

Nur keine Angst!

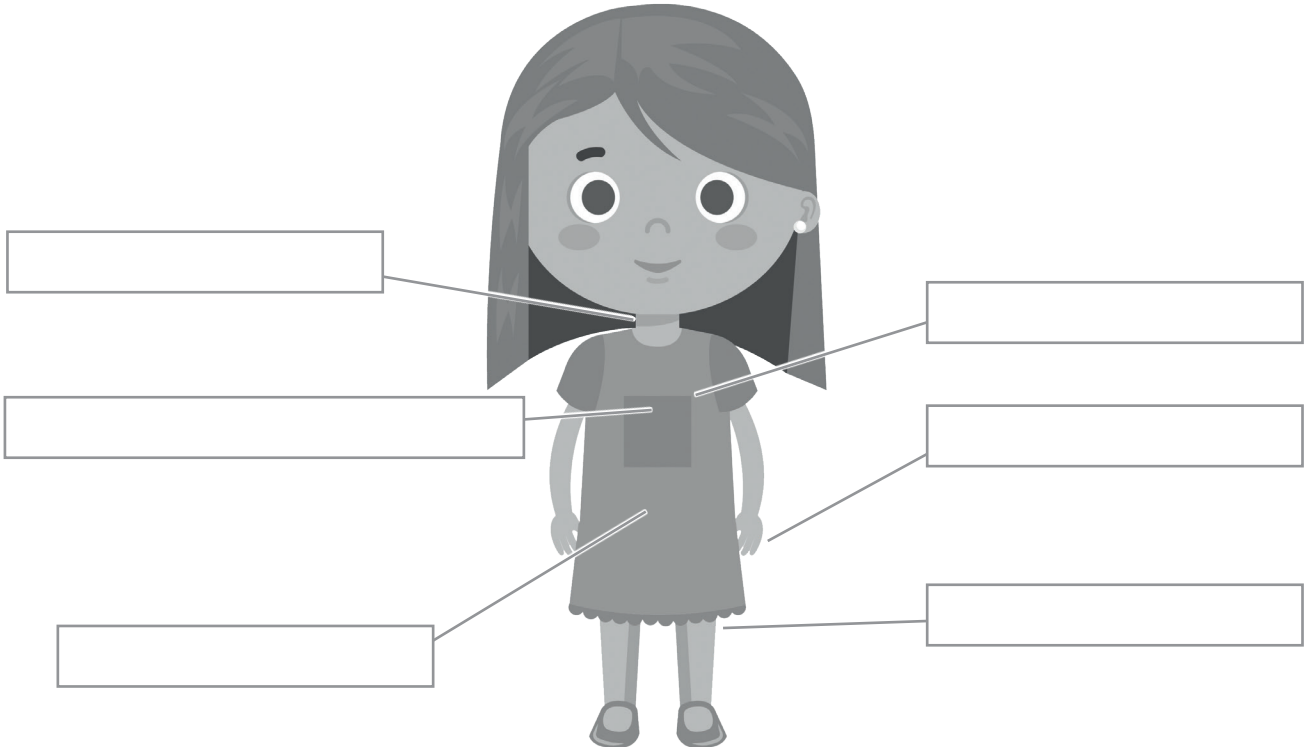
1) Warum haben wir Angst?

(freies Schreiben)

2) Wie fühlt sich Angst an? Zeichne bei dem Mädchen ein, wo und wie man Angst fühlen kann.

Die folgenden Wörter können dir helfen:

- Hände zittern • Gefühl von Enge in der Brust • Knoten im Hals
- Knie werden weich • Kribbeln im Bauch • Herz schlägt schneller



Nur keine Angst!

3) Welche dieser Aussagen sind deiner Meinung nach richtig?

(Male die Sprechblasen mit den richtigen Aussagen aus!)

Angst zu haben, ist eine Schwäche.

Angst ist etwas ganz Normales, die jeder einmal verspürt.

Angst schützt mich vor Gefahren.

Nur Feiglinge haben Angst.

4) Angst-Detektiv: Zeichne ein Bild von dir als Angstdetektiv. Was würdest du tragen?

Welche Werkzeuge oder Fähigkeiten hättest du, um die Angst zu vertreiben?

