

## Lebens- und Gesundheitskompetenz

Alle Kategorien Fachwissen Spielformen

(<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

(3)

<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--Gef-hle-anderer-erkennen-.html>

<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>**

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--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

(1)

<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» \(https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Konfliktl-sung-.html\)](https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Konfliktl-sung-.html)**

Spielformen

(1)

<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>

## **[Spielform «Negative Gefühle ablegen» \(https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Negative-Gef-hle-ablegen-.html\)](https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Negative-Gef-hle-ablegen-.html)**

Spielformen

(1)

[\(<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-l-sen-.html>\)](https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-l-sen-.html)

[\(<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-l-sen-.html>\)](https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-l-sen-.html)

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

Spielformen

(1)

[\(<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/F-rderung-der-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen0.html>\)](https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/F-rderung-der-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen0.html)

[\(<https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/F-rderung-der-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen0.html>\)](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

(8)

<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

(7)

<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>

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

Spielformen

(2)

<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>

**<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--Grenzen-testen-.html>

<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

(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>

**<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>)

**<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>)

**<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>)

**<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» \(https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Feedback-geben-.html\)](https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Feedback-geben-.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--Klare-Mimik--.html>

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

## **[Spielform «Klare Mimik» \(https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klare-Mimik--.html\)](https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klare-Mimik--.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--Regeln-aushandeln-.html>

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

## **Spielform «Regeln aushandeln» (<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» \(https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Sich-im-Alltag-wahrnehmen.html\)](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» \(https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Situationen-bewerten-.html\)](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» \(https://coolandclean.ch/de/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Frustrationen-.html\)](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)

Selbstwahrnehmung

Kommunikationsfähigkeit

Beziehungsfähigkeit

Empathie

Umgang mit Gefühlen

Umgang mit Stress

Entscheidungsfähigkeit

Kreatives Denken

Kritisches Denken

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