

# Ich darf sprechen!



Welche Sprache(n) sprichst Du?  
Weißt du, was „Hund“ in einer  
anderen Sprache heißt?  
Wie bellt er in dieser Sprache?



# **Vor-Sprung**

# Ich kann alles lernen!



Was hast Du in letzter Zeit  
Neues gelernt?  
Gibt es etwas, das du noch  
lernen möchtest?



# **Vor-Sprung**

# Ich bin stolz auf mich!



Gibt es etwas auf das du stolz  
bist? Hast du dich dafür schon  
einmal selbst gelobt?



# **Vor-Sprung**

# Ich bin neugierig!



Hast du dich schon einmal  
getraut, etwas Neues  
auszuprobieren? Vielleicht  
etwas ganz Neues zu essen?



# **Vor-Sprung**



# Ich bin stark!



Wann fühlst du dich stark?  
Kann man auch stark sein,  
ohne schwere Sachen  
anzuheben?



# **Vor-Sprung**

# Ich darf Pausen machen!



Hast Du heute schon eine  
Pause gemacht? Ruhst du dich  
in dieser lieber aus oder tobst  
mit deine\*n Freund\*innen?



# **Vor-Sprung**

# Ich darf alles fragen!



Gibt es etwas, dass du noch nicht verstehst? Wer könnte es dir erklären oder dir dabei helfen?



# **Vor-Sprung**

# Ich glaube an mich!



Hast du schon einmal etwas geschafft, das dir unmöglich schien? Vielleicht vom 3 Meter Turm im Freibad zu springen?



# **Vor-Sprung**



# Ich darf nach Hilfe fragen!



Gibt es etwas bei dem  
du noch Hilfe brauchst?  
Wie fühlt es sich an,  
wenn dir jemand hilft?



# **Vor-Sprung**

# So wie ich bin, bin ich richtig!



Was magst Du besonders gern  
an dir selbst? Vielleicht deine  
lockigen Haare oder eine  
coole Sommersprosse?



# **Vor-Sprung**

# Ich darf glücklich sein!



Hat dich heute schon etwas  
glücklich gemacht?  
Gibt es etwas, das dich  
immer glücklich macht?



# **Vor-Sprung**

# Ich bin kreativ!



Hast du schon einmal ein Bild  
gemalt, dir ein tolles Spiel  
ausgedacht oder etwas  
anderes Kreatives gemacht?



# **Vor-Sprung**



# Ich bin sicher und beschützt!



Gibt es einen Ort oder eine  
Person, an dem bzw. bei der du  
dich sicher fühlst?  
Wie fühlt es sich dort an?



# **Vor-Sprung**

# Ich darf traurig sein!



Möchtest du über etwas  
sprechen, das dich traurig  
macht? Was hilft dir,  
wenn du traurig bist?



# **Vor-Sprung**

# Ich darf weinen!

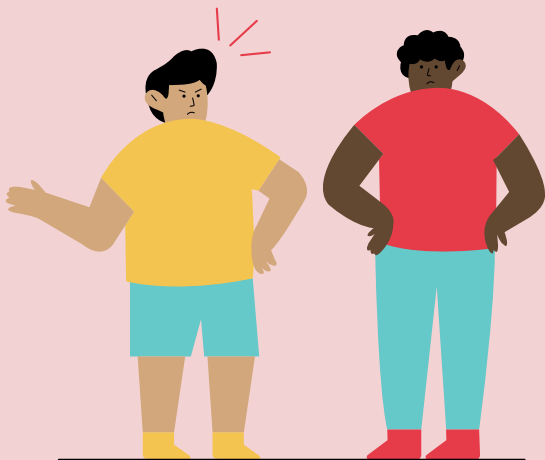


Hast du schon einmal geweint,  
weil du traurig warst, du dich  
über etwas gefreut hast oder  
weil du richtig wütend warst?



# **Vor-Sprung**

# Ich darf Nein sagen!



Wann ist es wichtig,  
dass du Nein sagst?  
Was kannst du machen,  
wenn Nein sagen nicht hilft?



# **Vor-Sprung**



# Ich darf Angst haben!



Gibt es etwas vor dem du  
Angst hast? Wie wäre es,  
wenn es gar keine Angst  
geben würde?



# **Vor-Sprung**

# Ich darf Fehler machen!



Welcher Fehler ist dir heute passiert? Konntest du etwas aus diesem Fehler lernen?



# **Vor-Sprung**

# Ich darf anders sein!

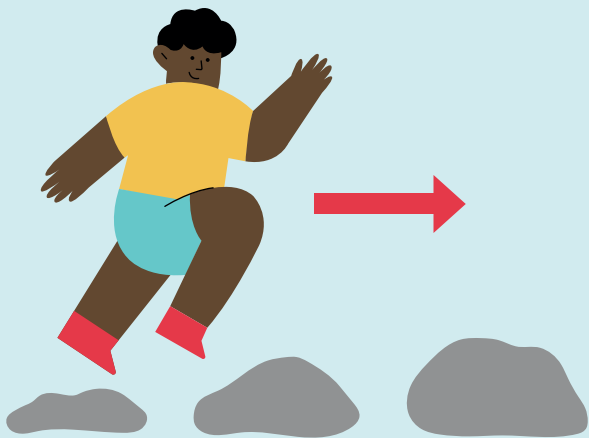


Gibt es Dinge bei denen du  
deinen ganz eigenen Kopf  
hast? Machst du etwas ganz  
anders als die anderen?



# **Vor-Sprung**

# Ich finde meinen eigenen Weg!



Hast du schon eine Idee,  
was du später werden willst?  
Hast du ein Vorbild?



# **Vor-Sprung**



# Ich habe Rechte!



Wusstest du schon, dass es Rechte extra für Kinder gibt?  
Kennst du vielleicht sogar schon ein Kinderrecht?



# **Vor-Sprung**

# Meine Meinung zählt!



Hast du dich schon einmal  
getraut, deine Meinung zu sagen?  
Gibt es etwas, das du  
richtig gut oder blöd findest?



# **Vor-Sprung**

# Ich bin entspannt!



Was machst du gerne,  
um dich zu entspannen?  
Gibt es einen Ort, an dem du  
am liebsten entspannst?



# **Vor-Sprung**

# Ich werde geliebt!



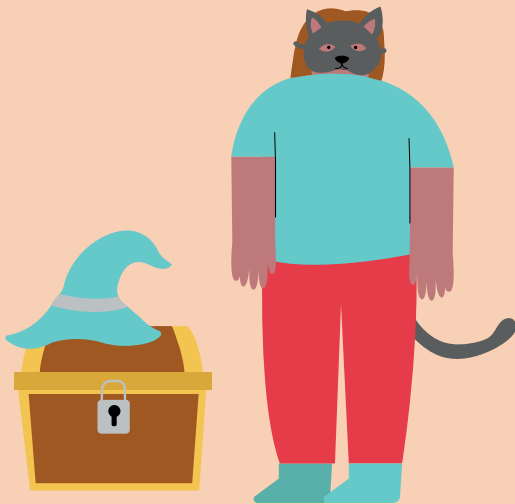
Wie zeigst du jemandem, dass  
du sie\*ihn besonders lieb hast?  
Wie fühlt es sich an, jemanden  
lieb zu haben?



# **Vor-Sprung**



# Ich bin einzigartig!

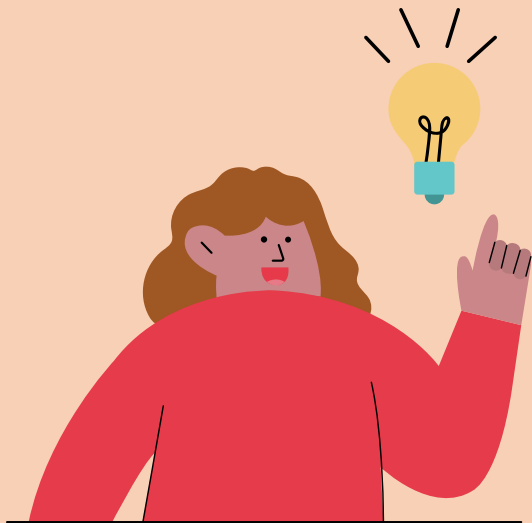


Es gibt dich nur ein einziges  
Mal auf der Welt! Deswegen  
bist du einzigartig! Was findest  
du an dir einzigartig?



# **Vor-Sprung**

# Ich habe tolle Ideen!



Hattest du schon einmal eine tolle Idee? Wie eine coole Bude zu bauen oder ein neues Spiel zu erfinden?



# **Vor-Sprung**

# Ich darf wütend sein!



Wann warst du das letzte Mal  
so richtig wütend? Hast du eine  
Idee, was du machen kannst,  
damit die Wut weniger wird?



# **Vor-Sprung**

# Ich bin mutig!



Hast du dich schon einmal  
etwas getraut,  
obwohl du eigentlich Angst  
davor hattest?



# **Vor-Sprung**



**Es ist gut,  
dass es mich  
gibt!**



**Ich bin wichtig!  
Ich bin wertvoll!  
Genau so, wie ich bin!**



# **Vor-Sprung**

# Ich darf gestresst sein!



Hast du eine Idee, was  
gestresst sein bedeutet?  
Gibt es etwas, das dich stresst?  
Was hilft dir bei Stress?



# **Vor-Sprung**

# Ich bin eine tolle Freund\*in!



Denk an eine gute Freund\*in.  
Was magst du besonders an  
ihr\*ihm? Hast du ihr\*ihm das  
schon einmal gesagt?



# **Vor-Sprung**

# Ich kann Dinge alleine schaffen!



Hast du eine Idee, was du tun  
kannst, wenn du für etwas mal  
keine Lösung findest?



# **Vor-Sprung**