

# Vielfältige Anforderungen im Bürgerbüro – Balance halten und Widerstandsfähigkeit erhöhen

Produktnummer 2026-1610SP

**Termin** 10.03.2026 09:00 Uhr bis 16:30 Uhr Gebühren pro Teilnehmer/-in 282,00 EUR

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

## **Einleitung**

Das Bürgerbüro: Treffpunkt vielfältiger Anforderungen von Bürger/-innen mit komplexen, fachlichen Themen unter zeitlicher Taktung und personellen Begrenzungen. Umso wichtiger ist es trotz allem Stress, in Balance und bei Kräften zu bleiben. In diesem Seminar schauen Sie auf sich und gewinnen Inspirationen, den Belastungen mehr Lebensfreude entgegenzusetzen.

#### **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

#### **Dozent**

#### Evelyn Kälker

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

## **Zielgruppe**

Mitarbeiter/-innen von Bürgerbüros und Bürgerämtern

## Lernziele

Die Teilnehmer/-innen haben die Möglichkeit, sich in Ihrer Arbeitssituation zu reflektieren und Ansätze zu entwickeln, mit den vielfältigen Anforderungen besser umzugehen.

## Ort

VWA Bildungshaus Wolframstr. 32 70191 Stuttgart

#### Kontakt

#### Information

Amelie Burkhardt 0711 21041-52 a.burkhardt@w-vwa.de

## Konzeption und Beratung

Hanna Baus 0711 21041-49 H.Baus@w-vwa.de

Anmelde- und Teilnahmebedingungen

**Impressum** 

**Datenschutzhinweise**