

Unterlagen Gastlehrer - Herr Bergmann

(Unterlagen Lst.-S.-Sem nach Nummerierung):



- Erfahrung mit Stress (1.)
- Aufgabe Stress Leitstelle (2.)
- Handreichung „Stress“ (3.)

-
- Sortieren der aufgeführten Formulierungen (6.)

Diese Unterlage nicht vordrucken - nur auf Anforderung!

- Checkliste Warnsignale (7.)
- Umgang Einsatzstress (8.)
- Testen Sie Ihre Kreativität (9.)
- Meine Stressreaktion sind (oft) (10.)
- Meine persönliche Stressoren liste (11.)
- Fragebogen: Welche Belastungen (12.)
- Was ist Ihnen wichtig? Wählen Sie aus dieser Liste (13.)
- Selbst- und Zeitmanagement (14.)
- Stresstest (S-T) (15.)
- Selbsttest (16.)