

# Weiterbildungskurs

## Work-Life Balance fördern

Die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben ist für immer mehr Menschen jeden Alters und Geschlechts ein wichtiges Anliegen. Die Teilnehmenden des Kurses lernen aufgrund aktuellen wissenschaftlichen Wissens, welche Aspekte die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben aus betrieblicher und individueller Sicht beeinflussen und wie die Vereinbarkeit gesteigert werden kann. Die Kursteilnehmer werden bei der Anwendung dieses Wissens in die eigene Arbeitspraxis unterstützt.

Unternehmen müssen Mitarbeitenden Bedingungen bieten, welche diese Vereinbarkeit erlaubt. Nur so können sie auch in Zukunft attraktive Arbeitgeber sein und die besten Mitarbeitenden motiviert und leistungsfähig erhalten. Auch der Anspruch an Führungspersonen steigt, mit Themen der Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben persönlich und als Vorgesetzte kompetent umgehen zu können. Zudem suchen immer mehr Personen persönliche Unterstützung durch Laufbahnberatungen und Coaching, um eine bessere Work-Life Balance zu erreichen.

### Ziele des Kurses

Die Teilnehmenden lernen aktuelle wissenschaftliche Konzepte, Modelle und empirische Forschungsbefunde zur Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben kennen und können diese kritisch bewerten. Die Teilnehmenden lernen verschiedene organisationale und individuelle Interventionsmöglichkeiten und Praxisbeispiele zur Förderung einer besseren Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben kennen und erarbeiten konkrete Ideen, wie das erworbene Wissen in der eigenen Arbeitspraxis angewandt werden kann.

### Basisinformationen

**Abschluss:** Kursbestätigung der Universität Bern

**Umfang:** 24 Präsenzlektionen; 2 ECTS

**Dauer:** 3 Tage

**Daten:** 1. Durchführung: 2./3./4. September 2019  
(Anmeldeschluss 12. August 2019)

2. Durchführung: 13./14./15. November 2019  
(Anmeldeschluss 23. Oktober 2019)

**Durchführungsort:** Universität Bern, Bern

**Unterrichtssprache:** Deutsch

**Kosten:** CHF 2'400.-

**Anmeldung:** Christine Soltermann, Sekretariat Abteilung Arbeits- und Organisationspsychologie.

Mail: [christine.soltermann@psy.unibe.ch](mailto:christine.soltermann@psy.unibe.ch)

Telefon +41 31 631 40 45

**Trägerschaft:** Universität Bern, Institut für Psychologie, Abteilung für Arbeits- und Organisationspsychologie

# Weiterbildungskurs

## Work-Life Balance fördern

### Detailinformationen

#### Kursinhalte

Die Teilnehmenden erhalten einen Überblick über den aktuellen Stand der internationalen Forschung zur Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben. Verschiedene wissenschaftlich fundierte Interventionsmöglichkeiten auf betrieblicher und individueller Ebene werden behandelt. Konkrete Praxisbeispiele zur Verbesserung der Vereinbarkeit von Beruf und Familie werden diskutiert. Der Kurs endet mit Übungen zum Transfer des Gelernten in die eigene Arbeitspraxis.

#### Methodik

Der Kurs basiert auf einer Mischung von Input Referaten durch den Dozenten und Vertreter aus der Praxis sowie Diskussionen und Übungen in der Gruppe.

#### Zielpublikum

Der Kurs richtet sich an alle Personen, welche ihr Wissen und ihre Kompetenzen im Umgang mit Themen der Work-Life Balance erweitern wollen, wie z.B. Human Resources Management (HR), Organisationsentwicklung, Personalentwicklung, Diversity Management, betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM); Führungskräfte; Berufs- und Laufbahnberatung, oder Coaching.

#### Dozenten/Kursleiter

**Prof. Dr. Andreas Hirschi** ist Ordentlicher Professor für Arbeits- und Organisationspsychologie an der Universität Bern. Er ist einer der führenden Forschenden Europas zu Themen der Karriereentwicklung und Laufbahnberatung. Ein Hauptaspekt seiner Forschung befasst sich mit der Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben in der beruflichen Entwicklung. Nebst der universitären Forschung und Lehre hat er jahrelange Erfahrung in der Praxis der Laufbahnberatung und Erwachsenenbildung.

In Kooperation mit der **Fachstelle UND**. Seit mehr als 20 Jahren fördert die Fachstelle UND die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben auf individueller, betrieblicher und gesellschaftlicher Ebene. Sie setzt sich dafür ein, dass Menschen die verschiedenen Lebensbereiche nach ihren individuellen Bedürfnissen gestalten und aufeinander abstimmen können. Die Fachstelle UND analysiert die entsprechenden Voraussetzungen in Organisationen und begleitet diese bei der Umsetzung geeigneter Massnahmen. Sie berät Mitarbeitende zur persönlichen Vereinbarkeitssituation und engagiert sich in der Öffentlichkeit für Vielfalt und Gleichstellung.

#### Abmeldebestimmungen

Ein Rückzug der Anmeldung vor dem Anmeldeschluss des Studienganges ist ohne Kostenfolge möglich. Bei einer Abmeldung nach Anmeldeschluss werden die Kursgelder für den gesamten Studiengang in voller Höhe in Rechnung gestellt. Wenn für die abgemeldete Person ein Ersatz gefunden werden kann, werden einzig Bearbeitungskosten von CHF 200.- in Rechnung gestellt. Werden Teile oder der ganze Studiengang nicht besucht, besteht kein Anspruch auf Rückerstattung oder Erlass der Kursgelder. Der Abschluss einer Annullationskostenversicherung ist den einzelnen Teilnehmenden überlassen.

