



Uuups, wie peinlich!

Uuups, Text vergessen!

Du hältst einen Vortrag vor der ganzen Klasse und willst gerade den wichtigsten Teil erklären – flupp – ist nur noch Leere in deinem Kopf. Völliges Blackout!

SOS **So rettest du dich:** Ruhig, nur keine Panik! Das sind alles nur deine Klassenkameraden. Atme tief durch. Falls der verlorene Faden nicht wieder auftaucht, bitte um eine kurze Pause.

So machst du es besser: Mach dir beim nächsten Mal einen Spickzettel mit den wichtigsten Stichpunkten ...

Wir verraten dir, wie du auch in den peinlichsten Situationen einen kühlen Kopf behältst!

ACHTUNG!
FETT NÄPFCHEN

Text: Anja Schimanke

Uuups, Nies-Attacke!

Ha-ha-ha-tschiiiii ... ohne Taschentuch, aber dafür mit viel Schnodder. An deiner Hand. Und an seinem Pulli!

SOS **So rettest du dich:** Beten, dass sich der Boden öffnet? Vergiss es! Besorg lieber Taschentücher und ein tolles Wieder-gutmachungsgeschenk für ihn.

So machst du es besser: Nase amputieren? Niemals mit dem Schwarm sprechen? Pff, das ist einfach jedem schon mal passiert!

HOFFENTLICH HAT ER ES NICHT GESEHEN ...



Uuups, verplappert!

„Klar, ist XY in ihn verliebt, hat sie mir doch selbst gesagt. Ähm, ach so, das ist also dein Freund ...!“

SOS **So rettest du dich:** Halt! Deinen! Mund! Um den Schaden so klein wie möglich zu halten, solltest du auf keinen Fall versuchen, die Sache zu erklären. Meist verrät man dann nämlich immer noch mehr ...

So machst du es besser: Meide alles, was auch nur im Entferntesten mit dem Geheimnis zu tun hat. Die Gefahr, dass du etwas verrätst, ist einfach zu groß!

ICH WAR'S NICHT ...

Uuups, gepupst!

Mathestunde. Die Klasse schreibt einen Test. Es ist muckmäuschenstill, als dir plötzlich lautstark ein Pups entweicht ...

SOS **So rettest du dich:** Pupsen ist immer peinlich! Egal ob in der Schule, beim Date oder im Bus. Leise oder laut. Stinkig oder nicht. Deshalb gibt's für dich nur eins: die Flucht nach vorn – lachen und gestehen: „Ich hätte nicht gedacht, dass er so laut ist!“

So machst du es besser: Hihi, ruf schnell den Namen eines Klassenkameraden, so als wäre es ihm passiert.

Uuups, meine Eltern!

Deine Freundin ist da und deine Mutter läuft im Jogginganzug durch die Wohnung, singt laut bei Schnulzen mit und fragt: „Wie findest du den Schwarm meiner Tochter?“

SOS **So rettest du dich:** Sätze wie „Nein, das ist nicht meine Mutter, ich kenne die Frau überhaupt nicht! Bitte verlassen Sie sofort unsere Wohnung!“ lenken garantiert ab ...

So machst du es besser: Sprich mit deiner Mutter unter vier Augen und sage ihr, dass du dich für sie schämst. Sie wird deine Gefühle bestimmt ernst nehmen und dich in Zukunft nicht mehr blamieren.

Wieso eigentlich Fettnäpfchen?

Theorie 1: Früher stand in Bauernhäusern oft ein Topf mit Stiefelfett auf dem Boden. Wenn er umgeschmissen wurde, gab's hässliche Flecken – und Ärger.

Theorie 2: Wurst wurde früher zum Trocknen unter die Decke in die Nähe der Feuerstelle gehängt, sodass das Fett tropfte. In die darunter gestellten Schälchen mit Fett durfte nicht getreten werden.