Worksheet 38

Mir wird geholfen

Nehmen Sie sich bitte ein zweites und drittes Blatt Papier, um die folgenden Fragen zu beantworten.

1. Können Sie um Hilfe bitten?
2. Wurde Ihnen diese Hilfe schon einmal verwehrt?
3. Haben Sie es schon einmal bereut, um Hilfe zu bitten?
4. Haben Sie sich in körperlicher Hinsicht schon einmal hilflos gefühlt? Geben Sie bitte ein kurzes Beispiel für diese Situation.
5. Fühlen Sie sich manchmal in geistig-seelischer Hinsicht hilflos? Ein kurzes Beispiel bitte.
6. Haben Sie das Gefühl, Sie müssten für eine Bitte eine „Gegenleistung" erbringen?
7. Welche Hilfe tut Ihnen gut?
8. Gibt es eine Hilfe für Sie, bei der Sie denken, dass sie dem oder der Helfenden guttut? Welche?
9. Erinnern Sie sich an einen Hilfedienst, den Sie nicht haben wollten? Worum ging es da?
10. Schreiben Sie *kurz* fünf Situationen aus Kindheit, Jugend oder jungem Erwachsendasein auf, in denen Ihnen geholfen wurde.

➔ Wählen Sie eine aus, über die Sie einen längeren Text schreiben.

www.sengelmann-biografien.de / Telefon: 030 – 81 05 13 64 / Mobil: 0172 – 93 29 175