

MUT
IST

EIN GUTES GEFÜHL

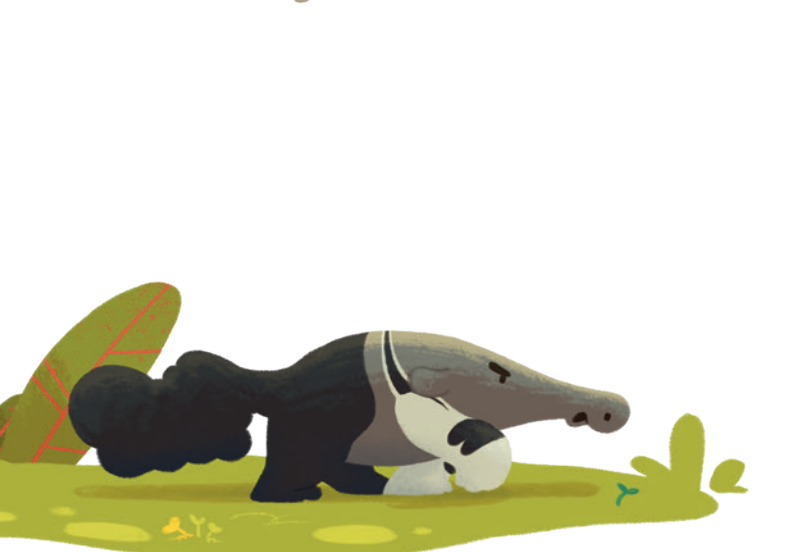
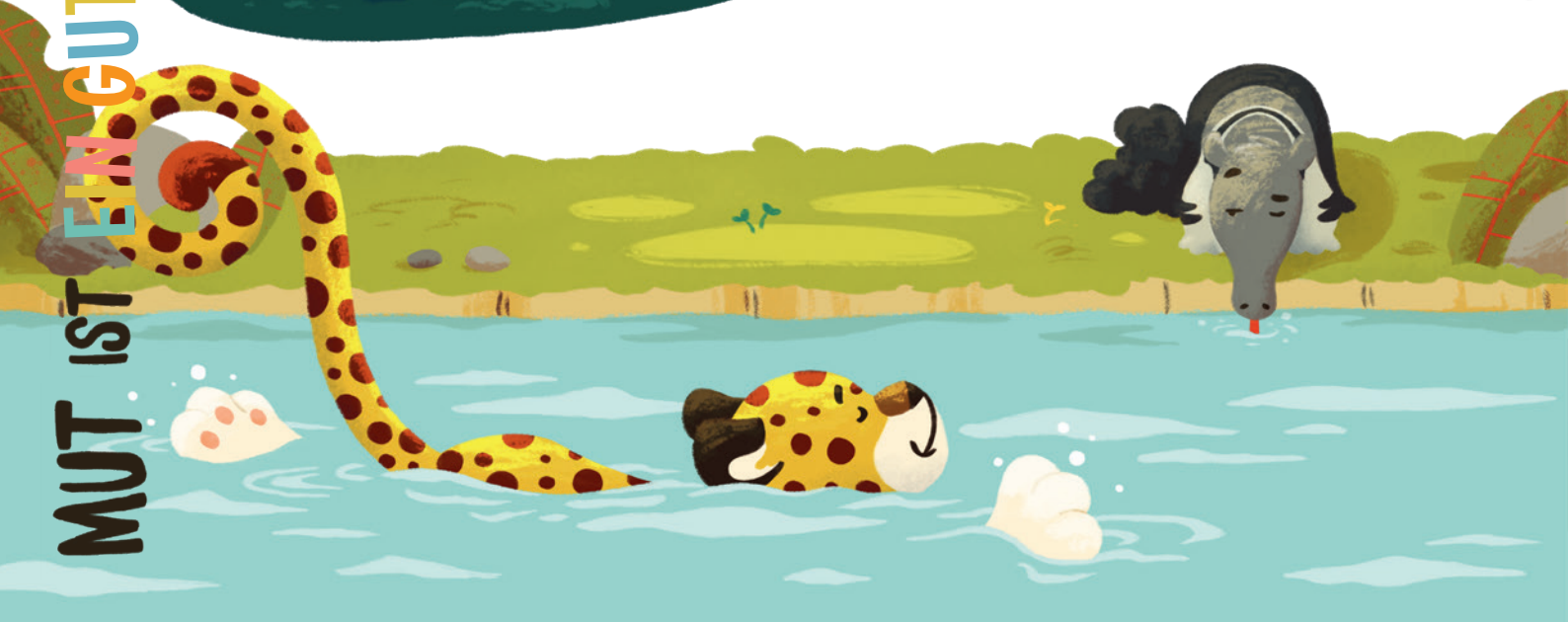


