

11.12.2015 10.00 – 18.30 Uhr

Erstes Vorsingen? – Bewerben auf Professur

Trainerin: Dr. Dita Kuchenbrandt, Training und Beratung für Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler

Wer eine dauerhafte Karriere in der Wissenschaft anstrebt, findet sich früher oder später vor der subjektiv größten Hürde der wissenschaftlichen Laufbahn wieder: die Bewerbung auf eine Professur.

Das Seminar beschäftigt sich mit:

- den nötigen Qualifikationen für eine Professur,
- den schriftlichen Bewerbungsunterlagen sowie
- mit inhaltlichen und strategischen Überlegungen für Berufungsvortrag, Lehrprobe und Kommissionsgespräch.

Dabei werden die wichtigsten Stationen und die kritischen Momente des Auswahlprozesses, typische Fragen im Kommissionsgespräch, mögliche Fallstricke während des Berufungsvortrags und der Lehrprobe, aber auch die ambivalenten Interessen innerhalb einer Berufungskommission thematisiert.

Darüber hinaus werden die erfolgreiche Selbstpräsentation sowie die Herausstellung der eigenen Qualifikationen in den verschiedenen Phasen des Berufungsverfahrens trainiert.

Geb. 16.11. (Verwaltung/Rektorat), Ebene 01, Sitzungssaal 2
Anmeldefrist: 20. November 2015

BLOCKSEMINAR: 14. und 15.01.2016 10.00 – 17.15 Uhr

Stimme und Körpersprache als Erfolgsfaktor – Basisseminar

Trainerin: Katharina Padleschat, Voice Coach

Eine klangvolle, souveräne Stimme verschafft einen klaren Wettbewerbsvorteil, ob beim Vortrag, in der Lehre oder in der Präsentation. Sie sind kompetent und das soll man hören und sehen!

In diesem zweitägigen Seminar trainieren Sie, wie Sie professionell mit Ihrer Stimme umgehen können und auch in Stresssituationen authentisch, überzeugend und sicher klingen.

Dieses Seminar vermittelt Ihnen gutes Basiswissen zu folgenden Themen:

- Das Instrument Stimme
- Atemtechnik
- Entdeckung und Optimierung der eigenen Stimme und Stimmkraft
- Warm-Up für die Stimme und anspruchsvolle Sprechsituationen
- Artikulation
- Körpersprache und Stimme im Einklang
- Pflege der Stimme
- Freie Rede, stimmliche Selbstpräsentation

Geb. 16.11. (Verwaltung/Rektorat), Ebene 01, Sitzungssaal 2
Anmeldefrist: 18. Dezember 2015

BLOCKSEMINAR: 10. und 11.03.2016 09.00 – 17.00 Uhr

Konflikte erkennen, verstehen und lösen – Konfliktmanagement für Wissenschaftlerinnen

Trainerin: Regina Brehm, Organisationsberaterin und Coach im Wissenschaftsbereich

Um als (Nachwuchs-)Wissenschaftlerin in der Organisationshierarchie einer Hochschule kompetent auftreten und wirkungsvoll agieren zu können, sind heutzutage neben fachlichen Kompetenzen ein hohes Maß an Selbstreflexion sowie Managementwissen und -handwerkszeug notwendig.

Konfliktreiche Situationen konstruktiv und professionell zu gestalten, ist originäre Selbst-Führungsaufgabe. Die Kunst besteht darin, jeweils situativ zu entscheiden, auf welche Art und Weise die Situation zu meistern ist.

Leitfragen hierzu sind u. a.:

- Welche Konfliktlösungsstrategien wende ich an, welche sind wirkungsvoll, welche laufen ins Leere, welche will ich mir ganz neu aneignen?
- Wie finde ich das rechte Maß zwischen „Übersteuern“ und „nichts tun bzw. aushalten“?
- Wie kann ich Konfliktgespräche sowohl auf horizontaler als auch auf vertikaler Ebene in der Organisation erfolgreich führen?
- Was kann ich tun, wenn ich alleine mit Gesprächen nicht mehr weiterkomme?

