



14,8 x 21,0, ca. 30 Seiten, DIN A5, 30 Karten, beidseitig bedruckt, auf festem 300g-Karton, folienkasch., farbig illustriert, inkl. method. Hinweise, in farbiger Pappbox, plastikfrei verpackt mit OVP-Siegel
EAN: 426069492 041 1
€ 22,00 (D) / € 22,70 (A) / sFr 26,40 (CH)

Cornelia Korreng

30 Selbstcoaching-Karten: Potenziale entfalten, Klarheit gewinnen, Lebensfreude stärken

Für Kita-Teams und Seminare

Selbstfürsorge-Ideen für Erzieher: Impulskarten zur Stressbewältigung

Pädagogische Fachkräfte in Kitas sind jeden Tag mit einer Vielzahl an unterschiedlichen Herausforderungen konfrontiert. Wenn wieder mal eine Kollegin ausfällt oder unter den Kindern Streit ausbricht, ist Stress vorprogrammiert. Auch „perfekte“ Tage stellen hohe Anforderungen an Erzieherinnen. Die Bildkarten von Cornelia Korreng bieten hilfreiche Achtsamkeitsübungen und Methoden zur Stressbewältigung. Tun Sie sich etwas Gutes und gehen Sie mit mehr Gelassenheit an die Arbeit!

- Bildkarten mit Zitaten auf der Vorderseite zur Einstimmung auf die Übung
- Impulse zur Einzelarbeit, für das Team und für die pädagogische Arbeit mit den Kindern auf der Rückseite
- Prioritäten setzen, Verantwortung teilen: So gelingt Ressourcenmanagement!
- 30 Impulskarten für den persönlichen Gebrauch oder als Anregung im Kita-Team
- Tipps gegen Stress: Für eine gesunde Work-Life-Balance

Achtsamkeit mit Kindern, Burnout-Prävention: Gelassenheit für jeden Tag

In der Ruhe liegt die Kraft, Pausen machen, Geduld üben – diese und viele weitere Impulse für mehr Zufriedenheit im Beruf sind auf die speziellen Anforderungen von pädagogischen Fachkräften in Krippe, Kindergarten und Kita abgestimmt. Sie lassen sich einfach in den Alltag integrieren und helfen, festgefahrene Muster zu durchbrechen. Die kurzen Übungen machen Ihnen Ihr eigenes Potenzial bewusst und unterstützen Sie dabei, im Berufsalltag mit mehr Achtsamkeit zu agieren.

So hat Stress keine Chance, Überforderung wird vermieden und die

Freude am Beruf bleibt langfristig erhalten!



© Angelika Güc

Cornelia Korreng

Cornelia Korreng, Diplom Sozialpädagogin (FH), ist Systemische Therapeutin/Familientherapeutin (DGSF), Marte Meo Fachberaterin und leitet das Institut für Entwicklung, Bildung, Erziehung in Buchbach. Für Kindertageseinrichtungen arbeitet sie als Supervision und im Fachkräfte-Coaching.

Bezugsmöglichkeiten

Alle Titel von Don Bosco Medien erhalten Sie in Ihrer Buchhandlung, im Onlinehandel oder direkt auf donbosco-medien.de. Telefonische Bestellannahme: + 49 / 89 / 4 80 08 – 3 30 (Mo. – Do.: 9:00 bis 17:00 Uhr und Fr. 9:00 bis 15:00 Uhr). Fordern Sie unseren aktuellen Katalog an.

Presse

Coverabbildungen, Autorenfotos, weiterführende Produkt- und Autoreninformationen, Kontakt zu Autoren und Rezensionsexemplare fordern Sie bitte hier an:

presse@donbosco-medien.de, Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 3 48

Lizenzen und Foreign Rights

Abdruckgenehmigungen richten Sie bitte an: rechte@donbosco-medien.de

Inlandslizenzanfragen und Foreign Rights richten Sie bitte an: rights@donbosco-medien.de

Wiederverkäufer

Verlagsauslieferungen

D: AZB Auslieferungszentrum Bercker, helga.behr@azb.de, Tel. 0 28 32 / 9 29- 2 90

A: Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH, bestellung@mohrmorawa.at, Tel. 01 / 6 80 14 – 0

CH: Balmer Bücherdienst AG, info@balmer-bd.ch, Tel. 055 / 4 18 89 89

Innendienst

Für Coverabbildungen, Titeldatensätze, Konditionen, Kontakt zum Außendienst, Büchertische und Veranstaltungen nehmen Sie bitte Kontakt auf mit:

vertrieb@donbosco-medien.de, Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 3 45