


# Mein Tagebuch über die Zeit zuhause

Wochentag: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: \_\_\_\_\_

Ort: Na wo schon? Zuhause! Und jetzt genauer: \_\_\_\_\_

Lange Zeit hast du deine Freunde nicht mehr „live“ gesehen, du konntest nicht mit ihnen zum Zug laufen, über den Schulhof schlendern, mit ihnen Witze machen... Überlege dir, worauf du dich schon freust, wenn du bald wieder in die Schule gehen kannst und alles wieder ein bisschen „normaler“ wird. Notiere dir in der Tabelle die Dinge auf die du dich freust. In der zweiten Spalte kannst du in ein paar Wochen abhaken, dass du es gemacht hast und aufschreiben an welchem Tag du es erledigt hast.

Darauf freue ich mich schon 	erledigt am

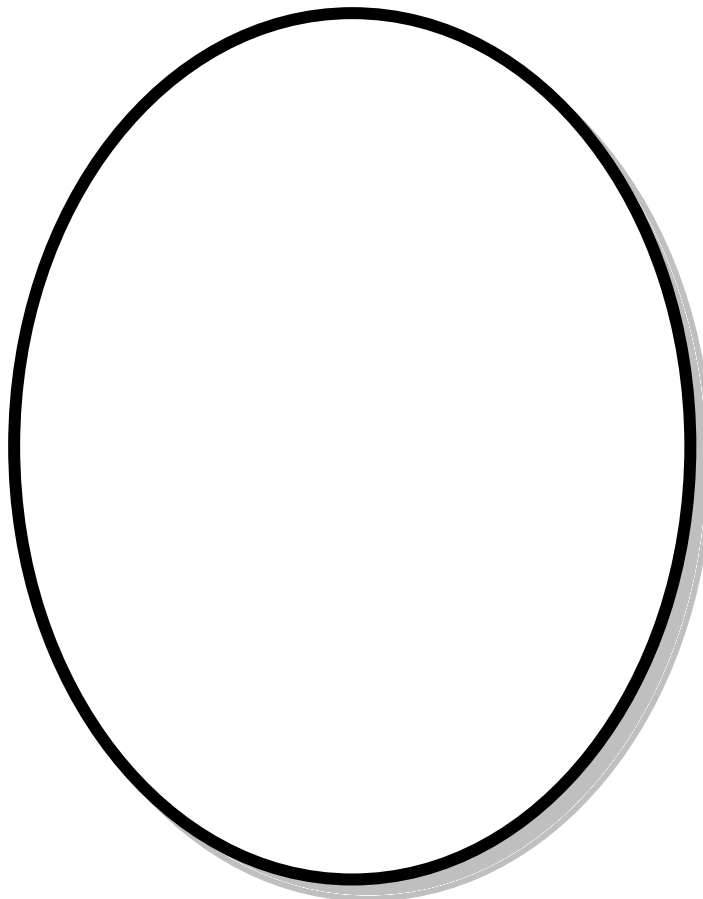
Wochentag: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: \_\_\_\_\_

Ort: Na wo schon? Zuhause! Und jetzt genauer: \_\_\_\_\_

Wirf mal einen Blick in dein Bücherregal. Entdeckst du ein Buch, dass du früher einmal gerne gelesen hast? Oder eines, dass du schon lange einmal lesen wolltest aber es war immer keine Zeit dafür? Oder siehst du dein Lieblingsbuch, dass du schon so oft gelesen hast, dass die Seiten richtig zerfleddert sind? Schau – noch einmal oder das erste Mal – in das Buch hinein; wenn du Lust hast, beantworte die Fragen dazu.

- Wie heißt das Buch? \_\_\_\_\_
- Wer hat das Buch geschrieben? \_\_\_\_\_
- Gefällt mir das Titelbild? Warum (nicht)? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Was sind die Namen der wichtigsten Personen im Buch? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- In welchem Land oder in welcher Stadt spielt die Geschichte? \_\_\_\_\_
- Welche drei Worte beschreiben, worum es in der Geschichte geht?  
\_\_\_\_\_
- Wer sollte das Buch außer mir auch noch lesen? \_\_\_\_\_

Male in den Bilderrahmen deine Lieblingsfigur aus dem Buch, so, wie du sie dir vorstellst.



Wochentag: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: \_\_\_\_\_

Ort: Na wo schon? Zuhause! Und jetzt genauer: \_\_\_\_\_

Wie geht es dir heute?