Das Seminar bietet Wissenschaftlerinnen konkrete Unterstützung, um für herausfordernde, beruflich und persönlich bedingte Konflikte individuelle, situationsangemessene und persönlich stimmige Handlungsstrategien zu entwickeln. Sie lernen, ihre Lösungskonzepte und -strategien zu erweitern auch und vor allem in realen Dilemma-Situationen.

Geb. 16.11. (Rektorat/Verwaltung), Ebene 01, Sitzungssaal 1
Anmeldefrist: 18. Februar 2016

Wissenschaftlerinnen in Führung



SELBSTsicher KONFLIKTsicher ZIELSicher

Qualifizierungsprogramm für Wissenschaftlerinnen
im Wintersemester 2015/2016 an der
Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf

Ein Projekt der Gleichstellungsbeauftragten



Gleichstellungsbeauftragte

Seminare und Workshops 2015

zur Qualifizierung von Wissenschaftlerinnen an der HHU

Folgende Seminare und Workshops werden im Wintersemester 2015/2016 über die Personalabteilung (Organisation und Entwicklung) an der HHU angeboten:

30.10.2015 10.00 – 17.00 Uhr

Presentation Skills – Sicher präsentieren auf Englisch

10.11.2015 10.00 – 17.15 Uhr

Frauen und Männer im Beruf – Das Schauspiel mit der Macht

27.11.2015 10.00 – 18.00 Uhr

Frauen in der Führungsaufgabe. Mit Stimme, Charme und Methode - Erfolgreich führen mit Kompetenz und Empathie

11.12.2015 10.00 – 18.30 Uhr

Erstes Vorsingen? – Bewerben auf Professur

14. und 15.01.2016 10.00 – 17.15 Uhr

Stimme und Körpersprache als Erfolgsfaktor – Basisseminar

10. und 11.03.2016 09.00 – 17.00 Uhr

Konflikte erkennen, verstehen und lösen – Konfliktmanagement für Wissenschaftlerinnen

Projektleitung: Dipl.-Ing. Sanda Grätz, VD'in
Gleichstellungsbeauftragte der HHU

Ansprechpartnerin: Rebecca Ruhaas
Dezernat 3.3 – Entwicklung und Organisation
Gebäude 16.11 | Ebene 02 | Raum 49
Telefon 0211 81-11827 | Telefax 0211 81-10461

Anmeldung: Rebecca.Ruhaas@hhu.de
Anmeldefristen: www.hhu.de/gleichstellung

Die Teilnahme ist kostenfrei. Bitte beachten Sie die jeweilige Anmeldefrist. Teilnehmerinnenzahlen sind beschränkt.

Finanziert aus zweckgebundenen Mitteln des Ministeriums für Innovation, Wissenschaft und Forschung des Landes NRW zur Steigerung des Frauenanteils in der Wissenschaft.

30.10.2015 10.00 – 17.00 Uhr

Presentation Skills – Sicher präsentieren auf Englisch

Trainerin: Astrid Oldekop M.A., Trainerin, Moderatorin und internationale Wirtschaftsjournalistin

Gute Präsentationen auf Englisch sind die Visitenkarte jeder Wissenschaftlerin, bleiben aber für viele eine große Herausforderung. Dabei helfen schon einfache Techniken, ein überschaubares Vokabular und feste Redewendungen, den Rednerinnen Sicherheit in der fremden Sprache zu geben, so dass sie ihre Ergebnisse überzeugend und entspannt präsentieren können.

Auf was man bei englischen Präsentationen besonders achten sollte, welche Chancen das Englische bietet, wie man wissenschaftliche Ergebnisse überzeugend und anschaulich auf Englisch präsentiert, das lernen Sie in diesem praxisbezogenen Seminar, in dem Sie Gelegenheit haben, das Gelernte sofort im geschützten Raum umzusetzen.

