

Tolle Anregungen für mehr Resilienz

Für mich

- Feiern mit dem Nebenstik
- etwas für Andere tun
- bewusste kurze Pausen gönnen
- sich selbst loben
- Dankbarkeit bewusst zelebrieren
- Rituale
- Prioritäten
- Eigene Wünsche erkennen + umsetzen
- Blumenstrauß

Für's Team

- Dienstfrühstück
- Rituale (gemeinsam Verabschieden)
- gem. Aktivitäten
- Pausen
- gegenseitige Wertschätzung
- "Highlight" d. Wochens
- Lobhändchen
- gemeinsame Ziele
- an einem Strang ziehen
- Wahrnehmung d. Person

Für Organisation

- > Rituale (Versammlungen, Dankschreiben, etc)
- > BELASTUNGSBAROMETER
- vernünftige Pausenregelung
- Rückzugsräume
- Beteiligung
- Austausch-Räume
- Ressourcen schaffen
- Feste feiern