



SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

Vielfältige Anforderungen im Berufsalltag - Balance halten und Widerstandsfähigkeit erhöhen

Produktnummer
2025-41081S

Termin
03. Juli 2025
09:00 bis 16:30 Uhr

Gebühren pro Teilnehmer:in
300,00 € (inkl. Seminarunterlagen)

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

Inhalte

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

Dozentin

Evelyn Kälker

Supervisorin (DGSV), Lehrcoach (EASC)
Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Esslingen
Tätigkeitsschwerpunkte: Kommunikation und Gesprächsführung, Business Small Talk, Mitarbeiterführung und Coaching,
Bodyawareness Councillor, Bodyawareness Practitioner, Personalentwicklerin, seit über 20 Jahren in der Erwachsenenbildung tätig

Ziele

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

Ort

VWA Bildungshaus
Wolframstr. 32
70191 Stuttgart

[Google Maps](#)

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](#)