

NERDfall medizin

5-Punkte-Checkliste

für harte Tage



- **Bleib cool und verbreite keine Panik!** 😎
- Gegenseitige Wertschätzung und positive Verstärkung im Team sind *genau jetzt* wichtig – achte und schätze die Leistung Aller!
Gemeinsam statt einsam! 🥰
- Erwinnere dich an eine frühere herausfordernde Situation und wie du sie *erfolgreich* bewältigt hast. Jetzt ist es auch nicht anders!
Du hast schon Schlimmeres überstanden! 💪
- Du hast diese Situation und dieses System *nicht* geschaffen.
Du bist nicht daran schuld! 🤧
- Du bist hier, um die aktuelle Situation mit limitierten Ressourcen so gut wie möglich zu lösen. Es wird *nie* ideal sein. Aber:
Es wird wieder besser werden! 😊