

## Infos zum Online-Kurs

### ÄLTER WERDEN IM BERUF

#### **Aufbrüche** und Brüche

Älter werden im Beruf kann viele Dimensionen haben und sowohl Herausforderungen als auch Chancen mit sich bringen.

Ältere Fachkräfte haben Veränderungen in der Pädagogik durchlaufen.

Die Ausbildung ist lange her und sie brauchen aktuelles Fachwissen, was regelmäßig aufgefrischt und reflektiert wird. Ihre Persönlichkeit hat im Laufe der Jahre Brüche und Aufbrüche erlebt und verarbeitet.

Die Erfahrung der älteren KollegInnen ist ein wertvolles Gut und ein unglaublicher Wissensschatz. Sie haben viele Kinder und deren Eltern kennengelernt, mit unterschiedlichsten Kolleg\*innen zusammengearbeitet, und mit verschiedenen Leiter\*innen und Trägern gearbeitet.

Älter werden im Beruf bedeutet auch, dass in der zweiten Lebenshälfte die Rahmenbedingungen des Arbeitsplatzes eine große Rolle spielen.

Jede Person altert individuell, es können körperliche und psychische Veränderungen auftreten und man stellt sich vielleicht immer mehr die Frage:

Wie gehe ich persönlich mit den Arbeitsbelastungen um und wie kann es mir gelingen als ältere Fachkraft meinen Wissensschatz weiterzugeben.

#### Seminarinhalte und Lernziele:

##### **Wir wollen u. a. folgenden Fragen nachgehen:**

- Langjährige Berufserfahrung und Resilienz
- Umgang mit Stressfaktoren in der Tätigkeit
- Persönlicher Wandel im Beruf und evtl. Einschränkungen
- Ältere Kolleg\*innen – als wichtige Stütze im Team
- Auf die eigene Gesundheit achten und eventuell Anpassungen vorzunehmen
- Die älteren und die jüngeren Kolleg\*innen - Dynamiken im Team
- Zusätzliche Belastungen des Alters mit Achtsamkeit aber auch Gelassenheit begegnen
- Wovon kann ich selbst, ein Team und auch die Leitung profitieren, wo müssen aber auch Grenzen gezogen werden?

#### Termine und Gebühren:

**Fortbildung:** Älter werden im Beruf  
**Zeitungfang:** 3 Abendtermine (Donnerstags)  
**Zeitraum:** 27. März & 03. & 10. April 2025  
**Ort:** Online-Seminar  
**Veranstalter:** Now&Next e.V. - Berlin

**Dozentin:**  
**Heidi Nicolai** [ Dipl. Psychologin ]  
**Astrid Sult** [ Dipl. Sozialpädagogin ]

**Kursgebühren:** 310,00 Euro

**[Anmeldung: [www.now-next.de](http://www.now-next.de)]**