Urkunde

Du, ... , hast Ricky und Lisa sehr geholfen in ihrem Kampf gegen die Spinne.
Dabei hast du auch gelernt, was du selbst gegen die Spinne tun kannst!
Du weißt, dass die Spinne dir Angst machen will.
Du weißt, dass sie eine Scheinriesin ist.
Du weißt, dass es hilft, sie bei einem Spitznamen zu nennen.
Du weißt, was du im Kampf gegen die Spinne brauchst: Mut, Geduld, nett sein zu dir selbst und einen Helfer, dem du vertrauen kannst und der dich versteht.
Du weißt, dass unsere Angst kleiner wird, je öfter wir das, was uns Angst macht, trotzdem tun.
Du hast zahlreiche Mutaufgaben gelöst, obwohl sie dir anfangs sehr schwer gefallen sind.
Durch deinen Mut und deine Ausdauer hast du schon viel Land von der Spinne zurück erobert!
Aber vergiss nicht: bleib wachsam im Kampf gegen die Spinne und gib nie auf!
Du kannst es schaffen, dich von ihr zu befreien, so wie Ricky und Lisa es geschafft haben.
Wenn du Hilfe brauchst, wende dich an Dr. Eule oder an .....

Dr. Eule

© Veronika Brezinka, Zentrum für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Universität Zürich