

16.07.2018 **Wie lerne ich "nein" zu sagen?**
Delegationsmanagement - wie geht das eigentlich?

Referentin: Dr. Nadja Helal

Zeitraum: 18:30 Uhr s.t. bis 20:30 Uhr s.t.

Ort: Forum universitatis 3, Besprechungsraum der PE, Raum 00-303

Anmeldung unter: prowewin@uni-mainz.de

Was sind unsere Themen?

...vielseitige Fragestellungen aus dem beruflichen Alltag in der wissenschaftlichen sowie außerwissenschaftlichen Praxis. Die Wertschöpfung unseres Netzwerks wird vor allem durch die interdisziplinäre Verzahnung und die Diversität der Teilnehmerinnen mit ihren unterschiedlichen Erfahrungen geschaffen.

Beim nächsten Mal wollen wir über das Thema „Wie lerne ich "nein zu sagen"? Delegationsmanagement - wie geht das eigentlich?“.

Im Anschluss findet bei Interesse ein lockerer Ausklang im „Baron“ auf dem Campus statt.

Wer sind wir?

...eine Gruppe von Frauen (Promovendinnen, Nachwuchswissenschaftlerinnen, Führungskräfte) aus verschiedenen Fachbereichen der Natur- und Geisteswissenschaften, die unterschiedliche Erfahrungen in Wissenschaft und Wirtschaft einbringen wollen.

Was ist uns wichtig?

- Die Bereitschaft, sich aktiv in der Gruppe zu engagieren und so die Zukunft der Netzwerktreffen mitzugestalten und eigene Kompetenzen einzubringen.
- Freude und Spaß am informellen Austausch.

Treffen haben bisher zu folgenden Themen stattgefunden:

Familie und Karriere / Führung – interaktiv erleben / Kollegiale Beratung / Mein Netzwerk / Meine Visitenkarte – mein Kompetenzprofil / Abgrenzungen finden – Work-Life-Balance und Stress-Resilienz / Selbstmanagement (Prioritätensetzung und Zeitmanagement) / Wie suche ich mir Verbündete? / GROW-Modell in der Anwendung / Motivation – Wie erhalte und fördere ich diese? / Frauen und die „gläserne“ Decke. Wie gestalte ich meine Entwicklung / Karriere in einer "Männerwelt"? / Vereinbarkeit von Familie und Beruf (besonders im akademischen Arbeitskontext) / Führung erleben und gestalten – als Führende und Geführte / Selbstpräsentation / Networking / Motivation, was sind meine Antreiber und wie kann ich Durststrecken überwinden? / Wie gestalte ich das Betreuungsverhältnis im Rahmen meiner Dissertation und überwinde eigene Hürden? / Selbstreflektion - meine Stärken und meine Schwächen im Spiegel/ Selbstreflektion – meine Stärken und meine Schwächen im Spiegel. Situativer Fokus: Wie setze ich meine Stärken anhand konkreter Beispielsituationen ein und wie begegne ich meinen Handlungsfeldern? / Wie positioniere ich mich? Wie präsentiere ich mich?

Eine Veranstaltung der Stabsstelle Gleichstellung und Diversität der Johannes Gutenberg-Universität Mainz im Rahmen des Projektes „Programm weiblicher Wissenschaftsnachwuchs (ProWeWin)“.

Nähere Informationen der Stabsstelle Gleichstellung und Diversität, Forum 3 (Zimmer 02-329 und 02-331), Sabine Morweiser M.A. (Projektkoordination) und Kristina Steffen M.A. (Projektassistenz), Tel. 06131/39-25783, E-Mail: prowewin@uni-mainz.de

(Anmeldung per E-Mail)