

## Workshop für Hochschulabsolventen mit dem Wunsch Familie und Beruf zu vereinbaren



**„Paare im Übergang“**  
Strategien zur Vereinbarkeit von  
Beruf – Partnerschaft und Familie

## Vorwort



**Volker Baisch** Geschäftsführer

### **Sehr geehrte Damen und Herren,**

Paare finden sich während des Studiums, bei einigen entsteht daraus eine feste Bindung, die in der Zukunft Bestand haben soll. Wer so früh schon „Ja“ sagt zu einem Partner oder einer Partnerin, ahnt, dass der Eintritt ins aktive Berufsleben einen Wandel in ihrem gemeinsamen Leben bedeuten wird; auf diesen sind nur wenige vorbereitet.

Aus dem Bedürfnis der Paare, ein stabiles Grundwissen für den Übergang zwischen Studium, Beruf und Familie zu erlangen, ist die Idee zu diesem Workshop entstanden. Diese Veranstaltung ist für Paare konzipiert: damit Partnerschaft in Zukunft weiterhin gelingt, das Begleiten der eigenen Kindern für beide möglich ist, und auch beider erworbenes Wissen aus dem Studium für Männer wie Frauen gleichermaßen Anwendung finden kann.

Einblick in die Arbeitswelt bekommen die Paare durch ein Gastunternehmen und zwei Trainer. Dabei machen sie sich vertraut mit Methoden zur selbstbestimmten Berufswahl, lernen mehr über ihre Rolle und das Verhalten innerhalb der Partnerschaft, ebenso über Kommunikationsformen, die für eine stabile Beziehung wertvoll sind. Damit sich Partnerschaft, Beruf und Familie in Zukunft gelungen miteinander vereinbaren lassen – dies ist der Nutzen für die Paare, die an diesem Workshop teilnehmen.

Wir sind davon überzeugt, dass dieser Workshop einen hohen Mehrwert für Ihre Universität bedeuten und von Paaren dankbar angenommen werden wird.

Volker Baisch

# WORKSHOP



## „Paare im Übergang“

### Strategien zur Vereinbarkeit von Beruf – Partnerschaft – Familie

Am Ende des Studiums verändern sich Ihre bis dato gewohnten Lebensarrangements. Die relative Sicherheit des studentischen Paar- und Studienlebens weicht einer eher ungewissen Zukunft.

Wie kann Ihnen als Paar der erfolgreiche Berufseinstieg gelingen und gleichzeitig die Beziehung als stärkende Ressource dienen?

Möglicherweise sind Sie bereits Eltern und stehen vor der Aufgabe, die eingespielten Routinen und Alltagsabläufe neu zu gestalten und auf den (gemeinsamen) Berufseinstieg abzustimmen.

In diesem Seminar geht es um Wissen und Methoden der Kommunikation zwischen Paaren und mit potentiellen Arbeitgeber\_innen. Wie erkenne ich die eigenen Bedürfnisse und kann sie in der Partnerschaft leben? Wie schaffen wir im Duo den Berufseinstieg und erreichen eine hohe Lebens- und Arbeitszufriedenheit? Sie als Paar werden befähigt, für sich, Ihre Partnerschaft und Ihre Familie individuelle Lösungen und Perspektiven zu entwickeln, auch um aktiv und selbstbewusst auf potentielle Arbeitgeber/-innen zugehen zu können.

#### INHALT

- Einblick – Wie stellt sich die Realität in Unternehmen dar, in Bezug auf Vereinbarkeit von Beruf & Familie
- Erwartungen der Akteure – Podiumsdiskussion mit Führungskräften eines Unternehmens
- Vermitteln von praktischem Wissen, um bewusste und unbewusste Fähigkeiten und Rahmenbedingungen für die richtige Berufswahl festzustellen
- Persönliche Motivanalyse für ein sinnvolles Berufsleben
- P.I.E. – eine Methode zum gezielten Aufbau von Netzwerken für den passenden Job
- Umgang mit geschlechtsspezifischen Rollenerwartungen, Glaubenssätzen in der Partnerschaft und wie man ihnen begegnet
- Förderliche Kommunikationsstrategien in Partnerschaften
- Strategien zur Vereinbarkeit von Beruf & Familie innerhalb der Partnerschaft

#### IHRE NUTZEN

- Konkrete Handlungsinformationen für die nächsten Schritte zum Berufseinstieg
- Insider-Kenntnisse aus Unternehmen
- Praxiserprobte Tools zur Selbstanalyse für hohe Lebens- und Arbeitszufriedenheit
- Umfangreiches Wissen aus der Praxis zur Vereinbarkeit von Beruf & Familie
- Kommunikationsmethoden für einen förderlichen Umgang in Beziehungen

#### TRAINER-DUO

- Maike Hansen & Ralf Haake

#### DATEN ZUR VERANSTALTUNG

- Datum: (werden individuell mit Ihnen vereinbart)
- Zeitraum: 2 Tage, jeweils 09.00 – 17.00 Uhr
- Seminarort: \_\_\_\_\_

- Anmeldung zur Veranstaltung & einer möglichen Kinderbetreuung: \_\_\_\_\_

- Tel.: \_\_\_\_\_
- Mail: \_\_\_\_\_

#### ANMELDEKRITERIEN

- mindestens eine Partnerin/ein Partner muss an der Universität Osnabrück eingeschrieben sein
- gemeinsame Teilnahme an dem Seminar
- Masterstudierende
- Bachelorstudierende ab dem 5. Semester

