

**Pro Exzellenzia –  
Ein hochschulübergreifendes Programm**

Pro Exzellenzia arbeitet aktiv daran, den Anteil von Frauen in Hamburger Chefetagen deutlich und nachhaltig zu erhöhen. Ziel ist es, Frauen mit einem maßgeschneiderten Programm in ihrer Karriereplanung zu stärken, sie zu befähigen, zu ermuntern und auch zu begeistern. Das Projekt wird von der Hamburg Innovation GmbH koordiniert.



**Informationen zur Anmeldung**

**Zielgruppe**

Dieses Workshop-Programm richtet sich sowohl an Hamburger Hochschulabsolventinnen aus den Bereichen Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften, Technik, Kunst, Musik und Architektur als auch an Pro Exzellenzia-Stipendiatinnen. Die Workshops sind in erster Linie auf den Bereich Führungskompetenzen ausgelegt. Wenn Sie Absolventin, Promovendin oder Post-Doc aus einem der genannten Bereiche sind und eine Führungsposition in Wissenschaft, Wirtschaft oder Kultur anstreben, können Sie sich für die Workshops anmelden.

**Anmeldemodalitäten**

Die Teilnahme an den Angeboten von Pro Exzellenzia ist grundsätzlich kostenfrei. Bitte melden Sie sich für alle Workshop-Angebote auf unserer Internetseite unter **[www.pro-exzellenzia.de](http://www.pro-exzellenzia.de)** an. Sie erhalten zunächst eine automatische Anmeldebestätigung und werden rechtzeitig vom Pro Exzellenzia-Team darüber informiert, ob Sie einen Platz erhalten haben.



**Pro Exzellenzia**

Hamburg Innovation GmbH  
c/o Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg  
Berliner Tor 5, Raum 10.15  
20099 Hamburg  
[pro-exzellenzia@hamburg-innovation.de](mailto:pro-exzellenzia@hamburg-innovation.de)  
[www.hamburg-innovation.de](http://www.hamburg-innovation.de)

**Ansprechpartnerinnen**

Anne-Kathrin Guder	Dr. Britta Buth
Projektleitung	stellv. Projektleitung
Telefon 040 76629-3121	Telefon 040 76629-3122

**Projektträger**

Pro Exzellenzia wird von der Hamburg Innovation GmbH koordiniert.  
Projektlaufzeit: 01.01.2014 – 31.12.2016



**[www.pro-exzellenzia.de](http://www.pro-exzellenzia.de)**

Das Projekt Pro Exzellenzia wird aus dem Europäischen Sozialfonds (ESF) und von der Freien und Hansestadt Hamburg finanziert.

© TÜTech, Agentur 10/2014



**Europäische Union**  
Europäischer Sozialfonds ESF  
Chancen nutzen, Beschäftigung sichern!



**pro  
exzellenzia\***  
Hamburger Hochschulen für Frauen

**Workshops  
I/2015**

## **Leithammel? – Führung in der Wissenschaft**

### **Hochschulabsolventinnen, Doktorandinnen und Post-Docs**

Das Stereotyp über Forschende als introvertierte Einzelgänger, die nichts weiter benötigen als sich selbst, ihre Bücher und ihre Laborausstattung, ist spätestens in dem Moment passé, in dem Wissenschaftlerinnen als Projekt-, Arbeitsgruppen- oder Lehrstuhlleitung Personalverantwortung tragen. Wie motiviere ich meine MitarbeiterInnen in einem belohnungsarmen System? Wie leite ich zielorientiert an, bei gleichzeitiger Bewahrung wissenschaftlicher Freiräume? Wie schaffe ich eine Balance zwischen meiner eigenen wissenschaftlichen Karriere und der Förderung meiner MitarbeiterInnen? In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit unterschiedlichen Führungsmöglichkeiten und den spezifischen Herausforderungen an Führung im Wissenschaftsalltag. Anhand von introspektiven Methoden, Simulationsübungen und Perspektivwechseln identifizieren die Teilnehmenden in diesem Seminar wirksames wie auch unpassendes Führungsverhalten im Wissenschaftskontext und entwickeln ihr eigenes Führungskonzept.

*Dr. Dieta Kuchenbrandt: Diplom-Psychologin  
Montag, 23.02.2015, 09:45 bis 18:00 Uhr*

## **Atem- Stimme- Sprechen – Überzeugender Auftritt**

### **Hochschulabsolventinnen, Doktorandinnen und Post-Docs**

Überzeugendes Auftreten ist immer begleitet von der Bereitschaft, die eigene Persönlichkeit dem Gesprächspartner mit allen Stärken und auch Schwächen zu zeigen. Eine kräftige Stimme und ein angenehmes Sprechtempo erleichtern dem Gesprächspartner das Zuhören. Selbstsicherheit, Offenheit und Engagement überzeugen vorwiegend mittels nonverbaler Kommunikation. Schwerpunkte des Workshops sind der Umgang mit Aufregung, Atem, Sprechtempo, Lautstärke, Körperhaltung und Gestik.

*Dr. Monika Hein: Sprechtrainerin, Sprecherin und Business Coach  
Donnerstag, 19.03.2015, 09:00 bis 17:15 Uhr*

## **Familie und Karriere**

### **Hochschulabsolventinnen, Doktorandinnen und Post-Docs mit Kind/ern**

Insbesondere an Frauen werden oft extreme Ansprüche im Beruf und im Privatleben gestellt. Diese werden nicht nur von außen an sie herangetragen, oft üben Frauen selbst Druck auf sich aus.

