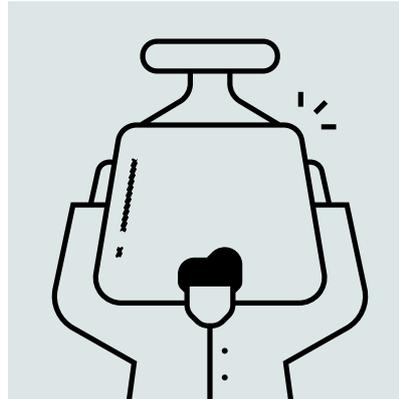


Future Skills-Modell der htw saar

Resilienz



Beschreibt die Kompetenz, psychische, soziale und körperliche Belastungen als solche zu erkennen und Maßnahmen zu ergreifen, um diese Belastungen zu reduzieren oder sich von ihnen zu regenerieren, sodass Belastungen ohne anhaltende Beeinträchtigungen widerstanden werden kann, unter diesen Belastungssituationen Fehlreaktionen vermieden werden können und man weiterhin zielorientiert und sachlich begründet handeln kann.



Das Vorhaben wurde im Rahmen des von der „Stiftung Innovation in der Hochschullehre“ geförderten Projekts DIGITAM durchgeführt



Stiftung
Innovation in der
Hochschullehre