

gesund, motiviert und kompetent

Die Arbeit in Kita und Krippe ist sinnstiftend, zugleich aber körperlich, emotional und organisatorisch anspruchsvoll. Mit zunehmender Berufserfahrung verändern sich Bedürfnisse, Ressourcen und berufliche Perspektiven. Diese Fortbildung unterstützt Sie dabei, Ihre Gesundheit, Motivation und Arbeitsfähigkeit langfristig zu erhalten. Sie reflektieren persönliche Stärken, erkennen Belastungen frühzeitig und entwickeln alltagstaugliche Strategien für einen guten Umgang mit Veränderungen. Dabei steht nicht das Alter als Defizit im Mittelpunkt, sondern Ihre Erfahrung, Ihre Kompetenzen und die aktive Gestaltung Ihrer beruflichen Zukunft im pädagogischen Beruf.

Die Fortbildung verbindet kurze fachliche Impulse mit Austausch, Selbstreflexion, praktischen Übungen und Fallbeispielen aus Kita und Krippe. Während des Tages formulieren Sie ein persönliches, realistisches Transferziel und planen konkrete Umsetzungsschritte.

Inhalte:

- Berufliche Belastungen und persönliche Ressourcen bewusster wahrnehmen
- Warnsignale von Überforderung frühzeitig erkennen
- Strategien für Stressprävention, Selbstfürsorge und Erholung anwenden
- Eigene Grenzen und Bedürfnisse wertschätzend kommunizieren
- Erfahrungen und Stärken gezielt ins Team einbringen
- Mit Veränderungen und unterschiedlichen Generationen konstruktiv umgehen
- Einen konkreten Handlungsschritt für Ihre Praxis planen

Kursnummer: 72-2027
Datum: 23. November 2027
Uhrzeit: 9.00 – 16.30 Uhr
Ort: Pädagogische Ideenwerkstatt BAGAGE
Kosten (€): 180,-
Zusätzliche: Pädagogik und Psychologie
Kategorie?:
Kursleitung: Bölstler, Renate
Belegung: Noch Plätze frei (13.10.2026)