

## Kleines Trostbuch



Was hilft einem Menschen, der traurig ist, weil ein naher Mensch gestorben ist?

**Sammelt gemeinsam Ideen und stellt einen kleinen Ratgeber zusammen:**

**Was kann man selbst tun, damit es einem wieder besser geht?**

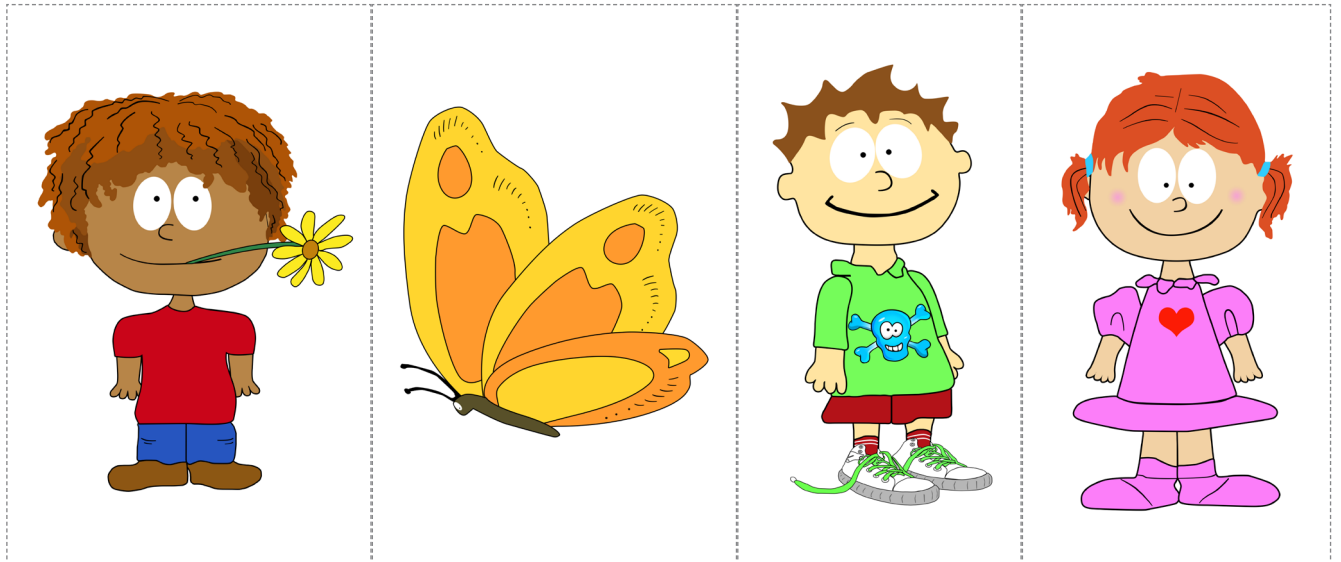
**Wie kann man einen anderen Menschen trösten, der trauert?**

Bastle dir ein Pocketbook mit den schönsten Ratschlägen, wie du dich und andere trösten kannst.

**Und so geht's:**

- Sammelt in der Gruppe Ideen und schreibt sie auf. Sortiert die Ideen danach, was man selbst tun kann, wenn man traurig ist, und wie man anderen helfen kann.
- Falte das Pocketbook so zusammen, wie es dir die Anweisung zeigt.
- Suche dir aus allen miteinander gesammelten Ideen und Ratschlägen die aus, die dir am besten gefallen, und schreibe sie in dein persönliches Pocketbook.
- Du kannst dein kleines Trostbuch bunt bemalen oder bekleben, damit es schön aussieht. Wenn du magst, kannst du dafür auch die Bilder auf dieser Seite benutzen.

**Motive zum Ausschneiden und Aufkleben.**



Pocketbook und Falanleitung  
auf den folgenden zwei Seiten



Mach dich schlau! | Was denkst du? | **Macht was zusammen!**

© Aktion Schulstunde zur ARD-Themenwoche 2012

8

7

9

Pocketbook  
*Mein kleiner  
Trostratgeber*

**Das hilft mir, wenn ich traurig bin**

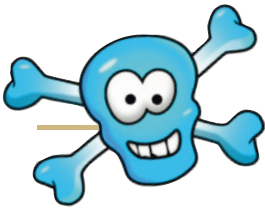
**So kann ich andere trösten,  
die traurig sind**

2

3

4

5



## Kleines Trostbuch



### Faltanleitung Pocketbook

#### 1. Schritt

Lege das Pocketbook vor dir auf den Tisch.



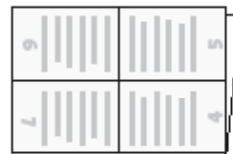
#### 2. Schritt

Falte dein Blatt der Länge nach, dann klappe es auseinander damit es wieder seine ursprüngliche Größe hat.



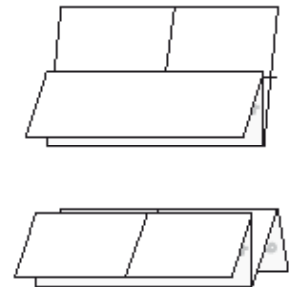
#### 3. Schritt

Falte das Papier einmal quer und öffne es wieder.



#### 4. Schritt

Falte jede Seite des Blatts bis zur mittleren Falte. (Bis sich eine M-Form ergibt.)



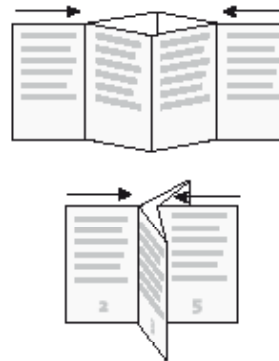
#### 5. Schritt

Dann schneide es von der geschlossenen Seite ausgehend bis zur Mitte ein – aber nicht weiter!



#### 6. Schritt

Entfalte das Blatt vollständig. Dann falte es quer. Danach falte es in Sternform.



#### 7. Schritt

Jetzt falte das Papier zu seiner endgültigen Buchform.



Pocketbooks sind kleine Bücher, die aus einem A4-Papier gefaltet werden. Sie haben acht Seiten zum Beschreiben. Mithilfe dieser Faltanleitung lassen sie sich problemlos herstellen.



Quelle: Eugen Notter, Fachhochschule Nordwestschweiz, Institut Forschung & Entwicklung, Zentrum Lesen, in Aarau/Schweiz.

