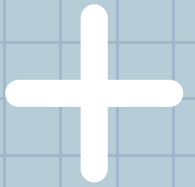
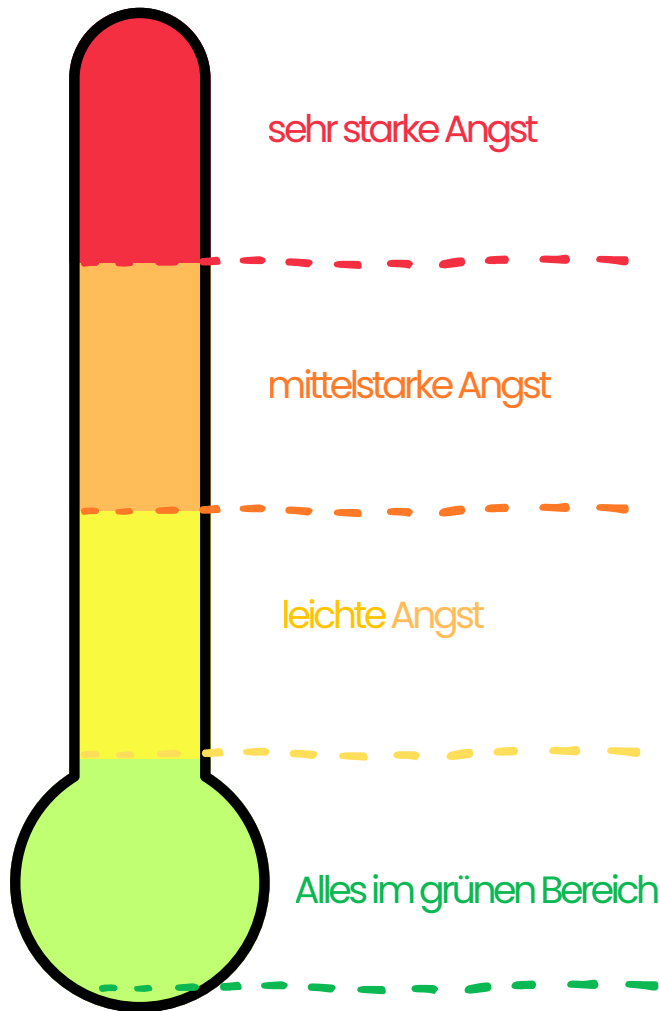




MEINE ANGSTSKALA



Beobachte, wie du dich fühlst, wenn du in eine Situation kommst, die dir Angst macht



WIE STARK IST MEINE ANGST BEVOR ICH IN DIE SITUATION KOMME?

KREUZE DIE PASSENDE FARBE AN

WIE STARK IST MEINE ANGST WÄHREND ICH IN DER SITUATION BIN?

KREUZE DIE PASSENDE FARBE AN

WIE STARK IST MEINE ANGST NACHDEM ICH IN DER SITUATION WAR?

KREUZE DIE PASSENDE FARBE AN

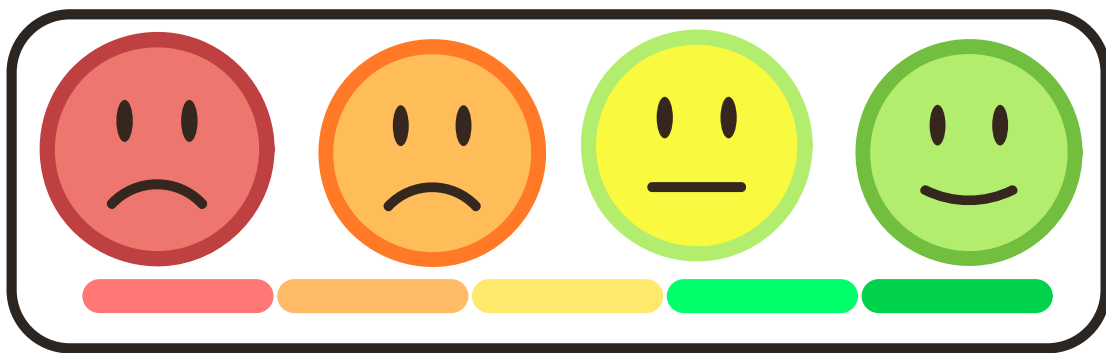
WIE GROSS WÄRE DIE ANGST JETZT WENN ICH WIEDER IN DIE SITUATION KOMMEN WÜRD?

KREUZE DIE PASSENDE FARBE AN



MEINE ANGSTSKALA

Beobachte, wie du dich fühlst, wenn du in eine Situation kommst, die dir Angst macht?



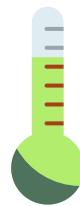
Sehr starke Angst



Mittelstarke Angst



Leichte Angst



Alles im grünen Bereich

**WIE STARK IST MEINE
ANGST BEVOR ICH IN
DIE SITUATION
KOMME?**

KREUZE DEN
PASSENDEN SMILEY
AN.

**WIE STARK IST MEINE
ANGST WÄHREND
ICH IN DER
SITUATION BIN?**

KREUZE DEN
PASSENDEN SMILEY
AN.

**WIE STARK IST MEINE
ANGST NACHDEM
ICH IN DER
SITUATION WAR?**

KREUZE DEN
PASSENDEN SMILEY
AN.