Das Bewusstsein, dass die eigene Karriere konsequent zu verfolgen ist, Abschlüsse und Positionen im beruflichen Leben erreicht werden müssen, um sich ein gutes Fundament für die spätere Arbeitsphase zu legen, lässt oft die privaten Wünsche und Vorstellungen in den Hintergrund treten. Diese Problematik zweier scheinbar ausschließender Themen ist maßgeblich bestimmend für Frauen in einer bestimmten Lebensphase. Der Workshop greift genau diese Problematik auf und zielt darauf, Strategien zur erfolgreichen Vereinbarkeit von Karriere und Familie auf der jeweils individuellen Ebene zu entwickeln. Ganz konkret wird analysiert, wie strukturelle und individuelle Voraussetzungen zur Karriereplanung und Umsetzung der eigenen Vorstellungen erfolgen. In diesem Zusammenhang werden die eigenen Ressourcen und Möglichkeiten sowie Unterstützungsangebote zur Ermöglichung einer akademischen Laufbahn oder einer Karriere in der Wirtschaft mit Familie reflektiert.

*Dr. Anett Hermann: Managementberaterin, Trainerin und Coach  
Mittwoch, 15.04.2015, 09:45 bis 18:00 Uhr*

## **Konfliktmanagement**

### **Hochschulabsolventinnen, Doktorandinnen und Post-Docs**

Konflikte gehören zum Alltag und deren Management ist die Aufgabe von Führungskräften. Auch wenn der Wunsch nach Harmonie mit entsprechender Konfliktvermeidung oft angenehmer erscheint. Ein gesundes Konfliktverhalten ist zentral für Entwicklungsprozesse – die eigenen oder die Ihrer Mitarbeiterinnen. Können Ihre MitarbeiterInnen oder KollegInnen offen und ehrlich sagen, wie Sie über Ihr Verhalten denken? Sind Sie in der Lage, die Kritik aufzunehmen und konstruktiv darüber nachzudenken? Eine solche Kritikfähigkeit und die Kompetenz der Konfliktmoderation sind die zentralen Elemente, um das Potenzial von Konflikten nutzen zu können.

*Dr. Stefanie Fuleda: Personalentwicklerin, Trainerin und Coach  
Dienstag, 05.05.2015, 09:00 bis 17:15 Uhr*

Programm und Anmeldung unter  
[www.pro-exzellenzia.de](http://www.pro-exzellenzia.de)

## **Führung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern**

### **Hochschulabsolventinnen, Doktorandinnen und Post-Docs**

Wir alle haben in unserem Leben mehr oder weniger hilfreiche oder schmerzliche Erfahrungen mit dem „Geführt-Werden“ gemacht. Sie begleiten und beeinflussen uns, wenn wir selbst eine Rolle als Führungskraft übernehmen. Damit unser Handeln bewusst gesteuert, sinnvoll und für andere berechenbar ist, sollten wir uns mit dem Thema Mitarbeiterführung beschäftigen. Was zeichnet gute Mitarbeiterführung aus? Welche Anforderungen werden heute an Führungskräfte gestellt? Mit welcher Haltung kann ich diesen Anforderungen (vielleicht gerade als weibliche Führungskraft) gerecht werden und welche Werte werden heute in der Führung gelebt? Welches Führungsverhalten führt zu den Ergebnissen, mit denen ich sowohl den Anforderungen des Unternehmens/der Organisation, deren Erhalt und Entwicklung, als auch denen der einzelnen MitarbeiterInnen gerecht werde?

*Sigrid Lieberum: Organisationsberaterin, Trainerin und Coach  
Mittwoch, 03.06.2015, 10:00 bis 18:00 Uhr und  
Donnerstag, 04.06.2015, 10:00 bis 18:00 Uhr*

## **Räuberleiter zum Erfolg**

### **Hochschulabsolventinnen, Promovendinnen und Post-Docs aus dem künstlerischen Bereich**

Ziel des Workshops ist es, Künstlerinnen gerade zu Beginn der Karriere unterschiedliche Wege zur Vermittlung der eigenen Arbeit zu eröffnen. Künstlerinnen stehen immer wieder vor der Herausforderung, anderen ihre künstlerische Position zu vermitteln und Öffentlichkeit für das eigene Werk herzustellen. Grundlage dafür ist die Reflexion der eigenen Praxis und eine berufliche Standortbestimmung. Im Kurs werden die Teilnehmerinnen verschiedene Modelle der Präsentation ihrer künstlerischen Arbeit erproben. Übungen im Workshop können von der verbalen Kurzvorstellung über die Portfoliobesprechung bis hin zur konkreten Arbeitsbesprechung und Texterarbeitung reichen. Die Trainerinnen nehmen in der Seminalgestaltung Bezug auf die individuelle Arbeitspraxis der Teilnehmerinnen. Die Themen halten die Balance zwischen praktischem Training und der inhaltlichen Beschäftigung mit den Perspektiven der künstlerischen Laufbahn.

*Hannah Kruse und Birgit Effinger: Leiterinnen des Berliner  
Professionalisierungsprogramms Goldrausch Künstlerinnenprojekt  
Montag, 06.07.2015, 12:00 bis 18:00 Uhr und  
Dienstag, 07.07.2015, 11:00 bis 17:00 Uhr*