Sie lernen:

- notwendige Präsentationsvokabeln und Redewendungen,
- Strukturierungstechniken auf Englisch,
- einen überzeugenden Auftritt, den Sie im geschützten Raum einer Kleingruppe mit anderen Frauen üben,
- den souveränen Umgang mit Störungen, schwierigen Fragen und Killerphrasen

Geb. 16.11. (Verwaltung/Rektorat), Ebene 01, Sitzungssaal 2
Anmeldefrist: 09. Oktober 2015

10.11.2015 10.00 – 17.15 Uhr

Frauen und Männer im Beruf – Das Schauspiel mit der Macht

Trainerin: Katharina Padleschat, Training/Coaching

Die Kommunikation zwischen Mann und Frau, ob nun verbal oder non-verbal, ist immer wieder ein enorm wichtiges Thema – besonders im Beruf.

Egal, ob Frau es als Vorgesetzte, Studentin, Professorin oder Mitarbeiterin/Kollegin mit Mann zu tun hat, – es ist hilfreich, wenn sie männliche Denk- und Reaktionsweisen kennt und sich damit auseinandersetzt, denn: Die meisten Hierarchien und Regeln im Berufsleben sind nach wie vor von Männern bestimmt – ob in der Geschäftswelt oder in der Wissenschaftslandschaft.

Gute Kommunikation ist immer eine Frage von Augenhöhe, Klarheit und Empathie. Auch zwischen Frau und Mann.

Theoretisch ist das allen Frauen klar – aber in Realsituationen, wie Meetings, Gehaltverhandlungen, Terminvereinbarungen oder Absprachen, sieht es oft anders aus. Stimme und Körpersprache hinterlassen eine ganz andere Wirkung als gewollt.

Also: Learning by doing! So realistisch wie möglich mit einem Mann als Sparringspartner! Ziel: Präsenz, Ausstrahlung und Selbstsicherheit.

Theorie und Praxis u. a. zu folgenden Themen:

- Wie tickt Mann? (Hierarchie, Territorium, Konkurrenz)
- Beim Mann Respekt verschaffen/Frau und Mann auf Augenhöhe
- Authentizität? – echt um jeden Preis? Wie will ich wirken?
- Das „Helfersyndrom“
- Körpersprachliche Signale erkennen (die Männlichen und die Eigenen)
- Für Klarheit sorgen: Weniger Worte – mehr Wirkung
- „Der beißt nicht!“ – Das Spiel mitspielen und gestalten
- Zickig oder souverän
- Raus aus der Rechtfertigungsschleife
- Chefin: nur eigentlich oder wirklich?!

Dazu gibt es Übungsunterlagen und individuelles Feedback.

Geb. 16.11 (Verwaltung/Rektorat), Ebene 01, Sitzungssaal 2
Anmeldefrist: 20. Oktober 2015

27.11.2015 10.00 – 18.00 Uhr

Frauen in der Führungsaufgabe. Mit Stimme, Charme und Methode – Erfolgreich führen mit Kompetenz und Empathie

Trainerin: Maria Beck, Coach und Mediatorin

Was verlangt Führung heute und wie finden Sie in Ihrem speziellen Umfeld den eigenen Stil, um authentisch und erfolgreich diese anspruchsvolle Aufgabe zu lösen?

Für das moderne Führungsprofil werden Ihnen einige Tools der Förderung von Beschäftigten sowie Erkenntnisse zur intrinsischen Motivation und zur Arbeitsorganisation mitgegeben, die ganz subjektiv gelebt werden können.

Die großen Themen der Führungsstile bieten den Teilnehmerinnen die Gelegenheit, die latent wirkmächtigen, tradierten Rollenbilder zu hinterfragen und moderne Vorstellungen zu definieren.

Geb. 16.11 (Verwaltung/Rektorat), Ebene 01, Sitzungssaal 2
Anmeldefrist: 06. November 2015