



26.08.2026



16:30-18:00



kostenfrei



Zoom

ZEITMANAGEMENT & NEURODIVERGENZ

In unserem **kostenfreien Online-Workshop für neurodivergente Frauen** sprechen wir über Zeitblindheit, warum Priorisierung von Aufgaben neurodivergenten Gehirnen teilweise so schwer fällt und welche Methoden dabei helfen könnten.

Anmeldung bis 21.08.:

koko@frauenbildungsnetz.de

INHALT

Wie nimmt das Gehirn eigentlich **Zeit** wahr und warum kann diese **Wahrnehmung** individuell so stark variieren? Wieso sind manche Menschen einfach **zeitblind** und welche **Tools** können helfen, **Aufgaben** und **Deadlines** besser im Blick zu behalten?

Diesen und weiteren Fragen widmen wir uns gemeinsam im Online-Workshop. Wir stellen **verschiedene Methoden** für den Arbeitsplatz vor, geben **Lösungsstrategien** - etwa für die Priorisierung von Aufgaben - an die Hand und tauschen uns über **gesammelte Erfahrungen** aus.

Dabei berücksichtigen wir **unterschiedliche Bedürfnisse** neurodivergenter Menschen im Arbeitsalltag und beleuchten **verschiedene Berufsgruppen**.

Freue dich auf eine Mischung aus **Input und Austausch** sowie ausreichend Platz für deine Fragen.

KONZEPT

Diese Veranstaltung ist für **neurodivergente Frauen**, die sich in Ausbildung, Studium, Weiterbildung, Arbeit etc. befinden oder auf der Suche danach sind.

Für die Teilnahme wird **keine offizielle Diagnose** benötigt.

Wir bemühen uns bei unseren Veranstaltungen um **möglichst wenig Barrieren**.

Für dieses Format werden z.B. **Live-Untertitel** in Zoom angeboten.

Das Einschalten von Kamera und Mikro ist **freiwillig** und keine Voraussetzung für die Teilnahme.

Wir **verzichten** in unserem Workshop-Konzept auf **Breakout-Rooms** und **Gruppenarbeiten**.

Ihr braucht weitere Tools, um teilnehmen zu können? **Kommt gerne auf uns zu und wir suchen gemeinsam nach einer Lösung.**

ABLAUF

16.25 Uhr

- Ankommen und Technik-Check

Ab 16:30 Uhr

- Vorstellung Projekt und Workshopleitung
- Einführung Zeitmanagement und Neurodivergenz
- Woher kommt eigentlich das Zeitgefühl?
- ...

10 Minuten Pause

-
- Raum für Fragen & weiteren Austausch

Ab 17:50 Uhr

- Feedbackrunde, mit Online-Formular
- Abschluss