BILDERBUCHKINO

Illustriert von Constanze Werneburg









EIN GUTES
GEFÜHL

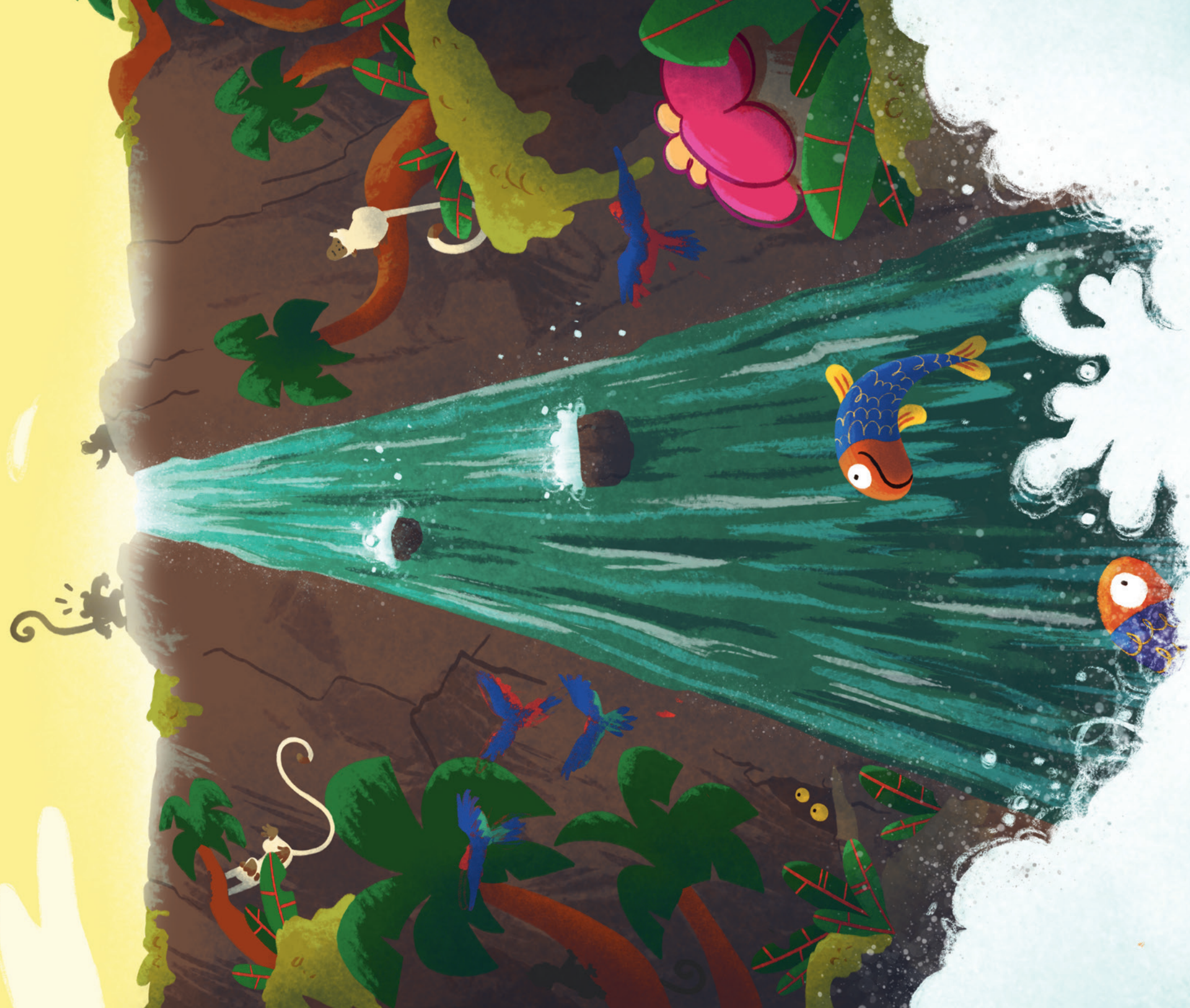
EDITIONS

MUT IST EIN GUTES GEFÜHL



MUT IST EIN GUTES GEFÜHL

Community EDITIONS × EIN GUTES GEFÜHL



MUT IST EIN GUTES GEFÜHL

EDITIONS
EIN GUTES
GEFÜHL



MUT IST EIN GUTES GEFÜHL

COMMUNITY EDITIONS
EIN GUTES GEFÜHL



EIN GUTES
GEFÜHL

Samstag
EDITIONS

MUT IST EIN GUTES GEFÜHL



MUT IST

EIN GUTES GEFÜHL

Community x EDITIONS
EIN GUTES GEFÜHL



MUT IST EIN GUTES GEFÜHL

Community
EDITIONS

Ein Gutes
Gefühl



MUT IST EIN GUTES GEFÜHL

EIN GUTES
GEFÜHL

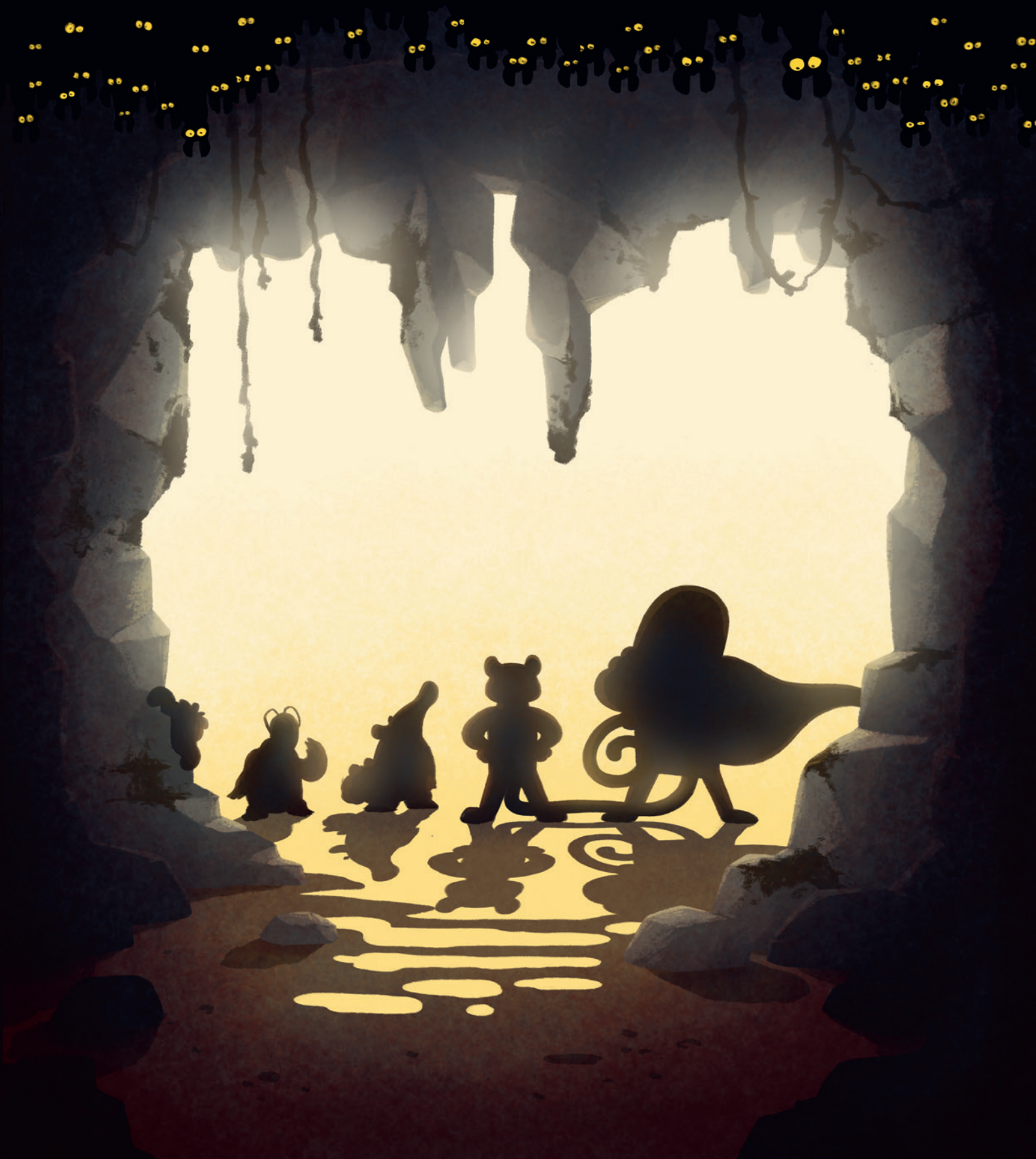
EDITIONS



MUT IST EIN GUTES GEFÜHL

Ein gutes
Gefühl

EDITIONS



MUT IST EIN GUTES GEFÜHL





HALLO DU!

Du kannst dir Gefühle wie kleine, gutmütige Monster an deiner Seite vorstellen. Sie zeigen dir, was dir Freude macht, was dich traurig stimmt und was dir manchmal Angst einjagt. Manche sind laut und hüpfen wild herum. Andere sind leise und verstecken sich gut. Aber alle gehören zu dir und alle möchten dir etwas sagen.

In diesem Buch geht es um ein ganz besonderes Gefühl: den **Mut**.

Wenn du Mut fühlst, traust du dich, Dinge zu machen, vor denen du eigentlich Angst hast. Du bist dann mutig. Mut fühlt sich zuerst ganz komisch an, weil du ja eigentlich Angst vor etwas hast. Wenn du zum Beispiel in den dunklen Keller gehst und trotz deiner Angst Stufe für Stufe hinabsteigst, fühlst du Mut. Mut bedeutet also, dass du etwas machst, obwohl du Angst hast.

Je öfter du Dinge tust, vor denen du dich eigentlich fürchtest, umso einfacher werden sie für dich. Irgendwann kannst du dann ganz ohne Angst in den Keller gehen. Mutig zu sein, ist sehr anstrengend. Abends musst du dich bestimmt ausruhen, wenn du sehr mutig warst. Und dann sitzt dein Mut-Monster neben dir und flüstert stolz: „Siehst du? Das hast du geschafft!“

WANN FÜHLST DU DICH MUTIG?

Hier kannst du Situationen sammeln, in denen du dich richtig mutig fühlst! Mach das Stück für Stück – du kannst immer wieder zurückkommen und mehr dazumalen oder -schreiben.

Schreibe alles, was dich mutig sein lässt, an die Linien und füge so viele Striche hinzu, wie du magst:

