

Anzeige Probleme? [Öffne diese E-Mail in deinem Browser.](#)



Pro Exzellenzia plus-Newsletter

April 2024

Liebe Leser:innen,

die Sonne spielt noch Verstecken, lässt aber ab und zu schon erahnen, wie schön die nächsten Wochen werden. Und nicht nur wettertechnisch wird es spannend: Wir haben einiges geplant und vor mit euch: Vom Thema „Führen in Teilzeit“ über „Gehaltsverhandlungen“ bis hin zur Frage, wie man Konflikte souverän lösen kann.

Und egal ob draußen mit Sonnenbrille oder drinnen mit Lesebrille: Wir wünschen euch viel Spaß beim Lesen unseres April-Newsletters!

Unser Newsletter informiert darüber,

- was bei uns demnächst stattfindet und wo es noch freie Plätze gibt,
- [was wir erlebt haben und mit Ihnen und Euch teilen wollen und](#)
- [was wir spannend finden!](#)

Er kann natürlich nur eine kleine Auswahl zeigen, damit er „lesbar“ bleibt. Und auch für die Lesbarkeit haben wir uns für ein respektvolles "du" in der Anrede entschieden.

Viele Grüße vom Pro Exzellenzia plus-Team



Was bei uns demnächst stattfindet - unser Veranstaltungsprogramm



Workshop-Programm

Unser Workshop-Programm 2024

Unser Workshop-Programm ist im vollen Gange - und wie gewohnt folgt auf jeden Workshop, ob online oder in Präsenz, eine Blended-Learning-Phase zum Nacharbeiten und Weiterverfolgen der Themen. Das Programm bildet die Themen ab, die wir wichtig finden, um euch angemessen auf euren Karrierewegen in Richtung Führung zu begleiten und zu unterstützen.

Alle Veranstaltungen findet ihr auf unserer [Website](#) und übersichtlich in unserem [Workshop-Flyer \(PDF-Download\)](#).



Weitere Workshops bis Ende April

- Karriereplanung – Industrie vs. Wissenschaft

Präsenz-Workshop am 18.04.2024

Stehst du kurz vor Abschluss der Promotion und bist noch unentschlossen, ob deine Zukunft in der Wissenschaft liegt? Im Workshop gestaltest du mit Standortbestimmung, kreativen Methoden und Video-Follow-up deine persönliche Karrierevision und planst konkrete Schritte für die Umsetzung.

- Erfolgreich und gelassen in die nächste Gehaltsverhandlung

Online-Workshop am 23.04. & 24.04.2024

Dieser Workshop unterstützt dich als Frau dabei, deine Interessen klar zu benennen, sicher aufzutreten und als souveräne Gesprächspartnerin zu agieren.

- Konflikte selbstbewusst und souverän lösen

Online-Workshop am 07.05. & 08.05.2024

Im Workshop erlernst du Konfliktlösungstechniken, anhand dessen du Konflikte im beruflichen Umfeld respektvoll managen kannst.

- Deep Work: Das Geheimnis produktiver Mütter

Online-Workshop am 28.05. & 29.05.2024

Mit Deep Work hat MIT-Wissenschaftler Cal Newport eine Methode entwickelt, die es ermöglicht, Aufgaben mit dem größten Wirkfaktor zu erkennen – und dann in tiefer Konzentration anzugehen. Die im Workshop vermittelten und angewandten Methoden werden deine Arbeitsweise von Grund auf verändern und dir damit einen entscheidenden Vorteil in Ausbildung und Karriere verschaffen – und das ganz im Einklang mit einem vollen Familienalltag.

- Meine Werte. Meine Karriere. Meine Entscheidungen

Präsenz-Workshop am 04.06.2024

Ziel des Workshops ist es, sich der eigenen Karriere-Bedürfnisse klar zu werden, den Fokus für das eigene Leben zwischen den verschiedenen Rollen zu überdenken und bei Bedarf neu zu setzen und sich zu fragen: "Wie viel authentisches "Ich" steckt eigentlich in meinem Leben?"

