

# ANZEICHEN VON BESSERUNG

**Genau wie die Charaktere in Harry Potter machen wir alle schwierige Zeiten durch. Es ist wichtig, dass wir lernen zu erkennen, wann sich diese schwierigen Zeiten zu bessern beginnen.**

Zu Beginn des Romans glaubt Harry Potter, dass er eine Menge Ärger bekommen wird, weil er außerhalb von Hogwarts gezaubert hat. Weil er glaubt, dass er eine Menge Ärger bekommen wird, fühlt er sich ängstlich und verängstigt. Als er erfährt, dass er in Wirklichkeit keinen Ärger bekommt, fühlt er sich besser. Welche der folgenden Anzeichen einer Besserung hat Harry deiner Meinung nach erlebt?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Besserer Schlaf   | <input type="checkbox"/> Weniger reizbar                      |
| <input type="checkbox"/> Mehr Lust, mit seinen Freunden zu reden                       | <input type="checkbox"/> Mehr Durchsetzungsvermögen           |
| <input type="checkbox"/> Findet es leichter, sich zu entspannen                        | <input type="checkbox"/> Sieht die Welt positiver             |
| <input type="checkbox"/> Lacht mehr  | <input type="checkbox"/> Fühlt mehr Selbstvertrauen           |
| <input type="checkbox"/> Ist produktiver   | <input type="checkbox"/> Hoffnungsvoller für die Zukunft      |
| <input type="checkbox"/> Wacht auf und fühlt sich bereit, den Tag in Angriff zu nehmen | <input type="checkbox"/> Besserer Sinn für Humor              |
| <input type="checkbox"/> Macht mehr Aktivitäten, die er mag                            | <input type="checkbox"/> Findet es einfacher klar zu denken   |
| <input type="checkbox"/> Hat es leichter, mit Meinungsverschiedenheiten umzugehen      | <input type="checkbox"/> Fühlt sich dankbar und wertschätzend |
|  | <input type="checkbox"/> Ist optimistischer                   |

Am Ende des Romans erfahren wir, dass Hermine den Zeitumkehrer benutzt hat, um mehr Zeit in ihren Tag zu integrieren. Sie strengt sich aber so sehr an, dass sie sich selbst krank macht! Wenn sie schließlich aufhört, den Zeitumkehrer zu benutzen, welche Anzeichen einer Besserung wird sie dann wohl bemerken?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Besserer Schlaf   | <input type="checkbox"/> Weniger reizbar                      |
| <input type="checkbox"/> Mehr Lust, mit seinen Freunden zu reden                       | <input type="checkbox"/> Mehr Durchsetzungsvermögen           |
| <input type="checkbox"/> Findet es leichter, sich zu entspannen                        | <input type="checkbox"/> Sieht die Welt positiver             |
| <input type="checkbox"/> Lacht mehr  | <input type="checkbox"/> Fühlt mehr Selbstvertrauen           |
| <input type="checkbox"/> Ist produktiver   | <input type="checkbox"/> Hoffnungsvoller für die Zukunft      |
| <input type="checkbox"/> Wacht auf und fühlt sich bereit, den Tag in Angriff zu nehmen | <input type="checkbox"/> Besserer Sinn für Humor              |
| <input type="checkbox"/> Macht mehr Aktivitäten, die er mag                            | <input type="checkbox"/> Einfacher klar zu denken             |
| <input type="checkbox"/> Hat es leichter, mit Meinungsverschiedenheiten umzugehen      | <input type="checkbox"/> Fühlt sich dankbar und wertschätzend |
|  | <input type="checkbox"/> Optimistischer                       |

Denke an eine schwierige Situation, die du gemeistert hast. Als du die schwierige Situation überstanden hast und dich anfingst besser zu fühlen, was hast du da an dir bemerkt?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Besserer Schlaf   | <input type="checkbox"/> Weniger reizbar                      |
| <input type="checkbox"/> Mehr Lust, mit seinen Freunden zu reden                       | <input type="checkbox"/> Mehr Durchsetzungsvermögen           |
| <input type="checkbox"/> Findet es leichter, sich zu entspannen                        | <input type="checkbox"/> Sieht die Welt positiver             |
| <input type="checkbox"/> Lacht mehr  | <input type="checkbox"/> Fühlt mehr Selbstvertrauen           |
| <input type="checkbox"/> Ist produktiver   | <input type="checkbox"/> Hoffnungsvoller für die Zukunft      |
| <input type="checkbox"/> Wacht auf und fühlt sich bereit, den Tag in Angriff zu nehmen | <input type="checkbox"/> Besserer Sinn für Humor              |
| <input type="checkbox"/> Macht mehr Aktivitäten, die er mag                            | <input type="checkbox"/> Einfacher klar zu denken             |
| <input type="checkbox"/> Hat es leichter, mit Meinungsverschiedenheiten umzugehen      | <input type="checkbox"/> Fühlt sich dankbar und wertschätzend |
|  | <input type="checkbox"/> Optimistischer                       |