

## ICH bin traurig – Abschied

In einem Leben verändert sich immer wieder etwas.  
Dann muss man Abschied nehmen. Das kann sein ...

... wenn man umzieht	... wenn jemand stirbt

**Trauer** ist das Gefühl beim Abschied.  
Folgendes kann man fühlen:

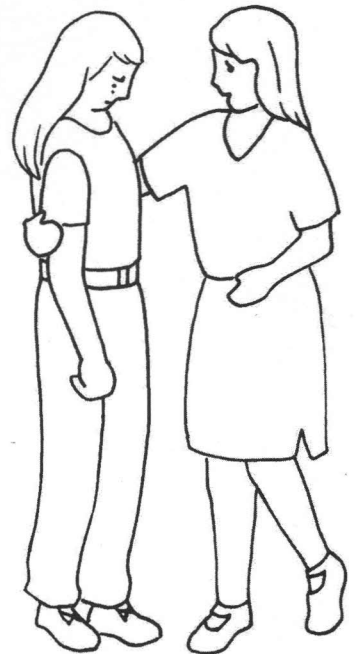
Erst glaubt man gar nicht, was geschah.  
Man fühlt sich irgendwie taub.

Alle Gefühle sind durcheinander.  
Der Kopf dreht sich.

Es tut furchtbar weh.  
Man möchte nur noch weinen.

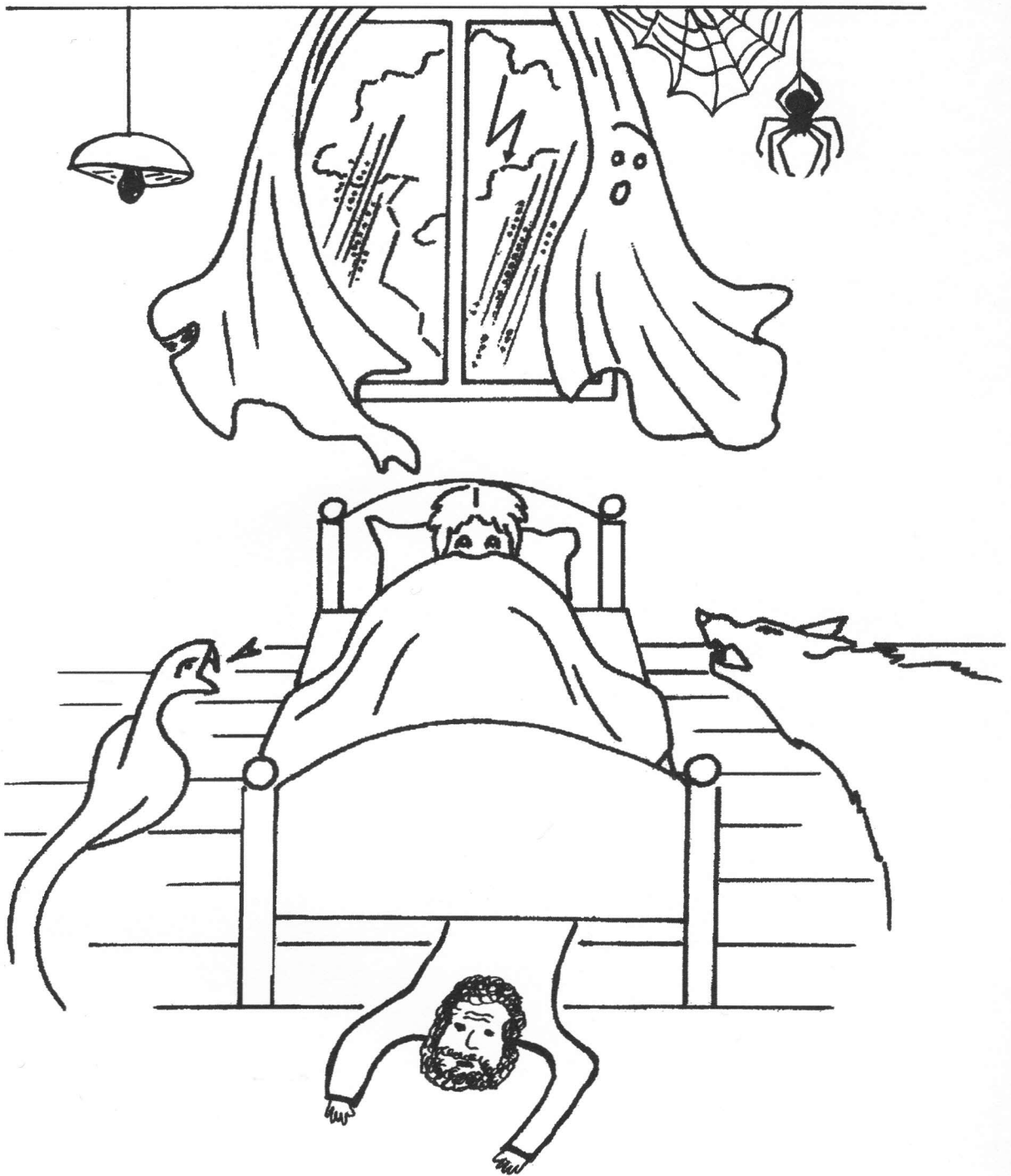
Irgendwann tut es nur noch weh,  
wenn man an den Abschied zurückdenkt.

Am Ende erinnert man sich nur noch manchmal.  
Wie eine Narbe bleibt die Erinnerung zurück.



- ☞ Manche sagen: **Trauer ist wie eine Wunde – nur innen.**  
Vergleiche die Gefühl
- ☞ e bei der Trauer mit einer Schnittwunde.  
Was ist vielleicht ähnlich wie bei einer Wunde?
  
- ☞ Wie würdest du jemandem beistehen, der trauert?

## ICH habe Angst



- ☞ Das Bild zeigt, was manchen Menschen Angst macht. Beschreibe, was du siehst!
- ☞ Wovor kann man noch Angst haben?
- ☞ Was kann man gegen Angst tun?