

# Gesundheit erfolgreich unterstützen – Mental Health im Kita-Kontext

**Produktnummer**  
2026-2353SP

**Termin**  
15.07.2026  
09:00 Uhr bis 16:30 Uhr

**Gebühren pro Teilnehmer/-in**  
183,00 EUR

Die VWA geht davon aus, dass der Arbeitgeber die Teilnahmegebühr sowie Reisekosten übernimmt.

Pädagogische Fachkräfte, Auszubildende und Studierende, Führungskräfte und Leitungen, Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe

## Inhalte

- Einführung in das Thema mentale Gesundheit: Was bedeutet mentale Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen und warum ist sie so wichtig? Aktuelle Forschungsergebnisse bei Kindern und Jugendlichen
- Ich als Vorbild (Selbstwirksamkeit)
- Praktische Übungen für den Alltag (Gesprächstechniken, Übungen)
- Austausch und Vernetzung
- Ressourcen und Unterstützung

## Dozentin

**Julia Unterbirker**

Sozialpädagogik MA, Diplom-Pädagogin, Dozentin sozialpädagogische Fachschule

## Lernziele

Ziel des Seminars ist es, ein tiefgehendes Verständnis für die Bedeutung von mentaler Gesundheit bei Kindern, Jugendlichen und Fachkräften im Kita-Kontext zu vermitteln. Die Teilnehmenden lernen, wie sie ihre eigene und die psychische Gesundheit der Kinder und Jugendlichen fördern und gleichzeitig ein gesundes Arbeitsumfeld schaffen können, um die Qualität der Betreuung und Unterstützung der Kinder und Jugendlichen langfristig zu sichern. Sie erhalten praxisorientierte Ansätze und Tools, um frühzeitig Anzeichen von stressbedingten Belastungen zu erkennen, ihre Resilienz zu stärken und ein unterstützendes Umfeld innerhalb der Einrichtung auszubauen. Das Seminar fördert die Fähigkeit, sowohl die eigene mentale Gesundheit als auch die der Kinder und Jugendlichen aktiv zu schützen und

## Ort

VWA Bildungshaus  
Wolframstr. 32  
70191 Stuttgart

## Kontakt

### Information

Jasmin Riesle  
0711 21041-56  
j.riesle@w-vwa.de

### Konzeption und Beratung

Valerie Nübling  
0711 21041-43  
v.nuebling@w-vwa.de

[Anmelde- und  
Teilnahmebedingungen](#)

[Impressum](#)

[Datenschutzhinweise](#)

zu pflegen, um eine nachhaltige und erfolgreiche pädagogische Arbeit zu ermöglichen.

## **Methodik**

Das Seminar kombiniert theoretische Inputs mit praktischen Übungen, Gruppenarbeiten und Diskussionen. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, ihre eigenen Erfahrungen einzubringen und voneinander zu lernen.

## **Zielgruppe**

Pädagogische Fachkräfte, Auszubildende und Studierende, Führungskräfte und Leitungen, Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe