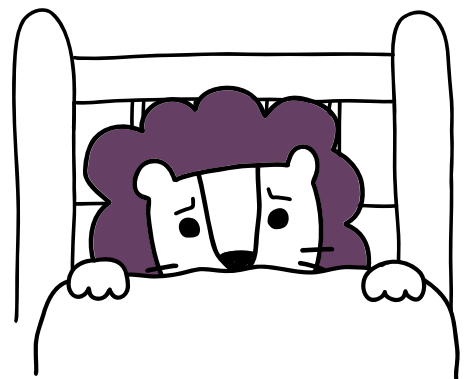
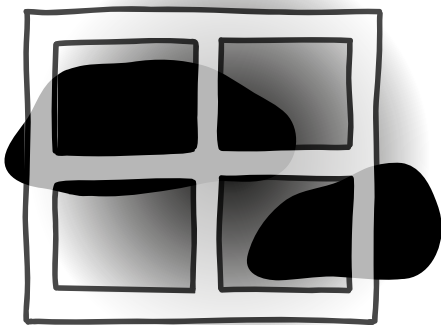
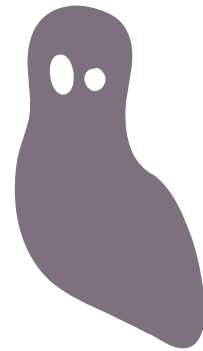
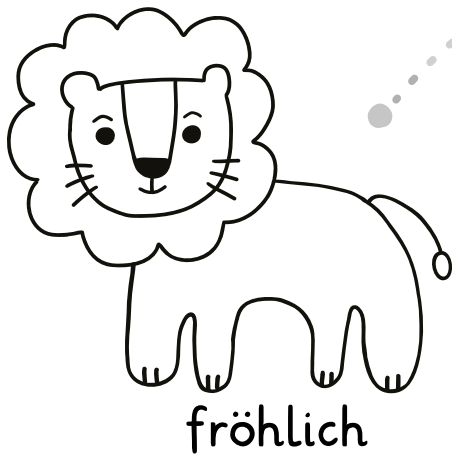


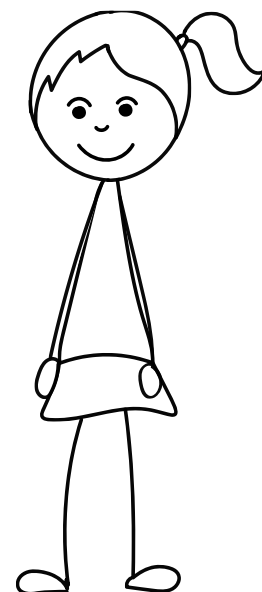
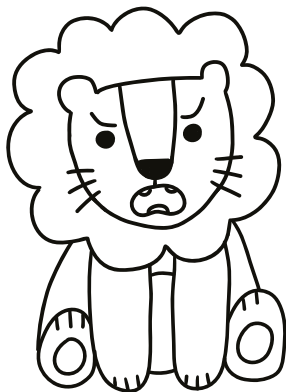
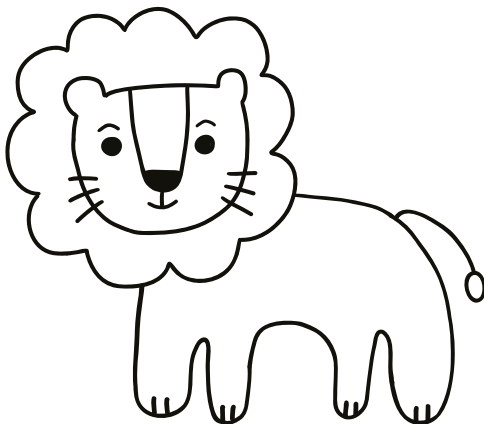
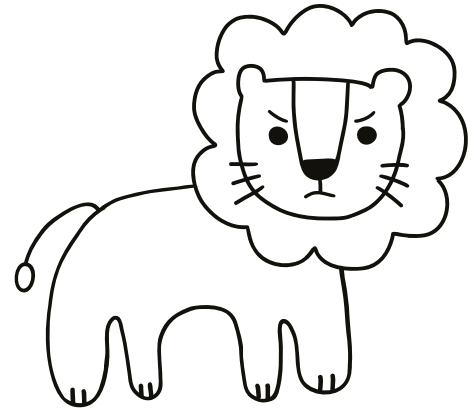
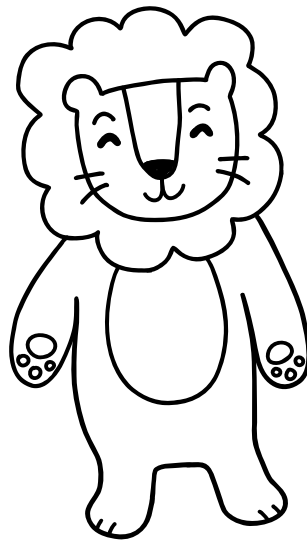
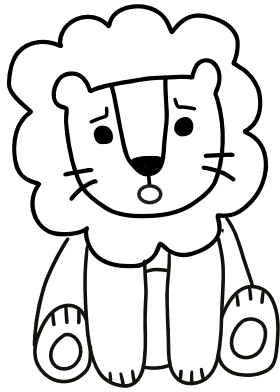
Leo Löwe hat Angst.
Woran erkennst du die Angst?
Markiere die Stellen.



