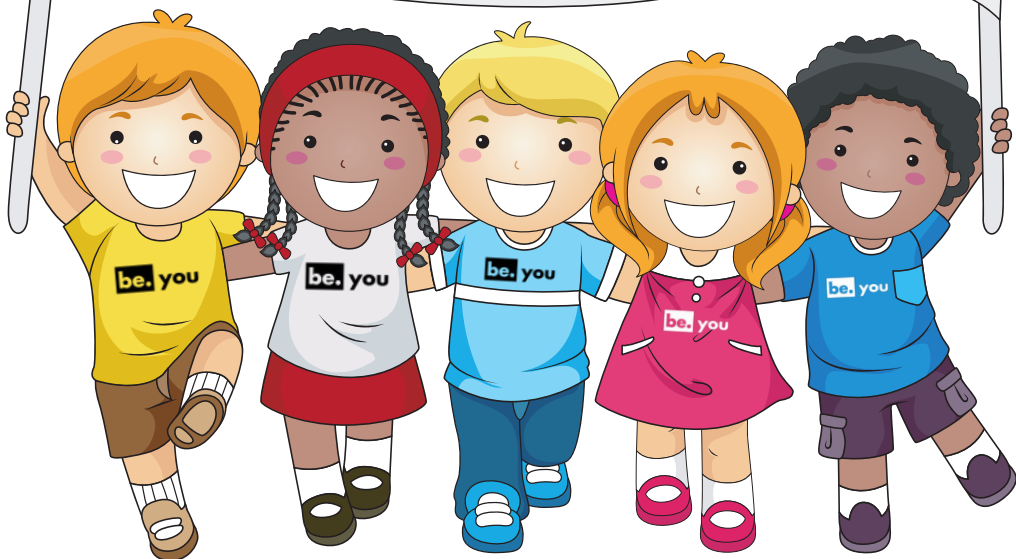




Emotions Tagebuch

für kinder

DIESES TAGEBUCH GEHÖRT:





Mein Schatz!
Ganz egal, wie du dich
fühlst oder was
gerade los ist: Du bist
unendlich wertvoll
und wirst immer
geliebt!
Dein/e



ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

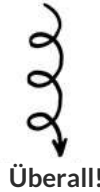
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

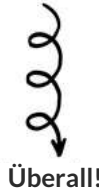
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

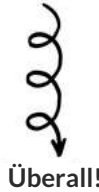
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

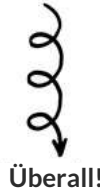
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

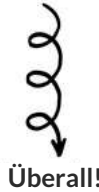
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

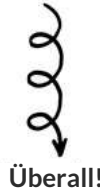
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

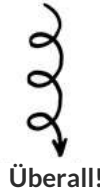
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

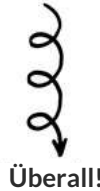
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

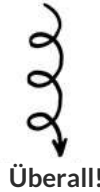
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

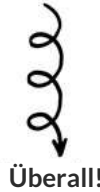
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

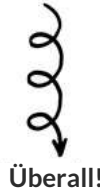
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

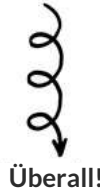
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

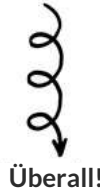
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

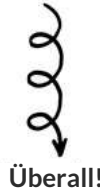
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

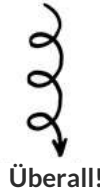
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

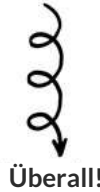
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

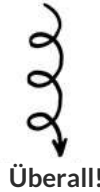
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

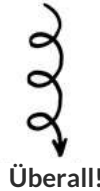
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

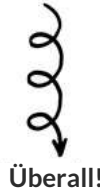
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

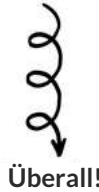
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

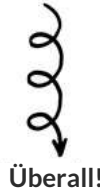
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

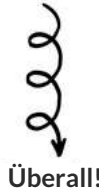
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

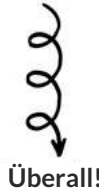
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

Kopf



Herz



Bauch



Überall!

DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

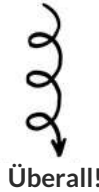
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

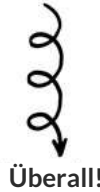
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

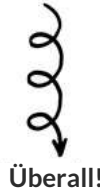
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

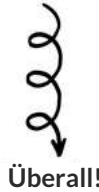
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

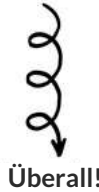
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

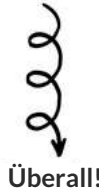
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

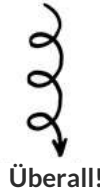
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

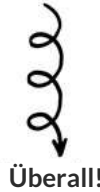
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

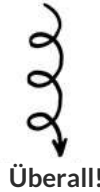
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

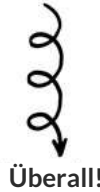
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

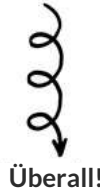
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

Kopf



Herz



Bauch



Überall!

DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

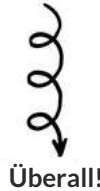
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

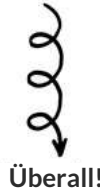
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

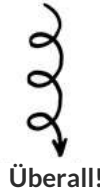
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

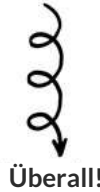
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

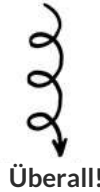
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

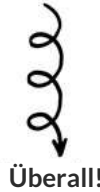
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

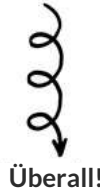
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

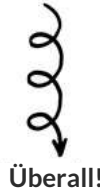
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

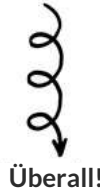
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

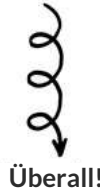
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

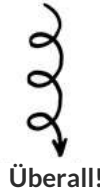
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

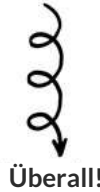
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

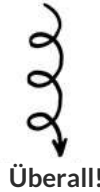
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

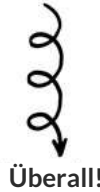
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

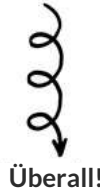
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

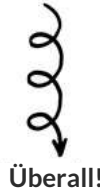
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

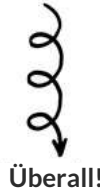
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

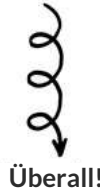
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

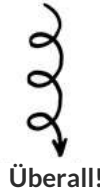
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

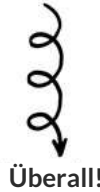
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

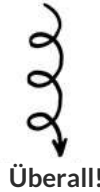
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

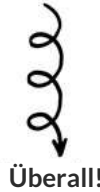
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

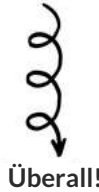
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

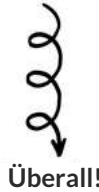
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

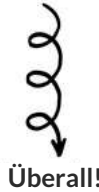
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

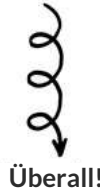
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

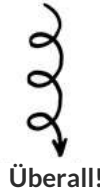
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

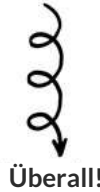
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

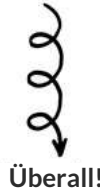
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

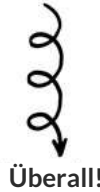
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

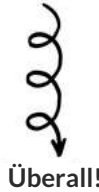
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

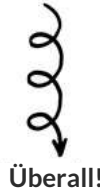
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

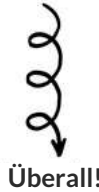
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

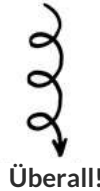
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

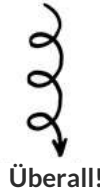
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

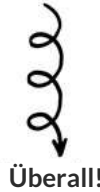
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

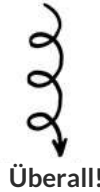
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

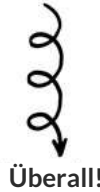
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

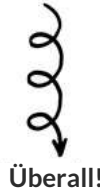
Kopf



Herz



Bauch



Überall!

DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

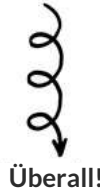
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

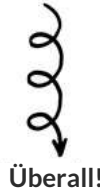
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

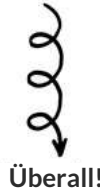
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

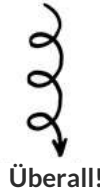
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

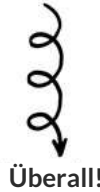
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

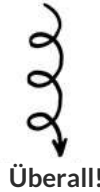
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

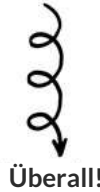
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

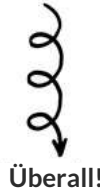
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

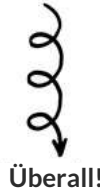
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

Kopf



Herz



Bauch



Überall!

DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

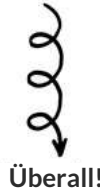
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

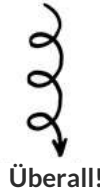
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

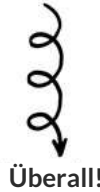
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

Kopf



Herz



Bauch



Überall!

DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

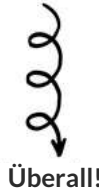
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



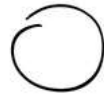
DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

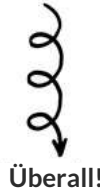
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

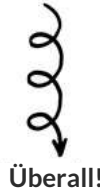
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

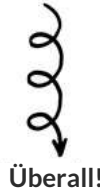
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

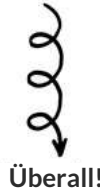
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

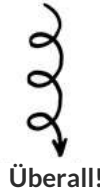
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

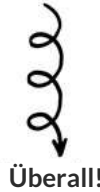
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

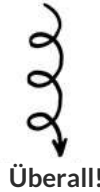
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede

ICH FÜHLE MICH:

@justbe.kim



Wütend



Ängstlich



Frustriert



Traurig



Beschämt

ICH FÜHLE ES IN MEINEM:

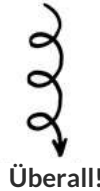
Kopf



Herz



Bauch



Überall!



DAS GEFÜHL IST:



Klein



Mittel



GROSS

WILL ICH DARÜBER REDEN?

Ja

Nein

>>> DU KANNST MIR HELFEN, INDEM DU: <<<

Mich umarmst

Einfach ruhig bei mir bleibst

Mir Zeit für mich allein gibst

Mir eine Geschichte erzählst

Mich zum Lachen bringst

Mir zuhörst

Mir einen Rat gibst

Andere: _____



ICH LASSE MEINE GEFÜHLE ZU, INDEM ICH:



Einfach weine



Mich bewege



Musik höre



Alles rausschreibe



Darüber rede