

# Online Workshop

## Vereinbarkeit von Familie und Beruf

22.03.2023, 19.30 Uhr via Zoom



**Referentin:** Pia Brand, Psychologin

### Beschreibung:

Wir stolpern aktuell immer wieder über das Wort Vereinbarkeit, aber was heißt das überhaupt. Was wollen wir mit wem vereinbaren? Was wollen wir mit uns selbst vereinbaren. Was wirklich hilft im Schritt zur Vereinbarkeit ist es, seine Ziele genau zu kennen und vor Augen zu haben. Diese Ziele dann auch noch wertschätzend kommunizieren zu können und sich der Veränderung, die geschieht hinzugeben, ist die Königsklasse.

Im Workshop wird das Thema Vereinbarkeit einmal genau aufgeschlüsselt: wer spielt hier eigentlich alles mit? Worauf gilt es zu achten und was kann vielleicht einfach weg? Ich möchte mit Euch zusammen auf Eure Ziele gucken, diese so genau wie möglich formulieren, und zwar beruflich und privat.

Wir schauen dann, wie man diese Ziele klar kommuniziert.

Ich möchte Euch ein paar Strategien mit an die Hand geben, Veränderungen anzunehmen. Zu feiern, wenn Dinge für einen übernommen werden, das Neue daran entdecken.

### Anmeldung:

Moni Streidl, [mstreidl@nbh-ush.de](mailto:mstreidl@nbh-ush.de)

Familienstützpunkt  
bei Fragen rund um das Familienleben  
für Garching, Ismaning, Oberschleißheim,  
Unterföhring, Unterschleißheim  
Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e.V.  
Tel. 0157 36192219  
E-Mail: [mstreidl@nbh-ush.de](mailto:mstreidl@nbh-ush.de)

