

## 6 TIPPS FÜR JUNGENDLICHE

- Verschaffe Dir Klarheit über Deine Probleme
- Überlege, ob Du das Problem lösen möchtest!
- Bestimme Zwischenziele und mache Dir einen Plan!
- Setze Deinen Plan um und beobachte Dich selbst!
- Bewerte Dich selbst und setze Dir neue Ziele!
- Bleib dran, gib nicht auf!