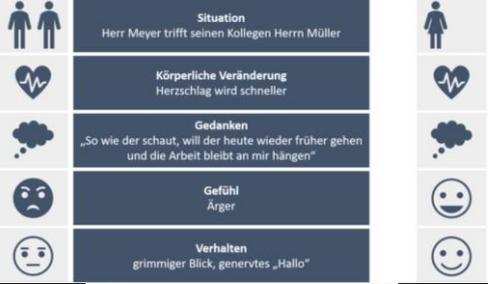


## Bildquellen

Bild	Quelle
 <p><b>Situation</b> Herr Meyer trifft seinen Kollegen Herrn Müller</p> <p><b>Körperliche Veränderung</b> Herzschlag wird schneller</p> <p><b>Gedanken</b> „So wie der schaut, will der heute wieder früher gehen und die Arbeit bleibt an mir hängen“</p> <p><b>Gefühl</b> Ärger</p> <p><b>Verhalten</b> grimmiger Blick, genervtes „Hallo“</p>	<p>©Präventa</p>
 <p>Präventa</p> <p>Übung: Meine Energiequellen und Energieräuber</p> <p>Aufgabenstellung: Überlegen Sie:  <ul style="list-style-type: none"> <li>• welche <b>substantielle Energiequellen</b> Ihrer Mitarbeitenden sind (Was gibt ihnen Energie? z. B. Sport machen)</li> <li>• welche <b>substantielle Energieräuber</b> Ihrer Mitarbeitenden sind (Was kostet sie viel Energie? z. B. lange Nachschichten)</li> </ul>         Notieren Sie diese in der Vorlage darüber!</p> <p>Quelle: <a href="http://www.energiequellen.de/energie-raeuber.html">www.energiequellen.de/energie-raeuber.html</a></p>	<p>©Präventa</p>