

---

## 19736 | Resilienz für Lehrkräfte - Stark bleiben im Schulalltag

---

Kurszeitraum: 18.12.2026

Kurspreis: 0,00 €

Kursort: bsw Bildungswerk der Sächsischen Wirtschaft gGmbH, Projekt Akademie Sachsen, Rudolf-Walther-Straße 4, 01156 Dresden, Ansprechpartner für Terminabsprachen, bsw Bildungswerk der Sächsischen Wirtschaft gGmbH, Projekt Akademie Sachsen digital, Gutenbergstraße 10, 04178 Leipzig, Christoph Preiß, christoph.preiss@bsw-mail.de, Telefon 0151 1109 6040

---

In diesem praxisnahen Workshop lernen Sie einfache Strategien und Werkzeuge kennen, um Ihre mentale Stärke zu festigen und Stresssituationen mit mehr Ruhe zu begegnen. Sie probieren leicht umsetzbare Techniken aus, die Sie langfristig im Unterricht, im Lehrerzimmer und privat anwenden können.