

[Free download] Kind + Karriere + Ich? Wie verbinde ich Kind Karriere und bleibe dabei ich selbst?
(German Edition)

Kind + Karriere + Ich? Wie verbinde ich Kind Karriere und bleibe dabei ich selbst? (German Edition)

Madame Missou

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



[Download](#)

[Read Online](#)

2016-04-06 2016-04-06 File Name: B016UD2590 | File size: 66.Mb

Madame Missou : Kind + Karriere + Ich? Wie verbinde ich Kind Karriere und bleibe dabei ich selbst? (German Edition) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised

Kind + Karriere + Ich? Wie verbinde ich Kind Karriere und bleibe dabei ich selbst? (German Edition):

***** Bereits über 5.000 Downloads seit Erstveröffentlichung *****
Leserstimmen zum Buch "Der Inhalt ist gut zusammengestellt, verständlich formuliert und im Alltag leicht anzuwenden." "Dieser Ratgeber ist zur Einfuhrung geeignet und durchaus empfehlenswert." "Lebhaft geschrieben und gut recherchiert ist dies "der Leitfaden" für die heutige Frau." "45 Minuten Lesezeit die gut angelegt sind." Über das Buch Wie verbinde ich Kind und Karriere und bleibe dabei ich selbst? Diese Frage stellen sich wohl viele Frauen (und vielleicht auch Männer) immer wieder und versuchen dabei vor allem, es den anderen recht zu machen. Sie machen überstunden für den Chef, backen Kuchen für den Kindergarten und fallen nach einem anstrengenden Tag ins Bett. Doch das muss alles gar nicht sein. Es ist alles eine Frage der Planung, denn nur eine entspannte Mutter ist auch für die Familie der ruhende Pol. Dabei ist es wichtig, sich selbst im Auge zu behalten und mit kleinen Tricks und viel Organisation Inseln im Alltag zu erschaffen, die immer wieder für Ruhe und Entspannung sorgen. Dieses kleine eBook gibt einen ersten Anstos; in die richtige Richtung, nur die finale Umsetzung muss dann letztendlich - wie so oft - noch allein durchgeföhrt werden. Ein Buch für alle Muttis (und Papas) drauszugehen, denen das Kunststü;ck "Kind + Karriere + Ich selbst bleiben" gelingen soll und die sich zum Einstieg in das Thema einen kleinen Ratgeber wünschen, der die wichtigsten Erkenntnisse und Regeln kurz knapp in angenehmen 45 Leseminuten vermittelt - und der das Ganze mit einer Prise Humor garniert...
Inhaltsverzeichnis zu "Kind + Karriere + Ich"
1. Einleitung
2. Wie verbinde ich Kind und Karriere und bleibe dabei ich selbst?
2.1 Die erste Zeit mit dem Kind genießen
2.2 Was ist die Work Life Balance?
2.3 Effektiv arbeiten - sich den Alltag einteilen
2.4 Inseln für mich selbst
2.5 Die Mitarbeit des Partners im Alltag
2.6 Selbstvorwürfe vermeiden
2.7 In den Alltag einbauen: Ein regelmäßiges Treffen mit Freunden
2.8 Arbeit und Familie richtig trennen
2.9 Hilfe von aus; holen
2.10 Sich lang gehegte Wünsche erfüllen
2.11 Auf Teilzeit arbeiten gehen
2.12 Sich den Wiedereinstieg in den Job einfach machen
2.13 Krisensituationen entspannt meistern
2.14 Warum Frauen mit Familie prädestiniert für die Karriere sind
2.15 Die Familie als Energiequelle nutzen
3. Schlusswort
4. Anhang, Rechtliches und Impressum
Aus der Reihe "Madame Missou KOMPAKT - Wissen in 45 Minuten" Buchumfang: Ca. 45 Minuten Lesezeit, 22 DIN-A4 Seiten, 35.000 Zeichen, 5.500 Worte