Bianca Kaminsky hat einen Online-Workshop für Lehrkräfte entwickelt, die sich wieder belastbar und gelassener fühlen wollen.

Vielleicht kennst du das: Du fragst dich an manchen Tagen, wohin die gelassene Lehrkraft von früher verschwunden ist? Du fühlst dich in deinem Alltag zunehmend erschöpft und wünschst dir deine Belastbarkeit zurück? Oder du reagierst schneller gereizt als früher – und fühlst dich mies, wenn dir in deiner Klasse der Kragen platzt?

Gerade in stressigen Zeiten, in denen dir alles zu viel wird, brauchst du einen möglichst robusten und soliden „Schutzschirm“. Resilienz ist ein solcher Schirm. Im Workshop erfährst du, was du brauchst, um deinen „mentalen Schutzschirm“ zu stärken. Wenn du deine Resilienz stärkst, kannst du nicht nur souveräner mit Krisen umgehen, sondern auch Stress und dem ganz normalen Alltagschaos gelassener begegnen.

Vielleicht sagt dir der Name Bianca Kaminsky bereits etwas? Sie war früher Lehrerin und langjährige Verlegerin des Lernbiene Verlags. Bianca hat umfangreiche Erfahrungen in der Bildungslandschaft gesammelt und arbeitet heute als zertifizierte Resilienztrainerin sowie Fachberaterin für Stress und Burnout. Auf Basis ihrer eigenen Erfahrungen als Lehrerin und dem jahrelangen Austausch als Verlegerin mit zahlreichen Lehrkräften hat sie ein spezielles Resilienztraining entwickelt.

Möchtest du mehr über den Workshop, die Termine oder Bianca erfahren? Dann schaue gern auf ihrer Website vorbei:

https://biancakaminsky.com/