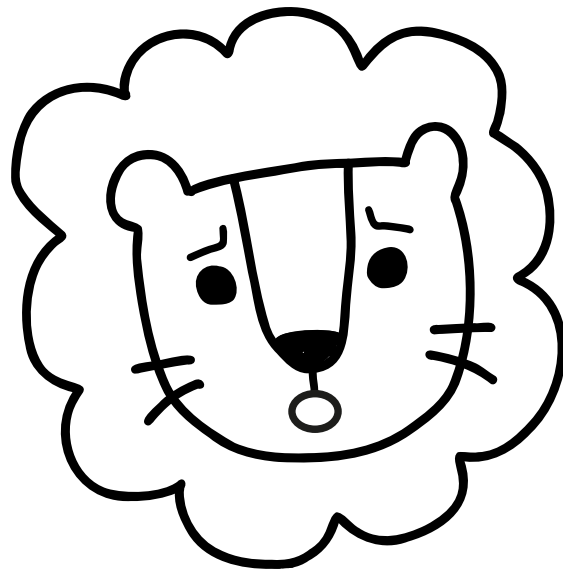
Das ist Leo Löwe. Wovor hat Leo Angst?
Zeichne die Linie nach.



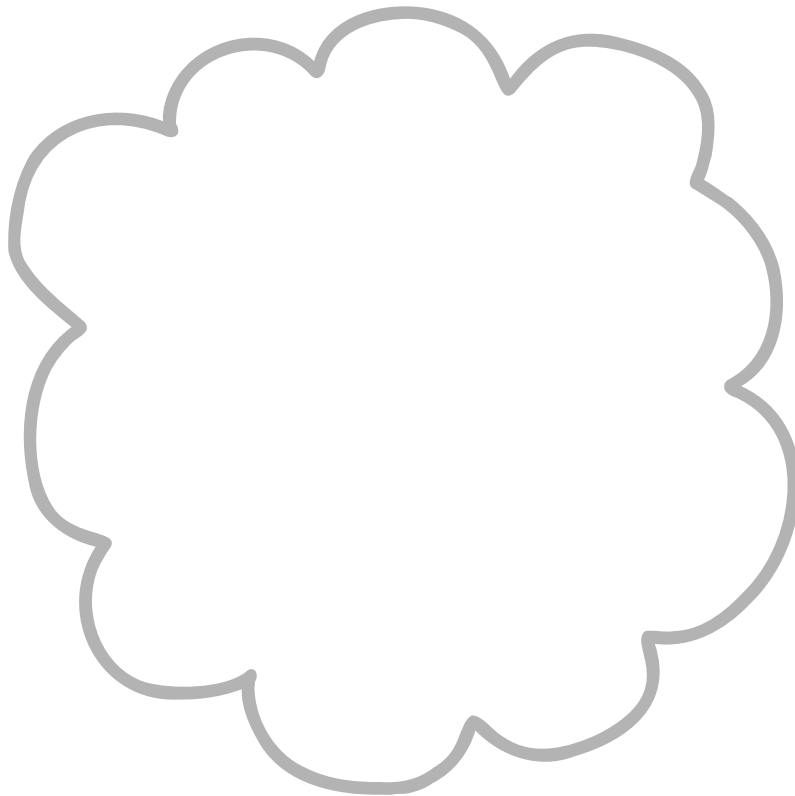
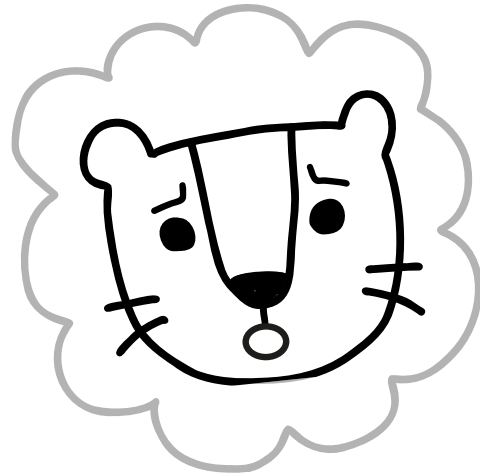
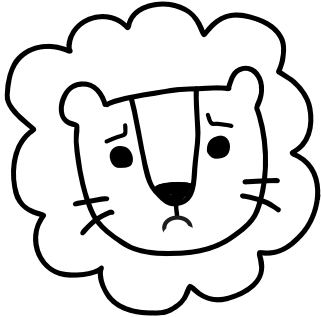
Tina ist heute im Zoo.
