

Vielfältige Anforderungen im Berufsalltag – Balance halten und Widerstandsfähigkeit erhöhen

Produktnummer
2026-2511SP

Termin
01.07.2026
09:00 Uhr bis 16:30 Uhr

Gebühren pro Teilnehmer/-in
308,00 EUR

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

Inhalte

- Psychische Widerstandskraft in Zeiten hoher Arbeitsbelastung und Veränderung bewahren
- Die sieben Säulen der Resilienz
- Hinderliche Muster identifizieren und bearbeiten
- Erkennen der Wechselwirkungen: Gedanken – Gefühle – Handlungen
- Stärken der inneren Haltung

Dozentin

Evelyn Kälker

Supervisorin (DGSV), Lehrcoach, Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Esslingen

Lernziele

Die Teilnehmer/-innen haben die Möglichkeit ihre Arbeitssituation zu reflektieren und für sich Wege zu finden, mit den vielfältigen Anforderungen besser umgehen zu können.

Zielgruppe

Alle Personen, die mit den vielfältigen Anforderungen im Berufsalltag zukünftig besser umgehen und Ihre Widerstandsfähigkeit erhöhen möchten.

Ort

VWA Bildungshaus
Wolframstr. 32
70191 Stuttgart

Kontakt

Information

Nikolett Bosnyak
0711 21041-37
n.bosnyak@w-vwa.de

Konzeption und Beratung

Lisa Weißer
0711 21041-51
l.weisser@w-vwa.de

[Anmelde- und
Teilnahmebedingungen](#)

[Impressum](#)

[Datenschutzhinweise](#)