



Zeit für Veränderung

Jede Veränderung in uns und in unserem Alltag ist mit kleinen oder auch größeren Herausforderungen verbunden, welche für manche nicht nur von positiver Natur sind. Ich möchte Sie einladen, sich mit mir und jeder Ausgabe von UNSERE KINDER im Jahr 2023 auf etwas Neues einzulassen, etwas auszuprobieren und Freude am Tun zu verspüren. Unser beruflicher Alltag ist häufig (zu) voll mit Dingen, die kräftezehrend sind und uns den letzten Nerv rauben. Oft haben wir den Eindruck, dass der Stapel an Aufgaben stetig wächst und immer noch etwas dazu kommt.

Wann ist ein guter Zeitpunkt, um „alten Ballast“ abzuwerfen? Immer!

*Vielleicht kann folgender Impuls hilfreich sein: **„Was kann ich Altes weglassen, damit etwas Neues Platz hat?“***

*Schreiben Sie die Punkte, die Sie im Alltag weglassen möchten, auf einen Zettel und werfen Sie diesen anschließend weg. Es braucht keine große Veränderung zu sein, denn häufig sind es kleine Dinge, die kaum spürbar sind und dennoch etwas bewirken. Das „Es wird etwas weniger“-Gefühl ist wirklich wunderbar und gleichzeitig verändert sich damit unser Fokus. Diese Übung kann übrigens auch gut in eine Teambesprechung eingebaut werden. Probieren Sie es einfach aus!
In diesem Sinn wünsche ich Ihnen viele gelassene Momente sowie Freude und Leichtigkeit beim Los- bzw. Weglassen!*

*Herzlichst grüßt,
Bettina Grüsser*

Die Elementarpädagogin Bettina Grüsser BEd arbeitet als Regionalleiterin bei KiB3 (= Kirchl. Kinderbildungs- und Betreuungseinrichtungen) in Graz.
Kontakt: bettina.gruesser@kib3.at