

**Ausschreibung
Handwerkerschule
2025/2026**



Für die Durchführung eines Workshops für das Kollegium am **BSZ Technik II - Handwerkerschule Chemnitz** suchen wir einen fachkundigen Partner für psychologische Beratung bzw. Anti-Burnout- und Resilienz-Coaching

- zur Vermittlung von Basiswissen zum Transaktionalen Stressmodell nach Lazarus
- zur Weitergabe von Kenntnissen und Erfahrungen zu Burnout als Gefahr in der heutigen Arbeitswelt
- zur Sensibilisierung für stressauslösende Faktoren im Berufsalltag einer Lehrkraft
- zum Aufbau fachlicher Kompetenzen im Rahmen der individuellen Resilienzentwicklung
- zur Anleitung der praktischen Anwendung verschiedener Achtsamkeits- und Entspannungstechniken

Ort der Leistung:

BSZ Technik II - Handwerkerschule Chemnitz
Schloßstraße 3
09111 Chemnitz

Leistungszeitraum:

01.12.2025

Leistungsumfang:

Etwa 2 x 60 Minuten in Gruppen im Zeitraum von 12:30 bis ca. 15 Uhr

Allgemeine Ziele des Workshops sind:

- Bewusstsein für eigene Stressfaktoren im Alltag entwickeln
- Stressbewältigungsstrategien erlernen und anwenden
- Aufbau von Resilienz (mentale Widerstandskraft)
- Förderung von Achtsamkeit, Selbstfürsorge und positiver Haltung
- Entwicklung individueller Handlungspläne für den Alltag

Ihre Interessenbekundung zur Übernahme der o.g. Dienstleistung richten Sie bitte bis zum **18.11.2025** an info@bsz-handwerkerschule.de unter der Angabe (HWS_PÄDTAG_2025).

Bitte fügen Sie Angaben zu ihrer fachlichen Expertise, eine Konzeptskizze sowie einen aussagekräftigen Kostenvoranschlag bei.

Das Angebot muss sich im finanziellen Rahmen des dem BSZ zugewiesenen Budgets für das Schuljahr 2025/2026 bewegen.

Chemnitz, den 04.11.2025