Denke darüber nach, was dich belastet und ergänze den Satz „Ich fühle mich heute so schwer wie ein Stein“. Überlege aber auch, was dich heute gefreut hat, woran du Spaß hattest und was dir Tolles passiert ist und schreibe deine Notizen hinter den Satz „Ich fühle mich heute so leicht wie eine Feder“.



Ich fühle mich heute so schwer wie ein Stein

---

---

---

---



Ich fühle mich heute so leicht wie eine Feder

---

---

---

---

Wochentag: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: \_\_\_\_\_

Ort: Na wo schon? Zuhause! Und jetzt genauer: \_\_\_\_\_

Die Zeit, die wir jetzt gerade alle erleben ist ganz anders, als wir es kennen. Bestimmt erinnern wir uns alle auch in 10 Jahren noch an die merkwürdige Zeit, damals, im Frühjahr 2020. Aber ob du in 10 Jahren noch genau weißt, was du damals gedacht, gefühlt, gemacht hast? Schreib dir selbst einen Brief, in dem du all deine Gedanken zu den letzten Wochen aufschreibst. Wie war es, als deine Eltern dir gesagt haben, dass du die nächste Zeit nicht mehr in die Schule gehen wirst? Was hast du stattdessen den Tag über gemacht? Wen hast du besonders vermisst?

Schreibe alles auf, stecke den Brief in einen Umschlag, verstecke ihn und öffne ihn erst in 10 Jahren wieder. Du kannst ihn auch deinen Eltern zur Verwahrung geben. Dann kannst du in 10 Jahren nachlesen, welche Ideen du damals hattest, was deine (neuen) Hobbies waren, mit welchen Freunden du schon damals Kontakt hattest. Kleine Details, die diese ungewöhnliche Zeit leichter gemacht haben.



Liebes zukünftiges Ich,  
weißt du noch, als wir damals nicht in die Schule gehen  
durften ...

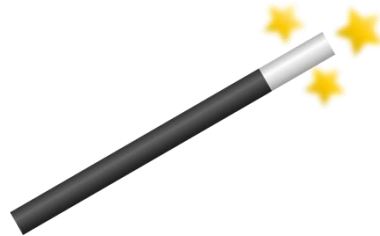
Wochentag: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: \_\_\_\_\_



Ort: Na wo schon? Zuhause! Und jetzt genauer:

\_\_\_\_\_

Stell dir vor du hättest magische Kräfte. Du könntest zaubern wie Harry Potter, Hermine Granger und Ron Weasley. Welche magischen Kräfte hättest du gerne und welche würdest du an Hogwarts sofort lernen wollen? Gedankenlesen? Auf einem Besen fliegen? Die Sprache der Tiere verstehen? Sterne deuten? In die Zukunft schauen? Zaubertränke brauen? Schreibe sie dir auf. Bestimmt fallen dir noch viele andere ein.



Diese magischen Kräfte hätte ich gerne

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Überlege weiter. Gibt es magische Kräfte, die du jetzt schon hast? Kannst du zum Beispiel Gedanken lesen, weil du ganz schnell merkst, wie es deinen Freunden geht, wenn du mit ihnen redest. Oder kannst du einen Zaubertrank brauen oder Zauberkuchen backen? Oder bist du ein „Stimmungswandler“, der die Menschen zum Lachen bringen kann?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Wochentag: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: \_\_\_\_\_

Ort: Na wo schon? Zuhause! Und jetzt genauer: \_\_\_\_\_

Beschreibe deinen Lieblingsplatz. Wo ist er? Wie sieht er aus? Was magst du daran besonders? Was machst du dort gerne? Was war dein schönstes Erlebnis dort?