Welche Löwen haben Angst? Kreise sie ein.



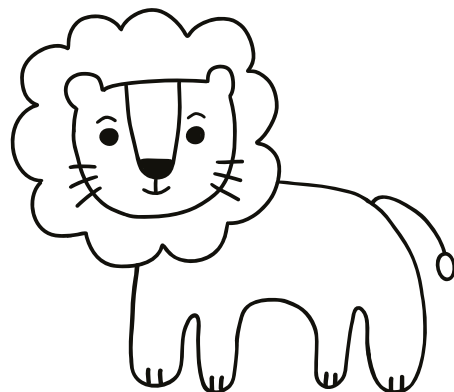
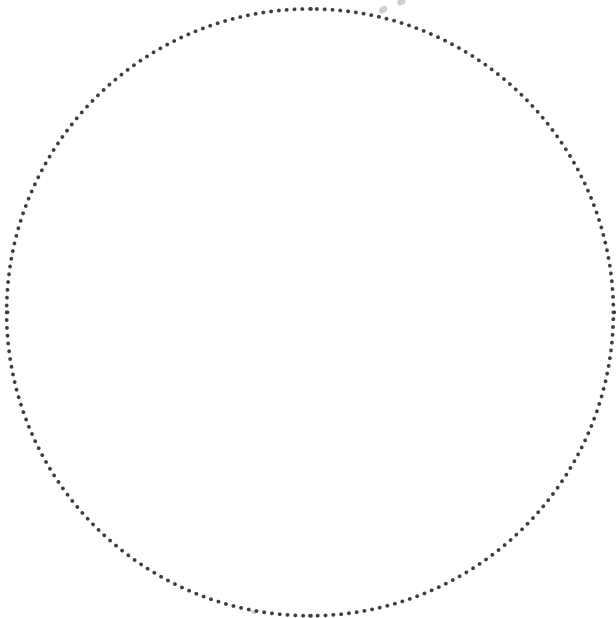
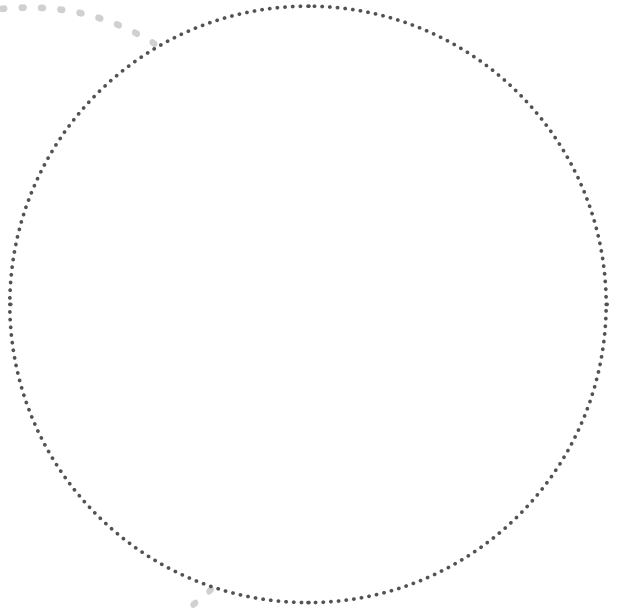
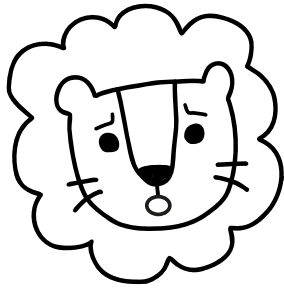
Was macht Leo Angst?
Male es um Leo herum.



