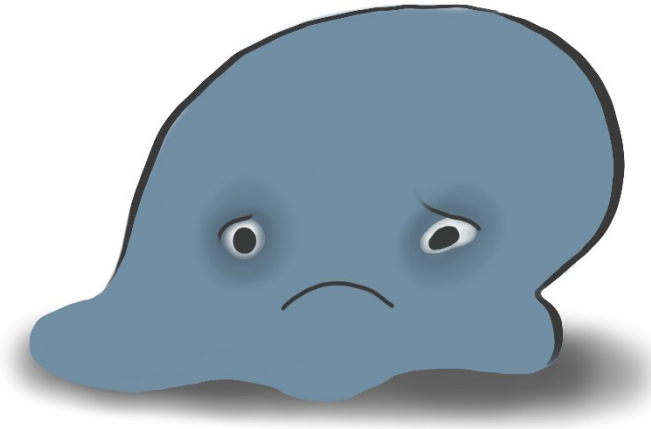
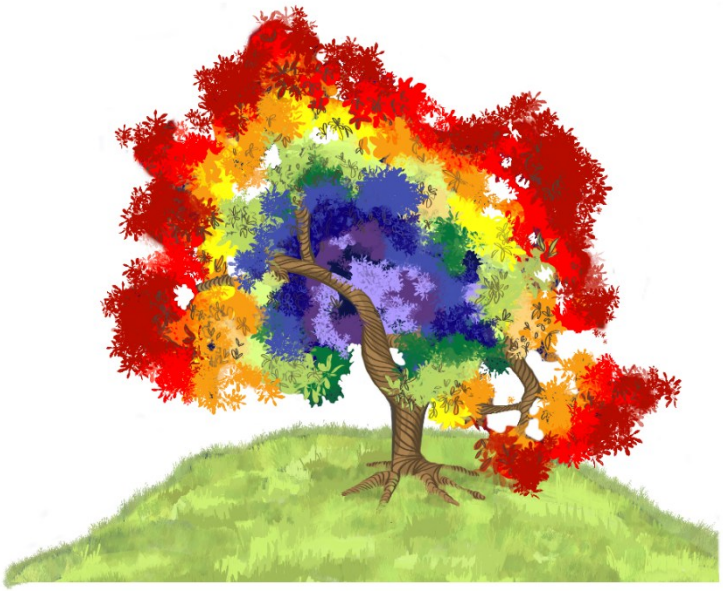
1 Ich spreche das Gefühl an:



Hallo Trauerkloß!
Ich möchte, dass du verschwindest. Ich möchte jetzt wieder fröhlich sein.

2 Ich denke an meinen sicheren Ort:



EH12_Traurigkeitszauberformel CC BY-SA 4.0 Kogler et al. (2026)

3 Ich tu etwas:



4 Ich hole mir Unterstützung:



Copyright (Trauerkloß, Regenbogenbaum, Bild Unterstützung): Illustratorin: Carina Werker
© 2025 by Werker, Carina, Schabmann, Alfred, & Schmidt, Barbara Maria is licensed under CC BY-NC-ND 4.0