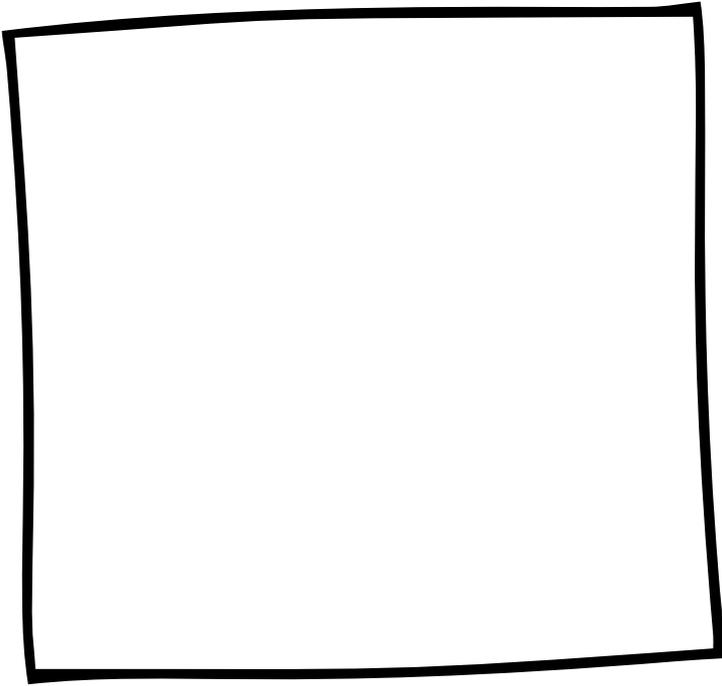
Ich liebe es,  
Neue Dinge  
zu lernen.

Ich wähle,  
einen tollen  
Tag zu haben.

Ich kann  
schwere  
Sachen  
machen.

Ich bin  
dankbar  
für den  
heutigen Tag.

Hier kannst du dir eigene Sprüche aufschreiben, sie ausschneiden und sie an deinen Spiegel kleben!



Hier kannst du dir eigene Sprüche aufschreiben, sie ausschneiden und sie an deinen Spiegel kleben!