- Spread your science – Digitale Sichtbarkeit in der Wissenschaft

Online-Workshop am 11.06. & 12.06.2024

Der Online-Workshop gibt Wissenschaftler:innen einen Überblick über alle Kanäle (Instagram, YouTube, TikTok, LinkedIn, Twitter, Mastodons, Bluesky, Google Scholar, ORCID & ResearchGate), die ihnen für ihre digitale Kommunikation zur Verfügung stehen. Sie lernen Best-Practice-Beispiele von digital erfolgreichen Wissenschaftler:innen kennen und entwickeln anschließend ihre persönliche Kommunikationsstrategie.

- Intersektionalität verstehen & anwenden in Führungspositionen

Online-Workshop am 18.06. & 02.07.2024

Intersektionalität bezeichnet ein Konzept, welches verschiedene Unterdrückungsformen, die sich in einer Person überschneiden können, in ihrer Verwobenheit zusammendenkt.

Wir werden uns u. a. mit folgenden Fragen beschäftigen: Was bedeutet Intersektionalität? Wo liegen die Ursprungsideen des Konzepts? Welche verschiedenen Diskriminierungs- und Identitätskategorien gibt es? Wie kann ich meine Privilegierungs- und Diskriminierungserfahrungen reflektieren? Wie kann ich mich sensibilisieren und Handlungs- und Gestaltungsmacht in der Führungsposition nutzen?

Anmeldungen direkt über die hinterlegten Links.



Das Jahresprogramm im Überblick: Alle Veranstaltungen

Zu den Workshop-Anmeldungen



Vortrags- und Kooperationsveranstaltungen



Jetzt noch schnell anmelden für die letzten Plätze:

Die Zukunft von Führung?! – Erfolgreich in Teilzeit

Kurzvortrag mit anschließender Podiumsdiskussion - eine Kooperationsveranstaltung der Graduiertenakademie der TUHH, der Stabsstelle Gleichstellung an der TUHH und Pro Exzellenzia plus

In dieser Veranstaltung werden verschiedene flexible und zeitreduzierte Arbeitszeitmodelle für Führungskräfte vorgestellt und deren Verbreitung sowie jeweilige Stärken/Schwächen besprochen. Anhand von Studien und Beispielen soll exemplarisch gezeigt werden, inwieweit sich Teilzeitführung als Instrument der Frauenförderung

eignet und warum das Thema nicht ausschließlich weiblich zu betrachten ist. Mit einem Podium aus Erfahrungsträger:innen aus verschiedenen Branchen können die Voraussetzungen von Teilzeitführung, wie z.B. organisatorische Rahmenbedingungen, ein entsprechendes Führungsverständnis/Unternehmenskultur sowie notwendige Implementierungsschritte diskutiert werden.

Speakerin:

Prof. Dr. Anja Karlshaus, Professorin für allg. BWL und Personal an der CBS International Business School und Expertin für (Gender) Diversity, New Work und (Teilzeit-)Führung

Podiumsgäste:

- * Nina Bonhomme-Hönig, Olympus Europa
- * Frauke Lucks, Hamburg Wasser
- * Univ.-Prof. Dr. med. Anne Simmenroth, Julius-Maximilians-Universität Würzburg
- * Gönke Tetens, Finanzbehörde
- * Emilie Wolgast, Airbus

Termin: Donnerstag, 25.04.2024, 17:00-19:00 Uhr, anschließend Get Together

Ort: TU Hamburg, Am Schwarzenberg-Campus 2 (B), Raum B 0.001

Zur Anmeldung



**„Warum führst Du nicht? –
Macht, Politik und Mikropolitik als führende Frau*“**

- Interaktiver Online-Vortrag -

„Warum führst Du (noch) nicht?“. Ist dir diese Frage schon mal im Kontext deiner beruflichen Rolle begegnet? Oder wird doch eher davon ausgegangen, dass Frauen doch eher andere Prioritäten haben, als eine Führungsrolle zu übernehmen?

Dieser interaktive Vortrag widmet sich zentralen Aspekten der Frauenförderung in Führungspositionen und untersucht das ambivalente Bild der Führungskraft im Genderkontext.

Vortragende: Dr. Juliane Handschuh

Termin: Donnerstag, 16.05.2024, 10:00 bis 13:00 Uhr

Ort: Diese Veranstaltung findet online statt!

