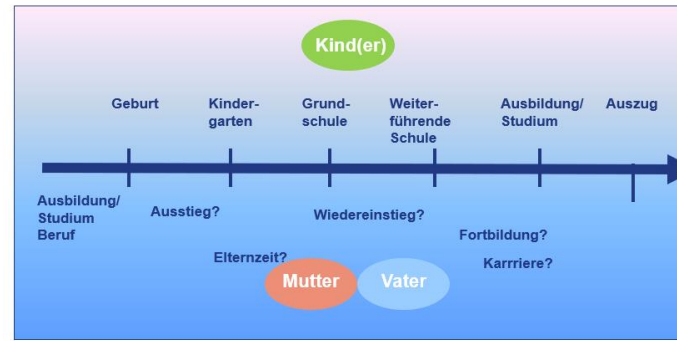


Beruf und Familie vereinbaren

Deine persönliche Einstellung

Standortbestimmung & Perspektive



Wo stehst Du heute?

Beruf

Familie

Ich

Wo willst Du hin?

- Wie alt bist Du, wenn Deine Kind(er) 18 Jahre alt sind?
- Wie soll Dein Leben dann aussehen?
 - Status Beruf?
 - Familie?
 - Freizeit/Freunde?

Beruf und Familie vereinbaren

Rollenbilder



Beruf und Familie vereinbaren

Ihre persönliche Einstellung

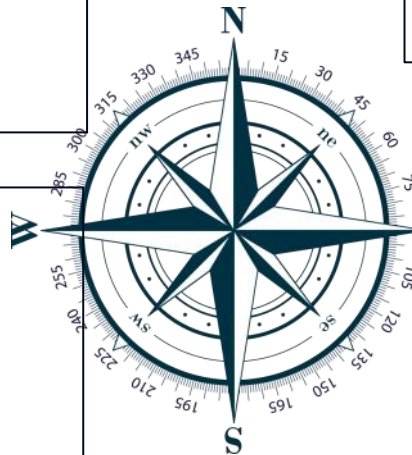
Entwickle Dein individuelles Vereinbarkeits-Modell

Verzichten:

Teilen

Optimieren

Verschieben



Beruf und Familie vereinbaren

Organisation & Planung



Zeitmanagement: 1. Schritt Analyse

Selbstbeobachtung:

Welche Tätigkeiten erledigen Sie in der Woche?

Wann?

Und wie lange brauchen Sie dafür?

	Montag	Dienstag	Mitwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
6:00							
7:00							
8:00							
9:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
0:00							