

Datum: _____

Podcast-Folge mit Tobias D. Duven
Emotionale Dissonanz verstehen und einen guten
Umgang damit finden

**Zuerst einmal ist es wichtig, die Situationen zu erkennen.
Also zu wissen, WANN etwas nicht stimmig ist. Danach
gilt es, herauszufinden, WAS nicht stimmig ist.**

Schritt 1

Achte auf dein Bauchgefühl im Alltag.
Wann fühlt es sich nicht gut / nicht stimmig an?

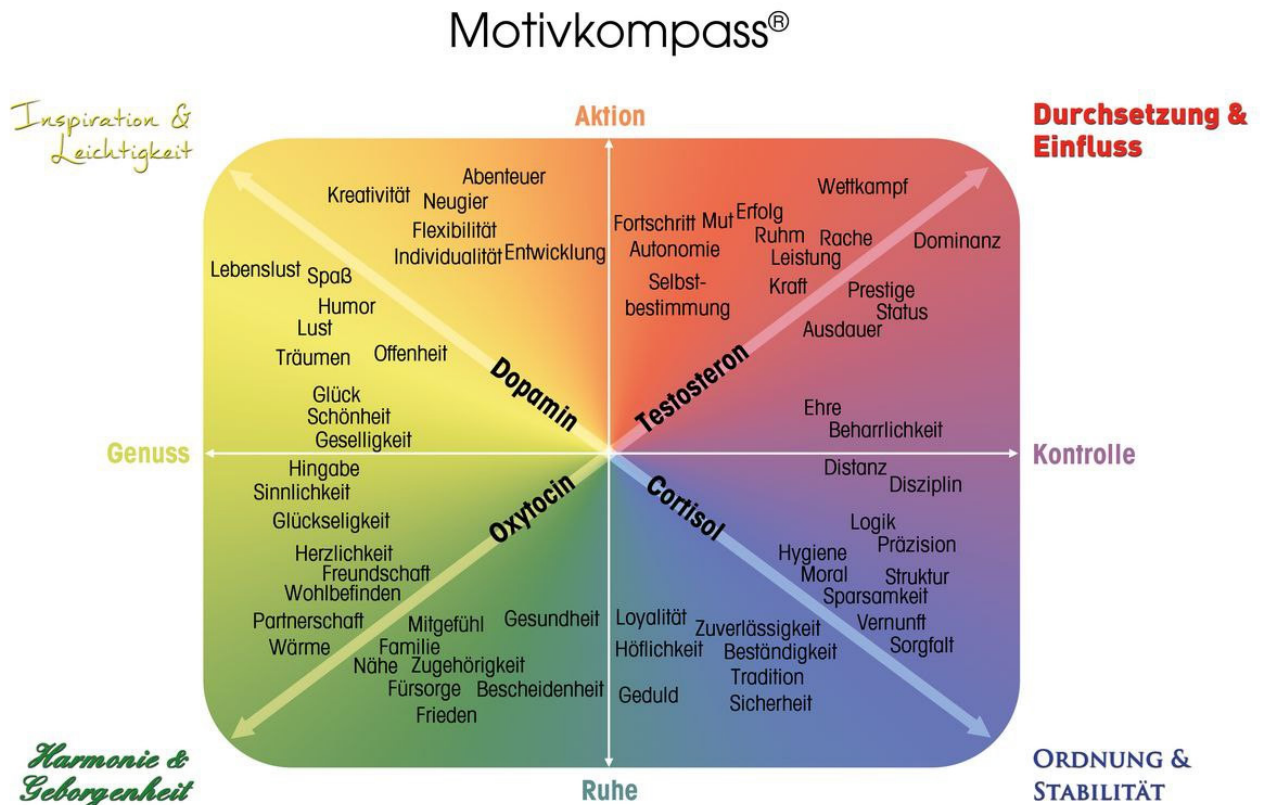
Schritt 2

Was ist gerade nicht stimmig?
Was ist innen und was zeigst du / machst du im Außen?

A vertical collage of science-related illustrations. At the top is the equation $E=Mc^2$. Below it is a blocky robot with a television screen for a head. Further down is a satellite dish. Below that is a graduation cap with a tassel. Next is a Mars rover with a solar panel. At the bottom is a paperclip. The background is a light beige color with faint, scattered dots.

A vertical strip of various school supplies including a robot, a compass, a pencil, a ruler, a paperclip, and a stapler.

Motivkompass nach Dirk Eilert



© 2016-2017, Dirk W. Eilert