Zur Anmeldung



**Neue Veranstaltungsreihe:
Ans Licht: Sichtbarkeit von Nachwuchswissenschaftlerinnen**

- Vortrag und Diskussionsveranstaltung -

Eine Kooperationsveranstaltung der Zivilen Gleichstellungsbeauftragten an der Helmut-Schmidt-Universität/
Universität der Bundeswehr Hamburg und Pro Exzellenzia plus.

Verschiedene Studien liefern Hinweise darauf, dass Frauen und Männer in ihren wissenschaftlichen Leistungen unterschiedlich wahrgenommen und bewertet - und männliche Wissenschaftler tendenziell bevorteilt werden. Das führt mit dazu, dass viele fähige und talentierte Wissenschaftlerinnen das Hochschulsystem wieder verlassen und damit ihr Potenzial in Forschung Lehre verloren geht. Mit diesem „Drop-Out“ in Zusammenhang steht die Beobachtung, dass Frauen als PostDoc oder Juniorprofessorin oft nur unzureichend sichtbar (gemacht) werden und sie somit auch seltener als ihre männlichen Kollegen als Innovatorinnen in das Blickfeld der Öffentlichkeit und ihrer Fachdisziplin gelangen – hier lässt sich ein „gender visibility gap“ diagnostizieren.

Der Vortrag stellt Ergebnisse vor zu den genannten Themen und Fragen aus einer Interviewstudie und Workshops an verschiedenen Hochschulen im Rahmen des laufenden, von der Referentin geleiteten Forschungs- und Praxisprojekts [EXENKO](#)

Vortragende: Prof. Dr. Ute Klammer (Uni Duisburg-Essen)

Termin: 29.05.2024, 13:30-15:00 Uhr

Ort: Thomas-Ellwein-Saal (Mensa Raum 008) an der Helmut-Schmidt-Universität / Universität der Bundeswehr Hamburg

Zur Anmeldung



Female Leadership Days:

Fachliche, disziplinarische Führung oder wie? | 27.06.24

Wie ist es, als Frau in einer Führungsrolle zu sein? Wäre das auch etwas für mich?

Bei der zweiten Veranstaltung der Reihe „*Female Leadership Days*“ wird es um die Formen von Führung und verschiedenen Führungsstilen gehen. Ob fachliche und / oder disziplinarische Führung als strukturelle Momente, ob autoritär, laissez-faire, partizipativ oder demokratisch – die verschiedenen Führungstheorien sind das eine, die gelebte Praxis das andere. Jeder dieser Praxen gingen Entscheidungsprozesse voraus und jede bringt Chancen und Herausforderungen mit sich. In diesem Spannungsfeld kann es schwierig sein, einen eigenen, authentischen Führungsstil zu entwickeln, der zum Team, zur jeweiligen Situation und – nicht zuletzt – zur eigenen Persönlichkeit passt. Denn immer wieder dreht es sich um die Frage: Wer will ich sein als Führungskraft?

In den Diskussionsrunden mit Führungskräften wird es u.a. wieder ganz individuell darum gehen, warum die Gesprächspartnerin wie in Führung gegangen ist und wie der Spagat zwischen den verschiedenen Rollen gelingen kann.

Vortragende: Melanie Brockmeyer, Psychological Safety Training und agile Coaching für Teams

Weitere Gäste: Führungskräfte (Female Leaders) aus den Bereichen...

...Unternehmen: Richarda Sartory (Hoyer Handel GmbH)

...Stiftungen: Martina Behrens (Bereichsleitung Bildung und Schule/ Joachim Herz Stiftung)

...Verein: Katharina von Kodolitsch (Präsidentin des Hamburger Sportbund e.V.)

...Kulturbranche: Isabella Vértes-Schütter (Ernst-Deutsch-Theater)

Termin: Donnerstag, 27. Juni 2024, 13:30-16:00 Uhr

Ort: Transferagentur der Universität Hamburg, Rothenbaumchaussee 19

Zur Anmeldung

Die Reihe **Female Leadership Days** ist eine Kooperation der *Transferagentur der Universität Hamburg/ Career & Qualification Center* und *Pro Exzellenzia plus – Hamburgs Karriere Kompetenzzentrum für Frauen*

Wie ist es, als Frau in einer Führungsrolle zu sein? Wäre das auch etwas für mich?