Male deinen eigenen Angst-Löwen.



Leo Löwe hat Angst.
Wie wird er die Angst los?
Male in die Kreise.



Was machst du bei Angst?

Kreuze an, was du selbst schon gemacht hast.

☐ **Tief durchatmen**

- Zum Beispiel: langsam ein- und ausatmen, das beruhigt.

.....

☐ **Mit jemandem reden**

- Zum Beispiel: mit Mama, Papa, Lehrer oder Freund.

.....

☐ **Etwas Schönes machen**

- Zum Beispiel: Musik hören, malen oder spielen

.....

☐ **Sich bewegen**

- Zum Beispiel spazieren gehen, hüpfen oder tanzen.

.....

☐ **Sich selbst Mut machen**

- Sich sagen: „Ich schaffe das!“

.....

☐ **Sich ablenken**

- An etwas anderes denken oder ein Spiel spielen

.....

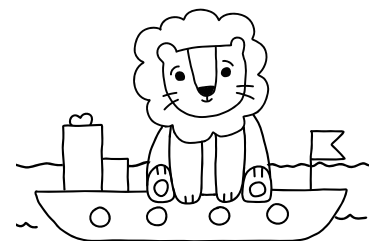
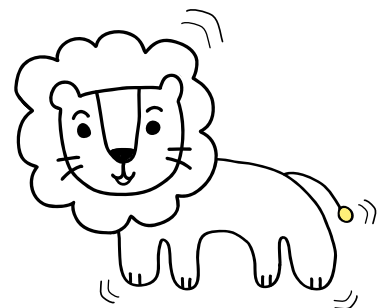
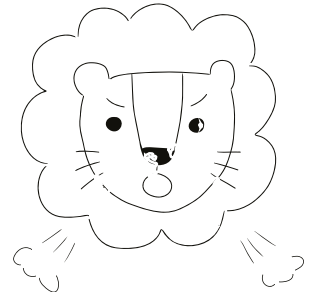
☐ **Sich festhalten**

- Einen Kuscheltier oder eine Decke nehmen.

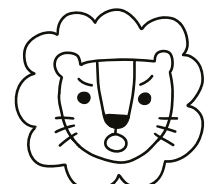
.....

☐ **Augen schließen und an etwas Schönes denken**

- Zum Beispiel an den letzten Ausflug oder an Freunde.



1..2..3



zählen