

## Lebens- und Gesundheitskompetenz

Alle Kategorien Fachwissen Spielformen

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/F-rderung-der-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen0.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/F-rderung-der-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen0.html>

### **Förderung der Lebens- und Gesundheitskompetenzen (https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/F-rderung-der-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen0.html)**

Fachwissen

(5)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleml-sung-unter-Stress-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleml-sung-unter-Stress-.html>

### **Spielform «Problemlösung unter Stress» (https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleml-sung-unter-Stress-.html)**

Spielformen

(2)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Stress-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Stress-.html>

## **Spielform «Umgang mit Stress» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Stress-.html>)**

Spielformen

(1)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Balance-halten.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Balance-halten.html>

## **Spielform «Balance halten» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Balance-halten.html>)**

Spielformen

(1)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Eigene-Gef-hle-erkennen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Eigene-Gef-hle-erkennen-.html>

## **Spielform «Eigene Gefühle erkennen» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Eigene-Gef-hle-erkennen-.html>)**

Spielformen

(1)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Fehler-finden-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Fehler-finden-.html>

## **<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Fehler-finden-.html>**

Spielformen

(1)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkunden-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkunden-.html>

## **<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkunden-.html>**

Spielformen

(1)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Vom-Team-ausgeschlossen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Vom-Team-ausgeschlossen-.html>

## **<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Vom-Team-ausgeschlossen-.html>**

Spielformen

(2)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Die-zehn-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Die-zehn-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen.html>

## **Die zehn Lebens- und Gesundheitskompetenzen (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Die-zehn-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen.html>)**

Fachwissen

(5)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Atmen-gegen-Stress-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Atmen-gegen-Stress-.html>

## **Spielform «Atmen gegen Stress» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Atmen-gegen-Stress-.html>)**

Spielformen

(2)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-gemeinsam-l-sen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-gemeinsam-l-sen-.html>

## **Spielform «Probleme gemeinsam lösen» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-gemeinsam-l-sen-.html>)**

Spielformen

(1)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gute-Entscheidungen-treffen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gute-Entscheidungen-treffen-.html>

**Spielform «Gute Entscheidungen treffen» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gute-Entscheidungen-treffen-.html>)**

Spielformen

(1)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Kommunizieren-ohne-Worte-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Kommunizieren-ohne-Worte-.html>

**Spielform «Kommunizieren ohne Worte» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Kommunizieren-ohne-Worte-.html>)**

Spielformen

(1)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkennen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkennen-.html>

**Spielform «Grenzen erkennen» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkennen-.html>)**

Spielformen

(1)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Das-eigene-Tun-in-Frage-stellen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Das-eigene-Tun-in-Frage-stellen-.html>

## **Spielform «Das eigene Tun in Frage stellen»** **(<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Das-eigene-Tun-in-Frage-stellen-.html>)**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Feedback-geben-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Feedback-geben-.html>

## **Spielform «Feedback geben»** (**<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Feedback-geben-.html>**)

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gef-hle-anderer-erkennen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gef-hle-anderer-erkennen-.html>

## **Spielform «Gefühle anderer erkennen»** (**<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gef-hle-anderer-erkennen-.html>**)

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-testen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-testen-.html>

## **[Spielform «Grenzen testen» \(https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-testen-.html\)](https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-testen-.html)**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Ideen-finden-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Ideen-finden-.html>

## **[Spielform «Ideen finden» \(https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Ideen-finden-.html\)](https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Ideen-finden-.html)**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klar-kommunizieren-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klar-kommunizieren-.html>

## **[Spielform «Klar kommunizieren» \(https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klar-kommunizieren-.html\)](https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klar-kommunizieren-.html)**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klare-Mimik--.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klare-Mimik--.html>

## **Spielform «Klare Mimik» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klare-Mimik--.html>)**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Konfliktl-sung-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Konfliktl-sung-.html>

## **Spielform «Konfliktlösung» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Konfliktl-sung-.html>)**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--L-sungsans-tze-finden-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--L-sungsans-tze-finden-.html>

## **Spielform «Lösungsansätze finden» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--L-sungsans-tze-finden-.html>)**

Spielformen

(0)



<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Negative-Gef-hle-ablegen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Negative-Gef-hle-ablegen-.html>

## **<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Negative-Gef-hle-ablegen-.html>**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-l-sen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-l-sen-.html>

## **<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-l-sen-.html>**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Regeln-aushandeln-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Regeln-aushandeln-.html>

## **<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Regeln-aushandeln-.html>**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Rollenverteilung-im-Team-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Rollenverteilung-im-Team-.html>

**Spielform «Rollenverteilung im Team» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Rollenverteilung-im-Team-.html>)**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Sich-im-Alltag-wahrnehmen.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Sich-im-Alltag-wahrnehmen.html>

**Spielform «Sich im Alltag wahrnehmen» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Sich-im-Alltag-wahrnehmen.html>)**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Situationen-bewerten-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Situationen-bewerten-.html>

**Spielform «Situationen bewerten» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Situationen-bewerten-.html>)**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Frustrationen-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Frustrationen-.html>

## **Spielform «Umgang mit Frustrationen» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Frustrationen-.html>)**

Spielformen

(0)

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Unter-Druck-.html>

<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Unter-Druck-.html>

## **Spielform «Unter Druck» (<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Unter-Druck-.html>)**

Spielformen

(0)

Umgang mit Stress

Umgang mit Gefühlen

Kritisches Denken

Beziehungsfähigkeit

Kreatives Denken

Entscheidungsfähigkeit

Kommunikationsfähigkeit

Empathie

Selbstwahrnehmung

Weitere Informationen unter <https://www.coolandclean.ch>