# INHALT

## 1. Tag

■ 09.00 Uhr	Begrüßung
■ 09.15 Uhr	Vorstellungen und Erwartungen der Teilnehmenden
■ 10.00 Uhr	Input Vereinbarkeit aus Paar-, Mutter-, Vater- und Unternehmenssicht
■ 10.30 – 11.00 Uhr	Frühstückspause
■ 11.00 Uhr	Input & Gruppenarbeit: Berufsorientierung mit der Methode LWP
■ 13.00 – 14.00 Uhr	Mittagspause
■ 14.00 Uhr	Warming-up
■ 14.15 Uhr	Input & Gruppenarbeit: Interessenbasiertes Netzwerken / Methode P.I.E.
■ 15.30 – 15.45 Uhr	Kaffeepause
■ 15.45 Uhr	Podiumsdiskussion mit Führungskräften eines Unternehmens: „Gelebte Familienfreundlichkeit im Unternehmen“
■ 16.45 Uhr	Tagesfeedback
■ 17.00 Uhr	Abschluss erster Tag

# INHALT

## 2. Tag

- |                     |  |
|---------------------|--|
| ■ 09.00 Uhr         | Start in den zweiten Tag   |
| ■ 09.15 Uhr         | Kurzinput & Gruppenarbeit (Frauen/Männer):<br>Rollenbilder von Frauen/Müttern und Männern/Vätern |
| ■ 10.30 – 11.00 Uhr | Frühstückspause  |
| ■ 11.00 Uhr         | Gruppenarbeit:<br>Gemeinsames Auswerten und Reflexion der Gruppenarbeit<br>vom Morgen            |
| ■ 13.00 – 14.00 Uhr | Mittagspause   |
| ■ 14.00 Uhr         | Warming-up   |
| ■ 14.15 Uhr         | Input & Gruppenarbeit:<br>„Motive und Herzensangelegenheiten für eine gemeinsame<br>Zukunft“     |
| ■ 15.30 – 15.45 Uhr | Kaffeepause  |
| ■ 15.45 Uhr         | Input & Paararbeit:<br>Kommunikation in der Partnerschaft  |
| ■ 16.45 Uhr         | Abschlussrunde   |
| ■ 17.00 Uhr         | Ende des Workshops   |

# TRAINERIN MAIKE HANSEN



## Zur Person

- Geboren 1968 in Buchholz in der Nordheide
- Mutter einer 8 jährigen Tochter und eines 11 jährigen Sohnes
- Wohnhaft in Hamburg
- tätig für das Fürstenberg-Institut, Hamburg

## Kompetenzen

- **Abschlüsse:** Diplom-Pädagogin (Schwerpunkt Erwachsenenbildung und Beratung)
- **Weiterbildung:** Systemische-Beratung, individualpsychologisch-pädagogische Beratung, Paarberatung, wingwave-Coach
- **Berufserfahrung:** Seit 6 Jahren in einer Unternehmensberatung als Beraterin und Coach für Führungskräfte und MitarbeiterInnen in Wirtschaftskonzernen. Davor 9 Jahre im Leitungsteam einer Reha-Einrichtung. Seit 16 Jahren Seminare und Workshops in verschiedenen Kontexten
- **Beratungsthemen:** Führungskräfteentwicklung, Vereinbarkeit Familie und Beruf, Work-Life-Balance, Begleitung bei Veränderungsprozessen, Konflikte im Team und in der Partnerschaft
- **Coachingthemen:** Persönliche und berufliche Veränderungsprozesse, Burnout-Prävention
- **Trainingsthemen:** Gesundheitsorientierte Führung, Work-Life-Balance, Stressmanagement, Zeit- und Selbstmanagement

# TRAINER RALF HAAKE



## Zur Person

- geboren 1966 in NRW
- Vater einer 21 jährigen Tochter
- wohnhaft in Hamburg
- tätig bei der Väter gGmbH

## Kompetenzen

- **Abschlüsse:** Systemischer Berater für Berufs- und Lebensgestaltung
- **Weiterbildung:** Zertifizierter Life/Work-Planning Trainer (Nach R. N. Bolles & J. Web), Systemische-Beratungs- und Coachingabschluss, Trainer zum ressourcenorientierten Selbstmanagement nach ZRM® (Zürcher Ressourcenmodell), Lizenzierter Scanup & EOS Potenzialanalysetrainer
- **Berufserfahrung:** 14 Jahre Management, davon 7 Jahre Geschäftsführender Gesellschafter Schwerpunkt: Unternehmensentwicklung, Personalführung, Change Management; 6 Jahre selbstständiger Unternehmensberater und Berater für Berufs- & Lebensgestaltung
- **Beratungsthemen:** Begleitung von Veränderungsprozessen in KMU, Potenzialanalyse, Zielvereinbarung, Entwicklung von Führungskompetenz
- **Coachingthemen:** Persönliche & berufliche Veränderungsprozesse, Burnout-Prävention
- **Trainingsthemen:** Ressourcenorientiertes Selbstmanagement, Life/Work-Planning

## Vorraussetzungen die erfüllt sein sollten

- mindestens eine Partnerin/ein Partner muss an der Universität eingeschrieben sein
- gemeinsame Teilnahme an dem Seminar
- Masterstudierende
- Bachelorstudierende ab dem 5. Semester

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung:

Väter gGmbH  
Ruhrstraße 19  
22761 Hamburg

Tel. (0 40) 88 16 89 24  
Fax (0 40) 88 16 89 23  
Mail [v.baisch@vaeter-ggmbh.de](mailto:v.baisch@vaeter-ggmbh.de)  
Web [www.vaeter-ggmbh.de](http://www.vaeter-ggmbh.de)

## Unser Buchtipp

Handfeste Tipps, wissenschaftlich untermauert. Ein Buch für Männer,  
die gute Väter werden wollen. Von Bernd Neumann und Volker Baisch.



ISBN 978 3 426 64482 9

Kontakt & Buchtipp