



## Arbeitsblatt: Umgang mit Sucht 13

Datum: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

### ***Erfolgreich scheitern***

**Sie sollten alles, wirklich alles tun, um einen Rückfall zu vermeiden!**

Manchmal aber ist die Sucht stärker, und Sie werden trotz aller Vorsätze rückfällig. Was ist in diesem Falle zu tun?

Sie sollten vorbereitet sein — so wie die Crew eines Flugzeuges für den unwahrscheinlichen Fall einer Notlandung auf dem Meer vorbereitet wird:

Situation (Stichwort)	Hilfreiche Gedanken	Hilfreiches Handeln	Wen kann ich kontaktieren