An drei Terminen werden weibliche Führungskräfte aus verschiedenen Sektoren eingeladen: Öffentlicher Dienst, Wirtschaft und Industrie, NGOs, Stiftungen, außeruniversitäre Forschungseinrichtungen u.v.m.. Sie gehen mit euch in den Austausch - auf Augenhöhe und in vertrauensvoller Atmosphäre.

Die einzelnen Veranstaltungen bauen aufeinander auf, können aber auch einzeln gebucht werden!

Weitere Termine:

- 17. Oktober 2024: Führung in Teilzeit/ im Tandem, 13:30 – 16:00 Uhr



Qualifizierung für Migrantinnen

Anmeldestart für das Qualifizierungsprogramm 2024!

In einer Kleingruppe durchlaufen die Teilnehmerinnen aufeinander aufbauende Workshops (z. B. Interkulturell kommunizieren und kollaborieren“, "Beruflich andocken in Hamburg" oder „Auftreten & selbstbewusste Präsentation“) und Coachings, die sich an den Bedarfen von hochqualifizierten Migrantinnen orientieren, ergänzt durch weitere Vernetzungsangebote. Wir freuen uns in diesem Jahr besonders über die Kooperationen mit dem Career Center der TUHH und der Agentur für Arbeit - Berufsberatung im Erwerbsleben.

Dieses Qualifizierungsangebot richtet sich an hochqualifizierte zugewanderte Migrantinnen mit dem Geschlechtseintrag „weiblich“.

Termin: 04.09. - 05.12.2024 (mehrere Termine)

Weiter Infos, Programm, Teilnahmevoraussetzungen und Anmeldung: <https://pro-exzellenzia.de/qualifizierung-von-migrantinnen/>

Für Fragen zum QfM-Programm schickt uns gerne eine E-Mail an pro-exzellenzia@hamburginnovation.de oder ruft uns an:

Ansprechpartnerin: Lea John (Projektkoordinatorin), Tel.: 040/76629-3123

Sprechzeiten: dienstags von 10:00-12:00 Uhr & donnerstags von 14:30 bis 16:30 Uhr



Stipendienprogramm

Vorstellung unserer Stipendiatinnen

In jedem Newsletter stellen wir euch unsere Stipendiatinnen, die durch Pro Exzellenzia plus finanziell und mit Qualifizierungsangeboten unterstützt werden, kurz vor. Heute:

Mariia Popova

Ihr Projekt:

"Understanding Parkinson's Disease as a network disease through integrative computational modelling of the impact of catecholamine neurotransmitters, deep brain stimulation and neuroplasticity."

Universitätsklinikum Eppendorf (UKE) / Universität Hamburg



Mariia nimmt aus der Stipendienzeit viel für ihre Karriereplanung mit:

Dank des Pro Exzellenzia plus Stipendiums konnte ich mich selbst besser kennenlernen und bekam im letzten Jahr meiner Promotion ein Gefühl dafür, wie ich meine berufliche Laufbahn so optimieren kann, dass sie meinen Leidenschaften entspricht.

Mehr über Mariia und ihr Projekt erfahrt ihr auf unserer Website: [Stipendienprogramm](#)



Ehemalige Stipendiatinnen – bitte meldet euch!

Liebe Stipendiatinnen-Alumnae von Pro Exzellenzia,
falls ihr mal Stipendiatin wart im Laufe der letzten 14 Jahre, bitte meldet euch kurz bei uns!
Wir sind gerade dabei, eine Einladung zu unserer Gala im Herbst zu erstellen und freuen uns über eure aktuellen Adressen. Falls Ihr euch meldet, gebt uns gerne auch eine Rückmeldung, ob wir eure Adressen weiter verwenden dürfen: pro-exzellenzia@hamburginnovation.de



Bewerbungsberatung

Wie gestalte ich meine Bewerbungsunterlagen? Wie stelle ich mich dar mit meinem Rucksack voller Erfahrungen, Qualifikationen und Kompetenzen? Wie kann ich mich angemessen auf ein Bewerbungsverfahren vorbereiten? Und wie erstelle ich überhaupt meine individuelle Karrierestrategie?

In unserer Bewerbungsberatung kannst du dich mit unseren Beraterinnen zu deinen persönlichen Fragen und Anliegen online oder in Präsenz austauschen.

