Angsttagebuch von: _____ **Datum:** _____



	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Am Abend vor dem Einschlafen											
Nacht											
Aufwachen											
Frühstück											
Bereitmachen für die Schule											
Aus dem Haus gehen											
Schulweg											
Garderobe											
1. Schulstunde											
2. Schulstunde											
Pause											
3. Schulstunde											
4. Schulstunde											
Heimweg											
Mittag / Hort / Tagesschule											
Schulweg											
5. Schulstunde											
6. Schulstunde											
7. Schulstunde											
Heimweg											
Hausaufgaben											
Freizeit											
Nachtessen											

© stephan-kaelin.ch