

Ressourcen-Mindmap

... eine treue Ratgeberin, ein gutes Selbst Management, eine gesicherte Finanzierung, eine Stunde joggen gehen. Deine persönlichen Ressourcen helfen dir, Stress zu vermeiden. Kennst du sie? Mach dir ein Bild davon, wer und was dir Kraft im Wissenschaftsalltag gibt! Erkennst du Lücken in deinem Ressourcen-Netz, dann können dir unsere Ressourcen auf dieser Plattform weiterhelfen. Und wenn du merkst, es hilft, check deine Ressourcen von Zeit zu Zeit nochmals durch.