Zur individuellen Terminabsprache schreibe bitte eine E-Mail an pro-exzellenzia@hamburginnovation.de mit Nennung deines Hochschulabschlusses und -fachs sowie deinem Anliegen und deinem Format-Wunsch (online oder in Präsenz). Wir beraten dich gern!



Was wir erlebt haben und mit euch teilen möchten



Digitaler Lunch Talk des Bündnis für Frauen in MINT-Berufen am 28. März 2024

Das Prinzip der Lunch Talks ist so einfach wie erfolgreich: Eine Person aus einem Unternehmen präsentiert eine Maßnahme, um das Thema Frauen bzw. die Erhöhung des Frauenanteils in MINT-Berufen vorzustellen. Dann kann diskutiert und gefragt werden.

Diesmal war das Anne-Sophie Hoffmeister vom Diversity Recruiting der Deutschen Bahn AG. Sie berichtete, dass diversitätssensibles Recruiting ein Zusammenspiel aus Mindset-Change, Marketing, operativen Maßnahmen und Monitoring ausmacht und gab Einblicke in Kooperationen und damit verbundene Events, interne Schulungskonzepte für mehr Gendersensibilität und andere Maßnahmen. Immerhin stieg der Anteil weiblicher Führungskräfte bei der DB auf jetzt 30% und erinnert damit ja sehr an die Zahlen bei den wiss. Führungspositionen, sprich W2 oder W3 an deutschen Universitäten und Hochschulen. Die „Luft nach oben“ soll mit dem Angebot von Führungspositionen in Teilzeit oder auch im Tandem gefüllt werden. Mehr Infos zum Bündnis und zu MINTvernetzt insgesamt unter: <https://mint-vernetzt.de/>.



Lesung von Teresa Bücker: Alle_Zeit. Eine Frage von Macht und Freiheit (4. April 2024)

Zeit zu haben ist ein wertvolles Gut – vielleicht eines der wertvollsten.

Zeit zu haben (oder eben gerade nicht) ist scheinbar ein individuelles Problem. Falsch, schreibt Teresa Bücker in ihrem Buch „Alle_Zeit. Eine Frage von Macht und Freiheit“.

Bei ihrer Lesung, organisiert von [DENKRÄUME](#), ging es genau darum: Mangel an Zeit zu haben ist eine Frage von ungerechter Zeitverteilung und von unfairer Verteilung von Carearbeit.

Es brauche eine Veränderung unserer Zeitkultur dahin, dass alle frei über ihre Zeit verfügen können. Und dies sei eben keine individuelle Frage, sondern eine politische.

> Teresa Bücker "Alle_Zeit : Eine Frage von Macht und Freiheit | Wie eine radikal neue, sozial gerechtere Zeitkultur aussehen kann" (Ullstein, 2024)



Was wir spannend finden!

Hier ist eine kleine Auswahl weiterer Veranstaltungshinweise und Neuigkeiten anderer Institutionen und unserer Kooperationspartner:innen. Mehr Tipps und News auf [LinkedIn](#) und auf [Instagram](#).

Mentee oder Mentorin werden!

"Ich wünsche mir Empowerment durch eine Mentorin, die meine Situation versteht." oder "Ich möchte andere Frauen mit meinem beruflichen Erfahrungswissen und offenen Ohr zur Seite stehen." Dies sind gute Gründe, sich dem "Expertinnen-Netz. Mentoring für Frauen" anzuschließen. Aber wie genau sieht das aus? Wie nehme ich Kontakt auf und gibt es Teilnahmebedingungen? Auf der digitalen Informationsveranstaltung stellen die Projektmitarbeiterinnen sich und das Angebot vor.

Mittwoch, 17.04.2024, 13 - 14 Uhr, online über Zoom

Infos & Anmeldung: <https://www.expertinnen-netz.de/>

Rückkehr mit Jubiläumsflair: „Calls for Transfer“ eröffnet die zehnte Runde

Nach einer Auszeit feiert das Förderprogramm „Calls for Transfer“ (C4T) sein Comeback mit einem runden Jubiläum: Zum zehnten Mal erhalten Wissenschaftler:innen aus Hamburg die Chance, innovative Forschungsideen in die Tat umzusetzen und damit außerhalb der Hochschule praktisch zu realisieren. Das von der Behörde für Wissenschaft, Forschung, Gleichstellung und Bezirke (BWFGB) der Freien und Hansestadt Hamburg finanzierte Programm „Calls for Transfer“ unterstützt damit erneut mit maximal 30.000 Euro den Start von Transferprojekten, die durch wirtschaftswirksame Konzepte, Erfindungen oder auch künstlerische Innovationen nachhaltige Veränderungen schaffen wollen.

