

Ein wunderbares Anti-Stress-Training - nicht nur für Erzieher bestens geeignet

Der Beruf der Erzieherin, des Erziehers gehört zu den schönsten überhaupt. Schließlich ist es ein Geschenk, Kinder Tag für Tag beim Lernen, Erleben und Entdecken zu begleiten. Aber das Erzieher-Dasein ist oftmals mit Stress verbunden. Personalmangel, Bildungsstandards, Eltern- oder Teamkonflikte, Zeitdruck und vieles mehr zehren an den Kräften von Erwachsenen und setzen ihnen schwer zu. Doch damit hat es schon bald ein jähes Ende - dank der "Stress-weg-Box". Der Verlag an der Ruhr sorgt hier für Spaß, der nicht nur Erzieherinnen glücklich zu machen vermag. Die 25 kreativen Ideen zum Motivieren, Entspannen und Kraftschöpfen sind die beste Anti-Stress-Therapie der Welt und sorgen für gute Laune bei allen.

Auf 25 Karten findet man Wege, um schnell wieder das innere Gleichgewicht zu finden. Die witzigen Schwarz-Weiß-Illustrationen machen neugierig auf die Tipps, die man durchweg als äußerst wertvoll bezeichnen kann. Mit jeder Karte mehr, die man zur Hand nimmt, merkt man, wie einem die Last des Alltags von den Schultern genommen wird und man sich etwas leichter fühlt. Rollenspiele wie "Wir sind Katzen" tragen zum großen Spaß bei und lassen einem alle Pflichten für kurze Zeit vergessen. Milchshakes hingegen sind nicht nur köstlich, sondern sind auch ziemlich gesund. Hier gilt: Lachen entspannt! Ähnlich wie eine Kerzenmeditation, die einen von etwaigen Sorgen zu befreien scheint. Von solchen Ideen findet man in der Box noch einige mehr.

Entschleunigung ist gerade in der heutigen Zeit wichtiger denn je. Mit Hilfe der "Stress-weg-Box für Erzieherinnen" kommt man diesem Ziel einen großen Schritt näher. 25-mal hat man einen guten Grund zum Schmunzeln und darf dem Alltagswahnsinn für einen kleinen Moment entweichen. Die Karten sind wie Ruheinseln während der Arbeit, aber werden gewiss auch nach Feierabend zur Hand genommen werden - und zwar aus gutem Grund: Diese Tipps bedeuten ein Vergnügen, dem man sich liebend gerne mit allen Sinnen hingibt. Schade nur, dass man in dieser Box lediglich 25 Karten findet. Hier wünscht man sich viel, viel mehr von diesen. Diese Sammlung ist nämlich ein absoluter Volltreffer und sorgt als Geschenk für große Begeisterung - garantiert!

An den Karten in der "Stress-weg-Box" hat man zweifellos Spaß über viele Stunden, Tage und Wochen. Die Tipps sind jeder für sich ein Highlight. So wird die Impulssammlung zu einer wahren Schatzkiste. Diese Wohlfühlideen sind die schönsten Auszeiten, die man sich nur wünschen kann.

Susann Fleischer 04.11.2013