

## **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Umschlaggestaltung: Renate Wettach unter Verwendung von Zeichnungen von Eva Zimmermann.

Bilder: Wenn nicht anders angegeben, stammen alle Bilder von Eva Zimmermann.

ISBN 978-3-945542-80-4 (Print Softcover)

E-ISBN 978-3-945542-81-1 (ePUB)

© LöwenStern Verlag Renate Wettach

Frankfurt am Main 2024, 2. Auflage

Gedruckt auf alterungsbeständigem, säurefreiem Papier.

Druck: CPI Druckdienstleistungen GmbH, Ferdinand-Jühlke-Straße 7, 99095 Erfurt

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck und Verwendung, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung des LöwenStern Verlags.

Verlag, Redaktion, Herstellung, Design & Layout:

Renate Wettach, LöwenStern Verlag,

E-Mail: [geschaeftsfuehrung@loewenstern-verlag.de](mailto:geschaeftsfuehrung@loewenstern-verlag.de)

[www.loewenstern-verlag.de](http://www.loewenstern-verlag.de)

# INHALT

Wozu dieses Buch gut ist	7
DAS KANNIX	9
DAS SCHIMPFIX	12
DAS HÖRNIX	15
DAS DUMMIX	18
DAS LAUTIX	21
DAS TRAUNIX	24
MEIN TIPP FÜR DICH	27
MEIN TIPP FÜR DEINE ERZIEHER	29
AUTORENPROFIL	33

Hallo,  
ich bin Felix.



und ich  
bin Anna.

Gemeinsam zeigen wir  
dir, wie du die gemeinen  
Gedankenmonster  
besiegst.



Wir sind die gemeinen  
Gedankenmonster

Du wirst in diesem Buch unterschiedliche Gedankenmonster kennenlernen und lernen, wie du mit ihnen umgehen kannst. Solltest du dabei auf Dinge stoßen, die schwierig für dich sind, dann rede mit einem Erwachsenen.

Denk daran, du bist nicht allein. Erwachsene wie deine Eltern oder Großeltern unterstützen dich gerne.

Ansonsten hol dir Unterstützung bei deinen Lehrern oder anderen vertrauten Personen.

# DAS KANNIX



Gestern hatte ich Besuch vom Kannix. Das ist vielleicht ein übles Monster.

Es hat mir versucht einzureden, dass ich nicht gut rechnen kann. Dabei hat es ganz doll seine Stimme ver stellt und hörte sich an wie mein Mathelehrer.

Der sagt mir nämlich auch manchmal, dass ich nicht rechnen kann.

Ich habe dann zum Kannix gesagt:



Ich kann gut rechnen.  
Und was ich noch nicht so gut kann, lerne ich noch.  
Ich bin gut in Mathe.



Hast du auch  
ein Super-Ich?

Da ist Kannix dann einfach verschwunden und mein Super-Ich ist zum Vorschein gekommen.

Was mein Super-Ich ist, fragst du dich? Das ist mein Ich, das immer dann zum Vorschein kommt, wenn ich ganz fest an mich glaube.

Mein Super-Ich ist nämlich ganz groß und stark und ganz oft ist es viel stärker, schlauer und kräftiger, als die Erwachsenen denken.





Letzte Woche war Schimpfix bei mir. Ganz gemein war das.  
Es wollte mir doch erzählen, dass ich zu viel trödele und  
grundsätzlich zu langsam bin. Dabei hat es ganz doll seine  
Stimme verstellt und hörte sich an wie meine Mama.



# Autorenprofil

Mein Name ist Eva Zimmermann. Ich bin alleinerziehende Mutter von drei wundervollen Kindern. Als Coach habe ich außerdem meine Passion zum Schreiben entdeckt.

Meine Vision ist es, dass unsere Kinder mit einem starken und gesunden Mindset aufwachsen und dass wir als Erwachsene sie darin nicht nur bestmöglich unterstützen, sondern auch erkennen, wie unser eigenes Mindset entstanden ist.

Auch wir dürfen diese Glaubenssätze erkennen und auflösen, um unseren Kindern noch bessere Vorbilder und Wegbegleiter zu sein.