

„Warum gibt es die Angst und wie gehe ich damit um?“

Wenn du den Fragen- und den Antwort-Brief gehört hast, gehen dir sicher weitere Gedanken und Fragen durch den Kopf ...



Vergleiche einmal die Angst vor Spinnen und die Angst vor Krankheit? Was ist der Unterschied? Wo können wir eher von Furcht als von Angst sprechen?

Nenne ein Beispiel, bei dem die Angst eines Menschen hilfreich ist!
Dann erzähle ein Beispiel, bei dem die Angst schädlich ist!

Nenne drei Sorgen, die du dir öfter machst! Dann überlege, ob sie berechtigt sind oder übertrieben.

1. _____

2. _____

3. _____



Kann es schon helfen, jemand anders von der Angst zu erzählen, der dir aufmerksam zuhört? Erzähle ein Beispiel!



„Angst kann auf übelste Weise missbraucht werden“, heißt es im Brief.
Fällt dir dazu eine Geschichte ein?

Welche Rolle spielen bei der Angst Religion und Glaube? Beseitigt Gott alle Angst oder hilft Gott eher, die Angst auszuhalten? Was glaubst du?


