

Unsere beliebtesten Väter- Vorträge der letzten zwei Jahre im Väternetzwerk conpadres!

In 60-minütigen Vorträgen vermitteln wir Expertenwissen aus den Bereichen Vereinbarkeit, Partnerschaftlichkeit, Erziehung, Digitalisierung und Gesundheit - aus Vätersicht!

VÄTER- VORTRÄGE

Jetzt
unverbindliches
Angebot
anfordern!

Vereinbarkeit

Inhalt

Elternzeit ohne
Kariereknick - mit der
richtigen Strategie den
Chef überzeugen!

Was spricht für eine längere Elternzeit? Wie gestaltet ihr eine längere Elternzeit sinnvoll und strategisch? Ihr lernt den gesetzlichen Rahmen kennen und bereitet das Gespräch mit den Vorgesetzten vor.

Nie Zeit für Familie?
Klare Prioritäten
statt ständiger
Erreichbarkeit

Standortbestimmung zum Thema Selbstmanagement. Kennenlernen von Tools um eigene Ansprüche in den Griff zu bekommen. Tipps wie man Gewohnheiten ändert und den inneren Schweinehund überwindet.

Zum Glück Vater! Väter
zwischen Beruf und
Privatleben und ihre
Bedeutung für ihre
Kinder

Partnerschaftliche Modelle zur Aufteilung zwischen Familie und Beruf. Erprobte Vereinbarkeitsstrategien. Bedeutung von Vätern für ihre Kinder. Standortbestimmung und Status Quo der eigenen Work-Life-Balance.

Erziehung

Inhalt

Selbstbewusste
Töchter, starke Söhne!
Die wichtige
Bedeutung des Vaters!

Gesellschaftliches und erzieherisches Umfeld für Eltern und Väter. Unterschiedlichkeit von Jungen und Mädchen. Was Jungen und Mädchen heute von ihren Vätern brauchen. Die Vater-Tochter Beziehung.

Hör mir doch mal zu!
In der Familie besser
miteinander reden

Was sind die Bausteine einer gelungenen Eltern-Kind-Kommunikation? Tipps für unterstützende Elternworte in der "Trotzphase". Wie setzt Du Sprache wirkungsvoll ein, sodass der Selbstwert deiner Kindern gestärkt wird?

Perfektionismus in
der Erziehung

Typische Fallen erkennen. Kennenlernen der vier psychologischen Grundbedürfnisse. Antreiber „Sei perfekt!“ identifizieren. Auswege aus dem Perfektionismus. Umgang mit schlechtem Gewissen und entspanntes Erziehen!

KONTAKT

040 / 88 16 89 24
info@conpadres.de
www.conpadres.de

 **conpadres**

Gesundheit

Inhalt

Mit Widerstandskraft durch die Rush-Hour des Lebens

Erlernen von Methoden, um die mentale Widerstandsfähigkeit zu stärken und Resilienz aufzubauen. Persönliche Ressourcen identifizieren und steigern. Selbstreflektion, um die eigene Zielsetzung zu prüfen und evtl. anzupassen.

So helfen Rituale dabei, den Alltagsstress in Familien zu mindern

Die Bedeutung von Ritualen erkennen und gezielt im Alltag nutzen. Entlastungsrituale für die Partnerschaft etablieren. Tipps für weniger digitalen Alltagsstress!

Stress als Dauerbegleiter - wie Väter stressfrei leben können!

Wieso Stress normal ist und wie du damit konstruktiv umgehen kannst. Wie du dein persönliches Stresslevel rund um Familie & Beruf mindern kannst. Erste-Hilfe-Tipps für akuten Stress sowie Tipps für den Aufbau einer persönlichen Resilienz

Partnerschaft

Inhalt

Karrierekiller Mental Load - was Väter und Mütter jetzt dagegen tun können

Verstehen, was Mental Load ist und wie er den Alltag belasten kann. Praktische Tools, die dabei helfen, den Familienalltag besser zu organisieren. Aushandlungsstrategien in der Partnerschaft kennenlernen.

Reibung erzeugt Wärme - so bleiben Paare mit Kindern glücklich und im guten Kontakt

Wieso glückliche Paare gute Eltern sind. Tipps für das gelingende Wieder-Paar-sein. Umgang mit typischen Konflikten und Vorwürfen. Was tun bei Beziehungskrisen? Welche Rolle spielen die Kinder dabei?

Digitalisierung

Inhalt

Wie schütze ich mein Kind vor Cybermobbing?

Welche Gefahren können im digitalen Raum lauern? Woran erkenne ich, ob das eigene Kind betroffen ist? Wie kann ich meine Kinder stark machen im Umgang mit dem Internet? Wirkungsvolle Strategien, wenn mein Kind gemobbt wird.

Gegen den (digitalen) Alltagsstress - für Kinder, Väter und Paare!

Passende Rituale gezielt für dem HomeOffice- und Familienalltag nutzen. Entlastungsrituale für die Partnerschaft. Tipps für weniger Alltagsstress mit Kindern und Jugendlichen.

JETZT
UNSER
ANGEBOT
BUCHEN!