

# Türchen Nummer 19

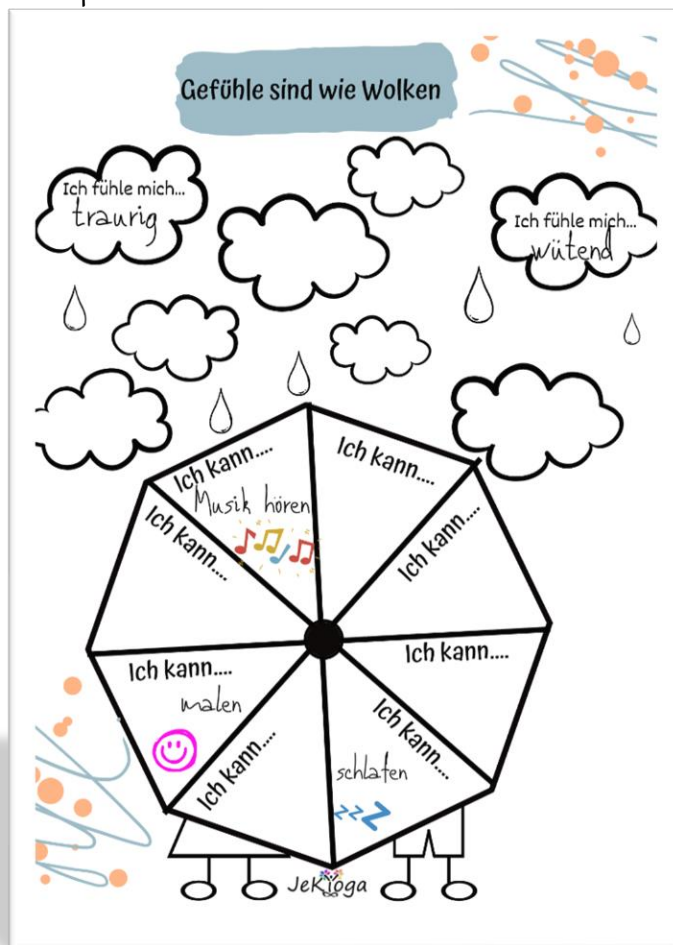
Unsere Emotionen sind wie Wolken, sie bleiben nicht für immer.

Wenn es regnet, schützen wir uns mit einem Regenschirm und genau dies können wir auch bei unseren starken Gefühlen.

Wir können uns in solchen regnerischen Momenten um uns selbst kümmern, z.B. in dem wir Musik hören, etwas malen, ...

Bei welchen Gefühlen hättest Du gerne einen schützenden Regenschirm?

Beispiel:



# Gefühle sind wie Wolken

Ich fühle mich...

