

Anderthalbtägiger Workshop

Selbstmarketing für Nachwuchswissenschaftlerinnen

Zielgruppe:

Nachwuchswissenschaftlerinnen aller Fachbereiche

Ziel des Workshops:

Selbstmarketing ist Wirkungswille und Wirkungsbewusstsein. „Ich will wirken!“ ist eine zentrale Aussage sowohl eines erfolgreichen Selbstmarketings als auch einer aktiv gesteuerten Karriereplanung. Sie verdeutlichen sich Ihre Stärken und Ihr Selbstbewusstsein, um die nächsten Karriereschritte mit Verve und Zuversicht anzugehen und erfahren, wie Sie Ihre Leistungen und Kompetenzen souverän ins rechte Licht rücken.

Inhalte:

Viele kennen das: Sie haben einen erstklassigen Universitätsabschluss, wollen an der Uni oder in der Wirtschaft durchstarten – und zaudern dann doch, weil kleine Steine auf dem Weg zu aussichtsreichen Positionen als kaum zu überwindende Felsbrocken erscheinen. In dem Workshop machen Sie sich auf den Weg zu einem erfolgreichen Selbstmarketing. Dazu gehören eine Standortbestimmung, die Analyse dessen, was Sie an Kompetenzen, Fähigkeiten und Stärken bereits im Rucksack haben und die Frage, wohin Sie mit diesem Rucksack möchten. Damit Ihr Weg Sie in die gewünschte Richtung bringt, lernen Sie Methoden und Strategien für das wirkungsvolle Klappern in eigener Sache kennen. Sie erstellen eine individuelle Selbstpräsentation, mit der Sie Ihre Wirkung auf andere bewusst steuern können. Sie üben, sich souverän darzustellen und ein Gespräch in Ihrem Sinne zu lenken. Im Vordergrund stehen das WAS (WAS zeichnet Sie aus? WAS sind markante Punkte Ihres Forschungsbereichs?) und das WIE (WIE stellen Sie sich dar?). In konkreten Übungen feilen Sie an Ihrer Selbstdarstellung und sensibilisieren sich für Ihre Außenwirkung.

Methoden:

- Input
- Einzel- und Gruppenübungen
- Audio- und Videoaufnahmen
- Feedback

Referentin: Gabi Brede, Trainerin – Coach – Autorin, Frankfurt am Main

Termin: Freitag, den 27. September von 10.00 Uhr s.t. bis 18.00 Uhr und
Samstag, den 28. September 2013 von 10.00 Uhr s.t. bis 14.00 Uhr

Ort: Campus, Alter Musiksaal, Johann-Joachim-Becherweg 4, Forum 1, 2. OG

Eine Veranstaltung des Büros für Frauenförderung und Gleichstellung der Johannes Gutenberg-Universität Mainz im Rahmen des Projektes „Coaching-Center für Nachwuchswissenschaftlerinnen“.

Anmeldung und nähere Informationen im Frauenbüro, Forum 3, Anne Schulze-Selmig M.A., Zimmer 00-320, Tel. 06131/39-25783, E-Mail: coaching-center@uni-mainz.de, Homepage: <http://www.frauenbuero.uni-mainz.de>



Das Projekt wird gefördert mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds.