

# 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.

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

## Dozentin

### Evelyn Kälker

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

## Lernziele

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

## Zielgruppe

Mitarbeiter/-innen von Bürgerbüros und Bürgerämtern

## 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](#)