

## Arbeitsblatt 10.6: Soziale Unterstützung

---

Für viele Menschen sind soziale Kontakte und Beziehungen eine Quelle der Unterstützung und eine Notwendigkeit zur Aufrechterhaltung des seelischen Wohlbefindens.

Die Formen der sozialen Unterstützung sind vielfältig und reichen von Hilfe bei Reparaturen über materielle Unterstützung, Geben von Informationen, Erteilen von Ratschlägen, Schlichten eines Streites, Vermittlung von Geborgenheit oder Zuversicht durch Ermutigen.

Welche Personen stellen in Ihrem Leben eine verlässliche Quelle von Unterstützung dar?

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

