

# Resiliencia en la educación durante el COVID 19

Arellano Yañez, Valeria

2020-12

---

<https://hdl.handle.net/20.500.11777/4814>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>



## Resilienz in der Bildung durch COVID-19



### Was is Resilienz?

Resilienz: du sollst dich positiv an Situationen anpassen



Im Leben



Zuhause



In der Schule

### Wie man Resilienz hat



Leb die  
emotionen  
ohne Angst



Lös die Probleme  
und befreie  
deinen Geist



Akzeptiere die  
Änderung



Sei  
Optimistisch

### Resilienz und Online-Bildung

Online-Bildung ist schwierig, aber wir müssen:



Optimistisch  
sein



Mehr lernen



Positiv sein



Verantwortlich sein



Sich bedanken



Keinen Streß machen



<https://view.genial.ly/5f7728750408af0da67aebd7/vertical-infographic-aleman>