

Gleich- stellungs- referat



Ziele verwirklichen und sich persönlich weiterentwickeln

Ziele verwirklichen und sich persönlich weiterentwickeln

Ein Seminar mit Simone Kubowitsch (GAP, München) für Nachwuchswissenschaftlerinnen an der UUlM

Inhalte:

- Wie formuliere ich für mich selbst stimmige und attraktive mittelfristige Ziele (beruflich und persönlich)?
- Wie entwickle ich Strategien und praktische Vorgehensweisen, um meine Ziele verwirklichen zu können?
- Wie kann ich meine persönlichen Ressourcen (und Unterstützung in meinem sozialen Umfeld) für die Zielerreichung ausbauen?
- Wie beziehe ich dabei meine persönlichen Einstellungen, meine Verhaltensweisen und meine inneren Prozesse (Mind & Body) ein?
- Wie bette ich das Verwirklichen meiner Ziele in eine authentische und ganzheitliche persönliche Weiterentwicklung ein?

Aufbau der Veranstaltung:

- Eintägiges Seminar in der Teilnehmerinnengruppe
- Nach einer Transferphase: individueller Coaching-Termin (zweistündig); optional: zweiter individueller Termin
- Gruppengröße: 8 Teilnehmerinnen

Trainerin:

Simone Kubowitsch, Diplom-Psychologin
Langjährige Coaching- und Trainingserfahrung
in der Wirtschaft sowie Lehrerfahrungen an
Universität und Hochschule.

<http://www.gap-web.de/>

Anmeldung

Gleichstellungsreferat

Dr. Dorothea Güttel

E-Mail: seminare-gb@uni-ulm.de

Tel.: +49 (0)731/50-22418

Internet: <http://www.uni-ulm.de/misc/gleichstellungsportal/>

Termin

12. Juni 2018

9:00 bis 17:00

Glaskasten Raum 2.01, Helmholtzstr. 16

Anmeldeschluss

05. Juni 2018