



**Ich komme nicht weiter – Was nun?**

Den meisten von uns begegnen beim Lernen Schwierigkeiten, die wir alleine nicht lösen können. Das heisst, dass wir alle von Zeit zu Zeit auf die Hilfe von anderen Personen angewiesen sind. Das ist nichts, wofür man sich schämen muss – im Gegenteil! Es eröffnet die Möglichkeit, Neues zu lernen, sodass wir in einer ähnlichen Situation das Problem dann selbst lösen können. Dafür ist es aber wichtig zu wissen, wie man Hilfe sucht.

Der **Hilfesuch-Kreislauf** hilft dir dabei!

**Nimm dir dieses Blatt zur Hand, sobald du bei einer deiner Aufgaben oder beim Lernen auf ein Problem stösst und fülle die Kästchen aus.**

