

# INHALT

<i>An dich</i>	4
<i>Gefühle</i>	6
<i>Angst</i>	12
<i>Tipps gegen die Angst</i>	22
<i>Angst vor anderen Menschen</i>	42
<i>Angst vor etwas Neuem</i>	50
<i>Angst, dass etwas Schlimmes passiert</i>	58
<i>Angst, von den Eltern getrennt zu sein</i>	66
<i>Angst, die dich zwingt, bestimmte Dinge zu tun</i>	72

<i>Angst vor irgendwie allem</i>	<i>78</i>
<i>Angst vor dem Tod oder davor, dass andere sterben</i>	<i>84</i>
<i>Angst vor ganz bestimmten Dingen (Phobie)</i>	<i>90</i>
<i>Angst vor Dingen, die es gar nicht gibt</i>	<i>98</i>
<i>Angst vor der Schule</i>	<i>104</i>
<i>Angst zu Hause</i>	<i>110</i>
<i>Ein Wort zum Schluss</i>	<i>116</i>
<i>An die Erwachsenen</i>	<i>118</i>
<i>Danke</i>	<i>121</i>