

Stress-Check

Lassen Sie Ihr Kind diesen Fragebogen ausfüllen bzw. lesen Sie ihn vor und kommen Sie mit Ihrem Kind darüber ins Gespräch. Vielleicht erfahren Sie auf diese Weise etwas, dass Sie bislang anders eingeschätzt haben. Fragen Sie nach, was Ihr Kind möglicherweise belastet. Vielleicht ergeben sich auch Ansatzpunkte, wie Sie Stress aus dem Familienleben nehmen können.

Was findest du stressig im Alltag?		Womit kannst du dich gut entspannen?	
<input type="radio"/>	Die Zeit zwischen Aufstehen und Schulbeginn	<input type="radio"/>	Musik hören
<input type="radio"/>	den Unterricht	<input type="radio"/>	Malen
<input type="radio"/>	die Pausen in der Schule	<input type="radio"/>	rumliegen und träumen
<input type="radio"/>	den Schulweg	<input type="radio"/>	alleine spielen
<input type="radio"/>	Schulaufgaben	<input type="radio"/>	Lesen
<input type="radio"/>	Hobby	<input type="radio"/>	in meinen Sachen kramen
<input type="radio"/>	Essen mit der Familie	<input type="radio"/>	Basteln
<input type="radio"/>	etwas anderes, nämlich:	<input type="radio"/>	etwas anderes, nämlich:
<input type="radio"/>	Und noch etwas anderes, nämlich:	<input type="radio"/>	Und noch etwas anderes, nämlich:

