

Coaching-Center für Nachwuchswissenschaftlerinnen

Workshop Ich bin's: Souverän. Durchsetzungsstark. Überzeugend.

Zielgruppe:
Nachwuchswissenschaftlerinnen aller Fachbereiche

Ziel des Workshops:
Sie setzen sich mit Ihren Stärken und den damit verbundenen Chancen auseinander, um selbstsicher für Ihre eigenen Anliegen einzutreten. Sie erfahren, wie Sie Kritiker in die Schranken weisen und auch in schwierigen Gesprächssituationen durchsetzungsstark und souverän bleiben.

Inhalte:
Damit Ihr Weg als Nachwuchswissenschaftlerin Sie in die gewünschte Richtung bringt, lernen Sie Vorgehensweisen und Strategien für das überzeugende und selbstbewusste Klappern in eigener Sache kennen. Sie üben, sich souverän darzustellen und ein Gespräch in Ihrem Sinne zu lenken. Doch was, wenn Sie trotz guter Vorbereitung plötzlich sprachlos sind, weil Sie mit taktischen Spielchen, kritischen Fragen oder spitzzüngigen Bemerkungen konfrontiert werden? Wie gern hätte man in solchen Momenten die passenden Worte parat! Im Workshop erfahren Sie, wie und mit welchen Methoden Sie Ihre persönliche Reaktionsbremse lösen. Wir simulieren schwierige Gesprächssituationen, damit Sie die Möglichkeit bekommen, unterschiedliche sprachliche Mittel auszuprobieren mit dem Ziel, zukünftig mit Störungen und Provokationen selbstsicherer umzugehen.

Methoden:

- Gruppendiskussion
- Einzelarbeit
- Kleingruppenarbeit
- Audio-, Foto- und Videoaufnahmen (nach Absprache)

Referentin: Gabi Brede, Kommunikations- und Präsentationstrainerin
Termin: Freitag, den 28. März 2014 von 09:00 Uhr s.t. bis 17:00 Uhr
Ort: Campus, Infobox am Neubau Recht und Wirtschaft, Jakob-Welder-Weg 9

Eine Veranstaltung des Büros für Frauenförderung und Gleichstellung der Johannes Gutenberg-Universität Mainz im Rahmen des Projektes „Coaching-Center für Nachwuchswissenschaftlerinnen“.
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 Anmeldung auf der Homepage: <http://www.frauenbuero.uni-mainz.de/158.php>