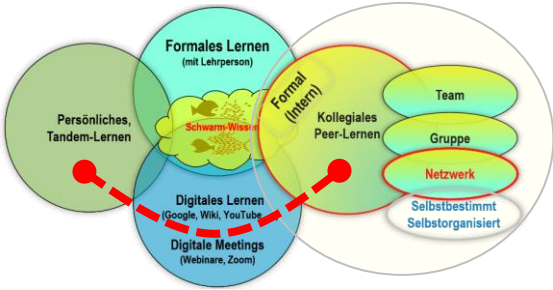


Proaktives Stress- und Krisen-Management mit kollegialer Unterstützung

Möglichkeiten des Kollegialen Lernens (nicht nur) für Stress und Krisenzeiten



Kollegiales Lernen als Weg

Hinweise

Allgemeine Hinweise

- Das einfachste Art eine «Gruppe von Gleichgesinnten» zu gründen, ist während einer Ausbildung (oder Reha).
- Kurz-Infos zu «Kollegialem Lernen» sind [hier](#) zu finden
- Kollegiales Lernen ist der Regel ein Mix aus Persönlichen-Tandem-, digitalem Lernen und Austausch in der Gruppe
- Eine Möglichkeit besteht darin im Internet eine «User Group» etc. zu gründen. (Facebook, Meetup, LinkedIn)

Private Situationen

- Jobsuche / Arbeitslos
- Andere Stress-, Krisensituationen (Scheidung, Trennung, etc.)

Beruflicher Bereich

- Team Softskills
- BGM im Team
- Ergänzung zu Retrospektiven