



Programm Wintersemester 2018/2019 - Workshops für Frauen:

Ein Kooperationsangebot des Career Centers und der Stabsstelle Gleichstellung

Wir freuen uns, Ihnen ein weiteres Angebot insbesondere für Frauen bieten zu können. Integriert in das Programm des Career Centers sind die Workshops des Qualifizierungsfonds Gleichstellung, gefördert von der Stabsstelle Gleichstellung der Universität Hamburg.

Assessment-Center – für Frauen

Fast alle Großunternehmen nutzen inzwischen ein Assessment-Center als Instrument des Hochschulrecruitings. Doch was verbirgt sich genau hinter dem Verfahren Assessment-Center und wie bereitet man sich am besten darauf vor?

Ziel des Workshops ist es, die Teilnehmenden über das Instrument des Assessment-Centers zu informieren und praktisch vorzubereiten, um so ihre Chancen in einer Personalauswahl zu erhöhen.

Termin: Sa., 13.10.2018 + So., 14.10.2018, 9:00-17:00 Uhr

Ort: Universität Hamburg, Career Center, Monetastr. 4, 20146 Hamburg

Leitung: Andrea Ebeloe, M.A., Leitung Personal, Hamburg Wasser, Frauke Narjes, Theologin, Leitung Career Center

Zielgruppe: Studierende, Absolventinnen und Absolventen (bis 2 Jahre nach Abschluss) der Universität Hamburg

Anmeldung unter: [https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Assessment-Center - fuer Frauen.html](https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Assessment-Center-fuer_Frauen.html)

Leben in Balance - für Eltern

Studieren und der Berufseinstieg mit Kind sind eine Herausforderung. Wie gelingt es anderen Eltern, allen Ansprüchen gerecht werden zu wollen? Und wie finde ich neben Klausuren und Spielplatzbesuchen noch Zeit für meine Bedürfnisse und Erholung?

Der Workshop bietet Raum für solche Fragen und Erfahrungsaustausch. Neben hilfreichen Methoden des Selbstmanagements gibt es u.a. folgende Themen:

- Life-Balance: Meine Zufriedenheit, Rollen und Ansprüche in Familie und Studium/Beruf
- Zeit für mich: Freiräume und Selbstfürsorge in der Zeitplanung berücksichtigen
- Zeitdiebe und Aufschiebeverhalten: "So sauber wie in der Prüfungsphase war meine Wohnung noch nie..."
- Angebote der Universität Hamburg (in Kooperation mit dem Familienbüro)

Termin: Do., 25.10.2018, 10:00-16:00 Uhr

Ort: Universität Hamburg, Career Center, Monetastr. 4, 20146 Hamburg

Leitung: Nils Seiler, Vater und Dozent für Elternthemen

Zielgruppe: Studierende und AbsolventInnen mit Kindern (bis 2 Jahre nach Abschluss) der Universität Hamburg. Schwangere und werdende Väter sind herzlich willkommen. Kleinkinder ohne Betreuungsmöglichkeit können gerne nach Absprache mitgebracht werden.

Anmeldung unter: https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Leben_in_Balance_-_fuer_Eltern.html

Selbstmarketing - für Frauen

Beruflicher Erfolg hängt maßgeblich davon ab, die persönlichen Stärken und Kompetenzen zu kennen und diese authentisch und sichtbar im Unternehmen oder auch im eigenen Netzwerk zu präsentieren.

In diesem Workshop lernen Sie die wesentlichen Grundlagen des Selbstmarketings kennen, Sie analysieren Ihre persönlichen Stärken und erhalten Tipps sowie Anregungen, wie Sie zukünftig überzeugend auftreten.

Termin: Sa., 17.11.2018 + So., 18.11.2018, 9:00-17:00 Uhr

Ort: Universität Hamburg, Career Center, Monetastr. 4, 20146 Hamburg

Leitung: Julia Reppich, M.A. Organisationspsychologie

Zielgruppe: Studierende, Absolventinnen und Absolventen (bis 2 Jahre nach Abschluss) der Universität Hamburg

Anmeldung unter: https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Selbstmarketing_-_fuer_Frauen.html

Einstiegsgehalt – der Gender Gap – für Frauen

Der Gender Gap in der Bezahlung von Frauen und Männern im Erwerbsleben ist immer noch vorhanden. Studentinnen und Absolventinnen mit wenig oder keiner Berufserfahrung stellen sich die Frage, worauf sie beim Berufseinstieg besonders achten und offensiv für ein genderneutrales Gehalt eintreten sollten.

Themen des Workshops sind:

Was kann ich denn überhaupt für ein Einstiegsgehalt in meinem neuen Berufsleben erwarten?

Wo finde ich heraus, was die branchenüblichen Einstiegsgehälter sind?

Was kann ich verhandeln? Was kann noch zu meinem Grundgehalt dazu kommen – Bonuszahlungen, Fahrkarten usw.?

Dieser virtuelle Live-Workshop gibt einen Überblick über die branchen- und abschlussbezogenen durchschnittlichen Einstiegsgehälter, um Teilnehmerinnen eine bessere Orientierung für die finanzielle Seite ihres Berufslebens zu geben und sie für ihre Gehaltsforderungen zu sensibilisieren.

Voraussetzung: PC mit Audiofunktion, nähere Informationen zum Zugang und zum virtuellen Klassenzimmer erhalten Sie zeitnah zum Webinartermin.

Termin: Di., 15.01.2019, 15:00- 16:30 Uhr

Ort: Virtuelles Klassenzimmer, Onlinetermin mit Adobe Connect

Leitung: Christiane Eiche, Dipl.-Pol., Erwachsenenbildnerin

Zielgruppe: Studierende, Absolventinnen und Absolventen (bis 2 Jahre nach Abschluss) der Universität Hamburg

Anmeldung unter: [https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Gehalt - Gender Gap Online-Workshop - fuer Frauen.html](https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Gehalt_-_Gender_Gap_Online-Workshop_-_fuer_Frauen.html)

Stimme wirksam einsetzen - für Frauen

Während des Studiums erweitern wir gemeinhin unser Wissensspektrum erheblich. Doch wie präsentiere ich dieses Wissen, wie präsentiere ich mich mit diesem Wissen?

Die Stimme ist das Medium, mit dem wir unsere Fähigkeiten und unsere Persönlichkeit vermitteln – über die Stimme wirken wir. In diesem Workshop stellen wir Ihre jetzige stimmliche Kompetenz fest und finden heraus, wie Sie Ihren stimmlichen Ausdruck erweitern und verbessern können, um verständlich, kompetent und glaubwürdig zu sein.

Termin: Sa., 26.01.2019 + So., 27.01.2019, 9:00- 17:00 Uhr

Ort: Universität Hamburg, Career Center, Monetastr. 4, 20146 Hamburg

Leitung: Carolin Pohl, Schauspielerin und Sprecherzieherin

Zielgruppe: Studierende, Absolventinnen und Absolventen (bis 2 Jahre nach Abschluss) der Universität Hamburg

Anmeldung unter: [https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Stimme wirksam einsetzen - fuer Frauen.html](https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Stimme_wirksam_einsetzen_-_fuer_Frauen.html)

Gehaltsverhandlungen - für Frauen

Insbesondere für Berufseinsteigerinnen stellt sich die Frage, welches Gehalt gefordert und wie diese Vorstellung durchgesetzt werden kann. In diesem Workshop werden daher folgende Fragen beantwortet:

Welche Faktoren beeinflussen das Gehalt und welche Gehaltsbestandteile gibt es neben einem fixen Monatsgehalt?

Welche Recherchequellen zu Einstiegsgehältern sind empfehlenswert?

Wie und wann spreche ich meine Gehaltsvorstellungen bei der Bewerbung sowie im Vorstellungsgespräch an?

Welche Taktiken können im persönlichen Gespräch angewendet werden?

Neben fundierten Hintergrundinformationen erhalten Sie zahlreiche Tipps aus der Praxis, um so Ihre persönliche Strategie in künftigen Verhandlungen zu erarbeiten.

Termin: Mo., 28.01.2019, 13:00- 17:30 Uhr

Ort: Universität Hamburg, Career Center, Monetastr. 4, 20146 Hamburg

Leitung: Verena Traub, Dipl.-Kauffrau, selbstständige HR-Beraterin

Zielgruppe: Studierende, Absolventinnen und Absolventen (bis 2 Jahre nach Abschluss) der Universität Hamburg

Anmeldung unter: [https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Gehaltsverhandlungen - fuer Frauen.html](https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Gehaltsverhandlungen_-_fuer_Frauen.html)

Networking - beruflich vorankommen - für Frauen

Zunehmend mehr Stellen werden nicht über klassische Stellenausschreibungen besetzt, sondern über Netzwerke und Kontakte. Fragen Sie sich schon ab dem Berufseinstieg: Wen kennen Sie? Wer unterstützt Sie bei Ihren Vorhaben? Wer multipliziert die Nachricht von Ihren Kompetenzen?

Ein lebendiges Netzwerk trägt in vielen Fällen entscheidend zu einem gelungenen Berufsaufstieg und zum nächsten Karriereschritt bei. Denn berufliches Fortkommen hängt nicht allein von Ihren fachlichen Fähigkeiten ab. Es ist deshalb sinnvoll, sich bereits nach dem Studium bzw. beim Einstieg in den ersten Job Gedanken zu machen, mit wem Sie sich langfristig „verbandeln“.

Der Workshop beleuchtet den Nutzen und verschiedene Arten des Netzwerkers. Sie lernen Grundsätze und notwendige Schritte kennen. Sie erhalten erste Hilfestellungen, wie Sie knackig vermitteln, was Sie und Ihre Kompetenzen bzw. Ihr Angebot ausmacht und wie Sie Ihren ersten mutigen Small Talk mit neuen Business-Kontakten entspannt meistern.

Termin: Mi., 30.01.2019, 09:00- 17:00 Uhr

Ort: Universität Hamburg, Career Center, Monetastr. 4, 20146 Hamburg

Leitung: Sandra Pickert, M.A., Trainerin, Coach, Dozentin

Zielgruppe: Studierende, Absolventinnen und Absolventen (bis 2 Jahre nach Abschluss) der Universität Hamburg

Anmeldung unter: [https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/ Networking - beruflich vorankommen - fuer Frauen.html](https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Networking_-_beruflich_vorankommen_-_fuer_Frauen.html)

Präsent präsentieren - für Frauen

Vorträge, Konzept- und Ideenpräsentationen durchdringen sowohl die Studien- als auch die Berufswelt. Jedoch garantiert nicht nur die rein fachliche Kompetenz eine Erfolg versprechende Vermittlung und Kommunikation der eigenen Ideen und Inhalte.

Der Workshop entwickelt Ihre sprachlichen, artikulatorischen und körpersprachlichen Fähigkeiten. Ihre individuellen und persönlichen Kompetenzen werden gefördert, um ein authentisches, kompetentes und überzeugendes Auftreten zu ermöglichen.

Termin: Di., 26.03.2019 + Mi., 27.03.2019, 09:00- 17:00 Uhr

Ort: Universität Hamburg, Career Center, Monetastr. 4, 20146 Hamburg

Leitung: Christopher Weiß, Dipl.-Schauspieler, und Erdmute Schmidt, M.A., systemische Beraterin, Career Center

Zielgruppe: Studierende, Absolventinnen und Absolventen (bis 2 Jahre nach Abschluss) der Universität Hamburg

Anmeldung unter: [https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/ Praesent praesentieren - fuer Frauen.html](https://buchsys.careercenter.uni-hamburg.de/angebote/aktueller_zeitraum/Praesent_praesentieren_-_fuer_Frauen.html)

Anmelde- und Teilnahmebedingungen:

Wer kann teilnehmen?

Bitte beachten Sie unbedingt die Zielgruppe bei den einzelnen Veranstaltungen: Für die Workshops zu 'Berufseinstieg' und 'Kompetenzen erweitern' können sich nur Studierende, Absolventinnen und Absolventen (bis 2 Jahre nach Abschluss) der Universität Hamburg anmelden. Unsere Angebote sind kostenfrei.

Sie können sich für höchstens drei Workshops aus den Bereichen "Berufseinstieg" (Kurs-Nummern 10XX) und "Kompetenzen erweitern" (Kurs-Nummern 20XX) pro Semester anmelden.

