

Meine Selbsteinschätzung zu meinen Empfindungen

	Ich fühle mich gut!	Ich ärgere mich!	Ich ärgere mich über mich selbst
Jemand nimmt mir mein Geodreieck weg!			
Jemand stellt mir ein Bein, so dass ich hinfalle!			
Ich tröste eine Mitschülerin oder einen Mitschüler!			
Ich ziehe etwas Schönes an!			
Jemand versteckt meine Schultasche!			
Für meine Arbeit habe ich eine gute Note bekommen!			
Für meine Arbeit habe ich eine schlechte Note bekommen!			
Jemand tröstet mich, weil ich traurig bin, wegen einer schlechten Note.			
Ich lasse einen Mitschüler die Hausaufgabe abschreiben!			
Ich fühle mich zu Unrecht bestraft von meinem Lehrer!			
Ein Mitschüler drängelt sich am Kiosk vor!			
Meine Freundin wartet auf mich auf dem Weg zur Schule.			
Ich freue mich auch für andere!			
Ich freue mich über Fehler von anderen!			
Ich gehe gerne in die Schule!			
Ich helfe meinen Eltern in der Küche!			
Ich muss mein Zimmer aufräumen!			
Ich mache gerne Spiele auf meinem Handy!			
Ich treffe mich gerne mit meinen Freunden!			
Die Familie ist mir am wichtigsten.			
Ich mache mich gerne lustig über meine Mitschüler/innen!			
Mitschüler/innen machen sich lustig über mich!			
Ich bin nicht so gut im Sport und werde deshalb oft übersehen!			
Ich melde mich häufig im Unterricht!			
Ich bin oft etwas einsam!			
Meine Meinung ist in der Klasse gefragt!			
Ich pflege meine Freundschaften!			
Meine Freundin, mein Freund, bedrängt mich neue Schuhe zu kaufen, die mir aber nicht so gut gefallen!			!
Ich helfe meiner Freundin bei Schulaufgaben!			
Ich bin schnell sauer, wenn mir etwas nicht passt!			
Schreibe jeweils ein eigenes Beispiel auf			

Ergänze die Sätze

Wenn du zu mir sagst: "Du gehörst zu uns!", dann

.....

Wenn du mir bei einer Arbeit hilfst, dann

.....

Wenn du mich für etwas lobst, dann

.....

Wenn du unheimlich angibst mit deiner guten Note, dann

.....

Wenn du mich drängst etwas zu tun, was ich nicht will, dann

.....

Wenn du zu mir sagst: "Du gehörst nicht zu uns!", dann

.....

Wenn meine Eltern beleidigt werden, dann

.....

Wenn ich jemanden beschimpfe, weil er / sie eine andere Meinung hat, dann

.....

Wenn in den Nachrichten von einem Krieg berichtet wird, dann

.....

Wenn in den Nachrichten berichtet wird, dass Jugendliche ältere Menschen ausgeraubt haben, dann

.....

Wenn in den Nachrichten berichtet wird, dass ältere Menschen durch Schockanrufe betrogen wurden, dann

.....