

## Vielfältige Anforderungen im Bürgerbüro - Balance halten und Widerstandsfähigkeit erhöhen

**Produktnummer**  
2025-54107S

**Termin**  
20. März 2025  
09:00 bis 16:30 Uhr

**Gebühren pro Teilnehmer:in**  
276,00 € (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
- 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 (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

### Ort

VWA Bildungshaus  
Wolframstr. 32  
70191 Stuttgart

[Google Maps](#)

### Kontakt

#### Information

Amelie Burkhardt  
0711 21041-52  
A.Burkhardt@w-vwa.de

#### Konzeption und Beratung

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

[Anmelde- und  
Teilnahmebedingungen](#)

[Impressum](#)

[Datenschutzhinweise](#)