Ausgenommen von dieser Regel sind folgende Veranstaltungen:

- Kleingruppen zu Themen wie Bewerbungsunterlagen, "Stellen Sie sich vor" (Bewerbungsgespräch), Berufl. Orientierung, Potenziale
- Veranstaltungsreihen Talking about Careers und Fishing for Careers
- Praxisprogramme wie Sommerakademie, Fishing for Experience und Service Learning
- Webinare
- Workshops zur Existenzgründung
- Unternehmensbesuche und -gespräche, Recruiting-Veranstaltungen

Nach Anmeldung erhalten Sie an die angegebene Mailadresse eine Anmeldebestätigung, die gleichzeitig Ihr Teilnahmeticket ist. Eine Teilnahmebestätigung können Sie am Ende eines Workshops erhalten. Bei Unklarheiten oder besonderen Wünschen rufen Sie gern an!

Wie melde ich mich an?

Bitte melden Sie sich selbst online für unsere Angebote an. Klicken Sie dafür in den Übersichten die gewünschte Veranstaltung an. Es erscheint die Beschreibung mit der Möglichkeit direkt zu buchen (grüner Button 'buchen'). Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben.

Wenn eine Veranstaltung ausgebucht ist, können Sie sich selbst dort mit Ihrer E-Mail-Adresse online auf der Warteliste eintragen (roter Button 'Warteliste'). Dies ist sehr sinnvoll, da es meist kurzfristig noch einige Abmeldungen gibt. Wenn ein Platz frei wird, erhalten alle auf der Warteliste eine Benachrichtigung und können sich dann selbst online anmelden. Wer am schnellsten ist, erhält den Platz.

Unser Semesterprogramm wird normalerweise jeweils am 01.03. und 01.09. des Jahres zur Online-Anmeldung freigeschaltet.

Bitte melden Sie sich nur an, wenn Sie eine verbindliche Teilnahme am Gesamtverlauf der Veranstaltung gewährleisten können.

Wie kann ich mich wieder abmelden?

Falls Sie an einer anmeldepflichtigen Veranstaltung aus wichtigen Gründen doch nicht teilnehmen können, melden Sie sich bitte so schnell wie möglich auf diesen Wegen ab:

- Selbst stornieren: Mit der Anmeldebestätigung per E-Mail erhalten Sie einen Link, über den Sie Ihre Anmeldung selbst online bis 12:00 Uhr des jeweilig vorangehenden Werktages stornieren können. Dadurch wird Ihr Platz für Interessierte auf der Warteliste freigegeben. Bewahren Sie daher die Bestätigungsmail bis zum Veranstaltungstermin auf.
- Für kurzfristigere Abmeldungen (z.B. aufgrund von Krankheit), oder falls Sie die Bestätigungsmail nicht mehr haben, bitten wir Sie, sich per E-Mail (careercenter@uni-hamburg.de) oder telefonisch (+49 40 42838 6761) bei uns im Career Center abzumelden.

Wir arbeiten mit relativ kleinen Gruppen, wodurch unbesetzte Plätze (durch fehlende oder sehr kurzfristige Abmeldung) sowohl für uns im Career Center, aber auch für die Workshop-Leitung und insbesondere für diejenigen auf der Warteliste sehr ärgerlich sind. Unentschuldigtes Fehlen kann deshalb zur Folge haben, dass Sie an weiteren anmeldepflichtigen Veranstaltungen nicht mehr teilnehmen können.

Newsletter

Als Teilnehmende erhalten Sie unseren Newsletter mit Hinweisen auf unsere Angebote (ca. einmal pro Monat). Wenn Sie diesen nicht mehr erhalten wollen, können Sie ihn jederzeit durch den enthaltenen Link am Ende der E-Mail abbestellen.

Persönliche Daten

Ihre persönlichen Daten werden von uns nur zur Organisation der Veranstaltungen und zur Versendung des Newsletters erhoben und werden keinesfalls an Dritte weitergegeben.

Online-Anmeldung unter www.uni-hamburg.de/careercenter

Fragen gerne an:

Career Center

Universität Hamburg

Tel. 040 42838 6761

Mail: careercenter@uni-hamburg.de

Information zur Gleichstellung: www.uni-hamburg.de/gleichstellung