Die Bewerbungsphase läuft vom 15. April bis 31. Mai 2024 und lädt Forschende aller Fachrichtungen der staatlichen Hochschulen Hamburgs dazu ein, sich mit ihren innovativen Projektideen zu bewerben.

Weitere Informationen und ausführliche FAQs findet ihr unter: <https://hamburginnovation.de/c4t>

Konferenz Forum Citizen Science 2024

In diesem Jahr steht die Konferenz unter dem Motto "Mit:Wirkung". Bei Citizen Science geht es einerseits um zivilgesellschaftliche Mit:Wirkung, also die vielgestaltige Teilhabe der Öffentlichkeit an der Wissensgenerierung, und andererseits um Forschung, die eine transformative Wirkung auf die Beteiligten, die Gesellschaft, die Wissenschaft und die Politik hat, also um Wissenschaft Mit:Wirkung.

Interessierte sind herzlich eingeladen, das Programm mitzugestalten und Beiträge bis zum 6. Mai über den Call for Proposals einzureichen.

Termin: 09. und 10.10.2024 in Hamburg

Mehr Infos: <https://www.buergerschaffenwissen.de/veranstaltungen/forum-citizen-science-2024>

Co-Working für Promovierende

Der Promovierenden-Rat lädt alle Promovierenden aus Hamburg jede Woche zu einem gemeinsamen Schreibnachmittag in die Hamburg Research Academy (HRA) ein. Das Co-Working bietet den Raum in ruhiger Atmosphäre, zu einem festen Zeitpunkt, gemeinsam mit anderen Promovierenden an euren Schreibprojekten zu arbeiten, sich zu vernetzen und sich auszutauschen.

Termin: Donnerstags, 14:00-17:00 Uhr, HRA, weitere Infos: <https://www.hra-hamburg.de/ueber-uns/organisation/promovierenden-rat/aktivitaeten/write-in.html>

Weitere Veranstaltungen für Promovierende der Hamburger Hochschulen im [Kursportal HH der HRA](#)

Reform des Wissenschaftszeitvertragsgesetzes

Ende März wurde die Reform des Wissenschaftszeitvertragsgesetzes (WissZeitVG) beschlossen, mit der u. a. die Planbarkeit und Verbindlichkeit von Karrierewegen für Promovierende erhöht werden soll. So wird beispielsweise die Höchstbefristungsdauer in der Qualifizierungsphase nach der Promotion von sechs auf vier Jahre reduziert (4+2-Modell). Es lohnt sich ein Blick in die FAQ des BMBF: <https://www.bmbf.de/bmbf/shareddocs/faq/wisszeitvg-reform.html>

Eure Ansprechpartnerin für diesen Newsletter ist Dr. Nina Feltz.

E-Mail: pro-exzellenzia@hamburginnovation.de

Tel: 040 76629-3122

Impressum: <https://pro-exzellenzia.de/impressum>

Datenschutzerklärung: <https://pro-exzellenzia.de/datenschutzerklärung>



Das Projekt Pro Exzellenzia plus wird von der Europäischen Union und von der Freien und Hansestadt Hamburg (FHH) finanziert.



Kofinanziert von der
EUROPÄISCHEN UNION



Ziel des Qualifizierungsprogramms von Pro Exzellenzia plus ist es, hochqualifizierte Frauen auf ihren Karrierewegen zu begleiten und sie bei der Weiterentwicklung ihrer Karriere- und Führungskompetenzen zu unterstützen.

Wir freuen uns über Rückmeldungen und Anregungen dazu, was ihr im Newsletter lesen wollt, was zu viel ist und was zu kurz kommt. Und wir freuen uns natürlich auf ein hoffentlich baldiges Wiedersehen in Präsenz oder digital!

[Abbestellen](#) | [Ihr Abonnement verwalten](#)

MailPoet