



Der Zauberstab

Liebe Fachkraft,

Bestimmt sind Ihnen jene Momente vertraut, die im pädagogischen Alltag auftauchen und in denen man sich einen Hauch von Zauber- kraft wünscht – das eine Kind bekommt seinen Hosenknopf nicht zu, das andere möchte ein Buch vorgelesen haben, das Telefon läutet, ein Elternteil möchte Ihnen noch etwas mitteilen usw. In solchen Augen- blicken sieht man sich danach, sich an einen idyllischen Ort zaubern zu können oder die Rahmenbedingungen in der Kita durch magische Weise verändern zu können.

Obwohl wir Menschen nie imstande sein werden zu zaubern oder über magische Fähigkeiten zu verfügen, können unsere Gedanken und unsere Vorstellungskraft dennoch eine belebende Kraft besitzen, die Positives bewirken kann. Unsere innere Einstellung hat Auswirkung darauf, wie wir Dinge wahrnehmen oder zulassen. Indem wir unsere Gedanken lenken und bewusst positive Vorstellungen zulassen, öff- nen wir Türen zu einem erweiterten Blick auf die Welt um uns herum. Unsere Vorstellungskraft ermöglicht es uns, Hindernisse als Chancen zu sehen und Rückschläge als Möglichkeit des Wachstums zu begrei- fen.

Die Kraft unserer Gedanken reicht sogar so weit, dass sie unser Ver- halten und unsere Handlungen beeinflussen kann. Wenn wir unsere Gedanken in positive Richtungen lenken, neigen wir dazu, mit mehr Optimismus an Herausforderungen heranzugehen. Dies wiederum kann zu einem verbesserten Umgang mit Stress führen. Positive Gedanken können sogar eine ansteckende Wirkung auf unser Umfeld haben.

KINDERWÜRDE
Udo Baer & Team



Online-Akademie
für mehr Qualität in Kitas

Es ist wichtig anzumerken, dass die Kraft der Gedanken nicht bedeutet, dass wir alle Probleme durch reine Vorstellungskraft lösen können. Dennoch ist es eine bewährte Methode, um unsere mentale Stärke zu fördern und unsere Haltung gegenüber verschiedenen Lebenssituationen zu verbessern.

Nun möchte ich Ihnen eine kleine kreative Aktivität vorschlagen und Sie einladen, einen Zauberstab zu basteln.

Der Zauberstab

Nehmen Sie ein Blatt Papier im Format DIN A4 und rollen Sie es an der langen Seite möglichst eng zusammen. Fixieren Sie es mit Klebstoff, um einen stabilen Papierstab zu formen – das ist Ihr persönlicher Zauberstab.

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und gestalten Sie Ihren Zauberstab nach Lust und Laune.

Nun, nehmen Sie sich einen Moment Zeit, um über Folgendes nachzudenken:

- ▶ Welche Aspekte in Ihrer Arbeit würden Sie gerne "wegzaubern"?
- ▶ Welche positiven Elemente würden Sie gerne "hinzuzaubern"?
- ▶ Was würden Sie gerne aus Ihrem alltäglichen Leben "wegzaubern"?
- ▶ Welche positiven Veränderungen würden Sie gerne in Ihrem alltäglichen Leben "hinzuzaubern"?
- ▶ Haben Sie eine Idee für einen ersten kleinen Schritt in Richtung Veränderung?
- ▶ Wer aus Ihrem Umfeld könnte Sie bei dieser Veränderung unterstützen?

Indem Sie diese Fragen reflektieren und auf den symbolischen Zauberstab übertragen, können Sie sich bewusst machen, welche Veränderungen Sie in verschiedenen Bereichen Ihres Lebens vornehmen möchten. Der Zauberstab dient als visuelle Erinnerung an Ihre Ziele und die kleinen Schritte, die Sie unternehmen können, um diese zu erreichen.

Ihr Dr. Udo Baer

