

## Therese Albrechtson – aktuell med ny bok och föreläsning

Therese Albrechtson har föreläst nästan 1 000 gånger i tolv (12) länder om bl.a. entreprenörskap, mod och positivt tänkande! Nu är Therese högaktuell med en ny bok som handlar om vår tids största utmaning, livspusslet! Hon har ställt sig själv och andra kvinnor frågan om det går att kombinera föräldraskap med karriär och ett "perfekt yttre".

Therese är nu klar med boken "Dålig mamma...eller superkvinna?" efter ca 1,5 års studier av forskningsrapporter, litteratur och framförallt massor av djupintervjuer med kvinnor som försöker kombinera barn och karriär.

Therese har intervjuat allt ifrån Sveriges maktelit till framgångsrika entreprenörer, näringslivsfolk, politiker, sportstjärnor till nöjesprofiler. Som grund har hon sin egen erfarenhet av hur det är att vara mamma och karriärkvinna i ett av världens mest jämställda länder.

Hon har intervjuat bl.a. Camilla Läckberg, Ebba Busch Thor, Jessica Almnäs, Annie Lööf, Elaine Eksvärd, Anna Kindberg Batra och Hedvig Lindahl.

### **Boken blir även en ny föreläsning**

Det blev inte enbart en bok utan även en föreläsning med samma namn – "Dålig mamma... eller superkvinna?"

### **Dålig mamma eller superkvinna? – ny föreläsning!**

Under sin föreläsning tar Therese bl.a. upp följande;

- Föräldraskap är en karriärbroms för kvinnor.
- Skam, skuld och otillräcklighet – vad gör du med dessa tankar?
- Är du mamma och samtidigt vill jobba? Så blir du INTE utbränd!
- Jämställdhet är en nyckeln till att bota kvinnors psykiska ohälsa.
- Dålig mamma är känslan – superkvinna är sanningen!
- Det går INTE att få ihop allt!
- Karriär och föräldraskap och ett perfekt yttre.



Förutom sina föreläsningar i ämnet kommer Therese att delta i paneldebatter, samtal och leda workshops.

- När jag själv fick barn blev det uppenbart för mig hur olika män och kvinnors spelplaner fortfarande är i Sverige. Tyvärr innebär en framgångsrik karriär för kvinnor inte sällan utbrändhet, skilsmässa, skam och skuld, säger Therese.

Kvinnors sjukskrivningar har ökat med 90% och när kvinnor får sitt andra barn är mammor dubbelt så mycket sjukskrivna som pappor.

- Boken är uppbyggd av tankar hur kvinnor i karriären tänker, hanterar krav och förväntningar samt inte minst vad samhället i stort måste göra, säger Therese.

Utöver detta finns det stöd av både forskning och statistik i boken.