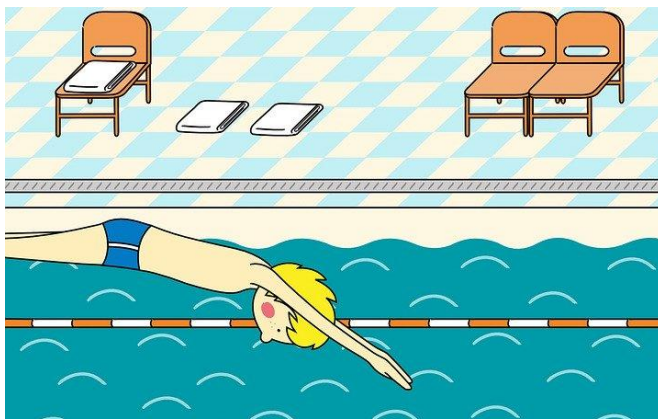
Mein Lieblingsplatz zu Hause

---

---

---

---



Mein Lieblingsplatz, den ich bald mal wieder besuchen will

---

---

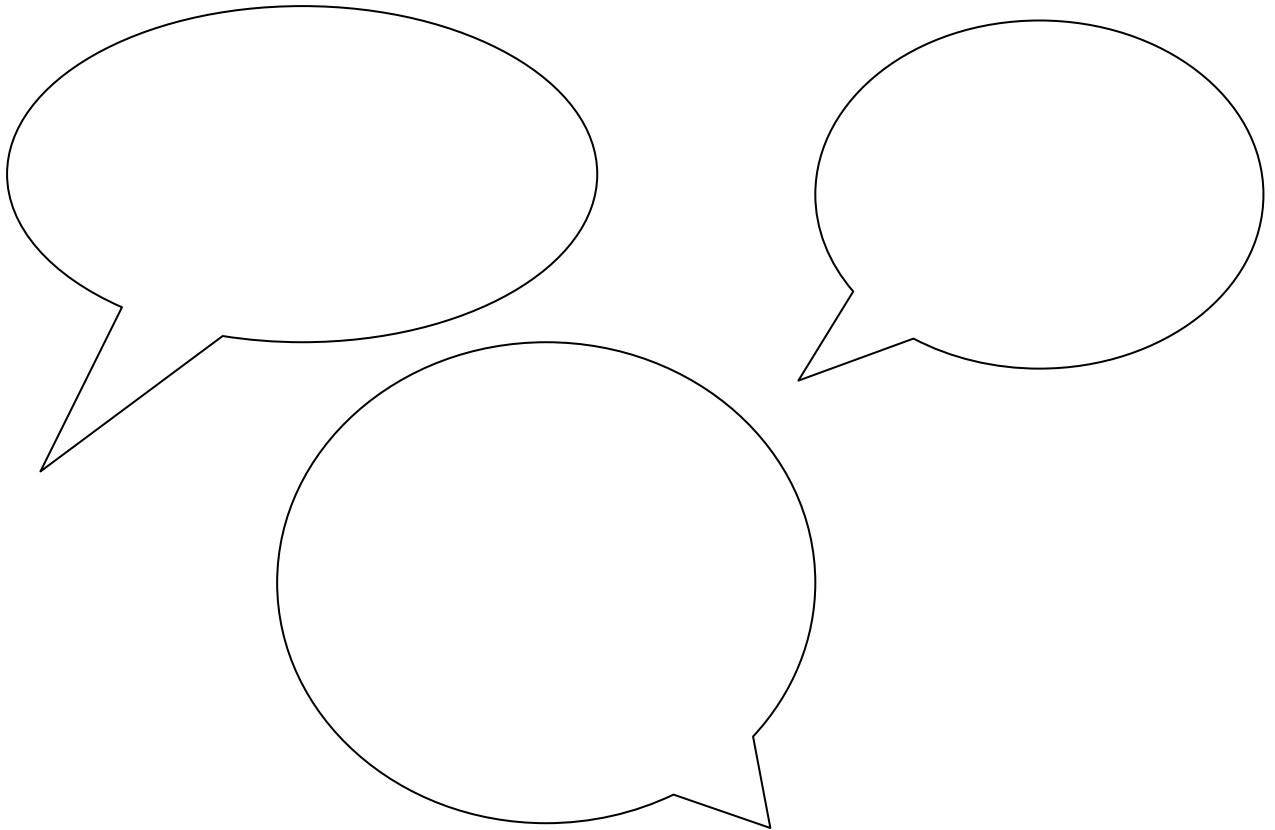
---

---

Wochentag: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: \_\_\_\_\_

Ort: Na wo schon? Zuhause! Und jetzt genauer: \_\_\_\_\_

Wie kann man anderen Menschen Mut machen? Fülle die Sprechblasen mit „Mut-Mach-Sprüchen“!



Wenn du Jemanden kennst, der sich gerade viele Sorgen macht, schreibe ihm oder ihr doch direkt eine WhatsApp Nachricht, eine SMS, einen Brief oder rufe an.