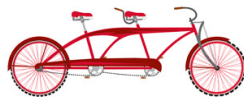


Veranstaltungen KarriereStartMentoring 2021 Sommer-Semester 2021

Stand 29.03.2021, Änderungen vorbehalten

<p>10./17.12.20 16 - 19:30 Uhr oder 06./12.01.21 16 - 19:30 Uhr Online</p>	<p>Karriereplanung – Was passt zu mir und meinen Werten Referentin: Katja Wolter</p>	<p>Unterstützung bei der Karriereentscheidung; Analyse und Reflexion der eigenen Werte; Entwicklung individueller Karriereziele im sozialen und beruflichen Kontext; Gewinnung von Klarheit im Prozess der eigenen Karriere- und Zukunftsplanung; bewusste Wahrnehmung der eigenen Ressourcen</p>
<p>11.03.21 16-18 Uhr Online</p>	<p>Einführungsworkshop Mentoring Teil 1 Referentin: Sabine Petters</p>	<p>Kennenlernen, Projektinhalte und Ablauf des Mentoringprojektes Organisatorisches; Rollen in der Mentoring-Beziehung, Vorbereitung der ersten Treffen mit den Mentor*innen</p>
<p>15.04.21 17-21 Uhr Online</p>	<p>Einführungsworkshop Mentoring Teil 2 Referentin: Sabine Petters</p>	<p>Teambildung, Austausch zu Karrierethemen, Gestaltung der Mentoringbeziehungen,</p>
<p>Regelmäßig Online/HOST 20.05. 16-18 Uhr 17.06.</p>	<p>Moderierte Menteeetreffen Referentin: Sabine Petters</p>	<p>Austausch über Erstgespräche und bisherige Erfahrungen mit Mentor*innen, Klärung von Fragen, Gestaltung Mentoring, Gruppen- und persönliche Wünsche</p>
<p>27.04.21 13 – 18 Uhr oder 26.05.21 9-14 Uhr Online</p>	<p>Bewerbungstraining Referentin: Stefanie Rätker</p>	<p>Bewerbungs ~-Unterlagen; -Mappe, -foto, -gespräch, -verhalten und Assessment-Center, Verhaltensstrategien und Recruitingspiele sind Themen dieses Workshops. Von der theoretische Einstimmung bis hin zur Individualberatung. in Kooperation mit der Techniker Krankenkasse</p>
<p>29.04.21 13 – 18 Uhr oder 05.05.21 9-14 Uhr Online</p>	<p>Die Gehaltsverhandlung - sich nicht unter Wert verkaufen Referentin: Antje Koch</p>	<p>Die richtige Einstellung: vom Bittsteller zum Problemlöser für ein Unternehmen; Wie Sie die wichtigsten Vorbereitungs- und Recherchequellen richtig nutzen. Welches Einstiegsgehalt in Ihrem Beruf/Ihrer Branche realistisch ist. Wann der geeignete Zeitpunkt für Gehaltsverhandlungen gekommen ist. Welche Argumente für Sie als den besten Kandidaten sprechen. Wie Sie am besten auf Gegenargumente Ihres Verhandlungspartners reagieren. Mit welcher Taktik Sie in Gehaltsverhandlungen überzeugen können. Welche Spielregeln es dabei zu beachten gilt. in Kooperation mit der Techniker Krankenkasse.</p>
<p>04.06.21 (oder 04.09.21) 10-17 Uhr HOST</p>	<p>Ressourcen in Bewegung bringen Gemeinsam mit ehemaligen Mentees Referentin: Sabine Petters</p>	<p>Natur als Coachingraum (Wanderung ca. 16-18 km nördlich von Stralsund) Mit Hilfe der Eindrücke aus der Natur wird die Reflektion und Auseinandersetzung mit den eigenen Ressourcen angeregt. Es geht darum, Entspannung, Kraft und Lebendigkeit zu finden und für sich Möglichkeiten zu erarbeiten, Stresssituationen längerfristig abzubauen.</p>
<p>11./12.06.21 je 9-17 Uhr HOST</p>	<p>Kommunikationskünstlerin werden & sich und Teams verstehen lernen (2 Tage) Referent: Alexander Wright</p>	<p>Kennenlernen der Grundlagen von Kommunikation; Einsatz der eigenen Persönlichkeit in der Kommunikation; Fokussierung auf verschiedene Rollenverständnisse; Erlernen eines spürbar selbstsicheren Auftretens; Einführung einer Feedback-Kultur; Methoden und Techniken zur Kontaktaufnahme;</p>



<p>Regelmäßig Online/HOST 30.09.21 21.10.21 18.11.21 16.12.21</p>	<p>Moderierte Menteteetreffen Referentin: Sabine Petters</p>	<p>Gemeinsames Beisammensein, Erfahrungsaustausch, Wünsche für Netzwerkveranstaltungen und Workshops, Klärung von Fragen</p>
<p>04.09.21 (oder 04.06.21) 10-17 Uhr HOST</p>	<p>Ressourcen in Bewegung bringen Gemeinsam mit ehemaligen Mentees Referentin: Sabine Petters</p>	<p>Natur als Coachingraum (Wanderung ca. 16-18 km nördlich von Stralsund) Mit Hilfe der Eindrücke aus der Natur wird die Reflektion und Auseinandersetzung mit den eigenen Ressourcen angeregt. Es geht darum, Entspannung, Kraft und Lebendigkeit zu finden und für sich Möglichkeiten zu erarbeiten, Stresssituationen längerfristig abzubauen.</p>
<p>08.10.21 8-16Uhr Online</p>	<p>Schlagfertigkeitstraining für Frauen Referentin: Alexandra Kramm</p>	<p>Erste Hilfe Koffer für Schlagfertigkeit; Wie kontern beim Rededuell. erste Techniken erlernen, ausprobieren und üben, Training für selbstsicheres und selbstbewusstes Auftreten in jeglicher Situation; Selbstpräsentation & Strategien in den unterschiedlichen Präsentationssituationen erarbeiten</p>
<p>14. oder 15.10.21 HOST</p>	<p>Mit Stil zum Ziel Referentin: Johanna Kanka-Maue (Workshop erfolgt in Halbtagesgruppen mit ca. 6 Teilnehmerinnen; pro TN ein Halbtagesseminar)</p>	<p>Wie hinterlässt man durch die Besonderheiten der eigenen Persönlichkeit einen bleibenden Eindruck? Was hebt mich als Person aus der Masse heraus? Wie kann ich meine Individualität unterstreichen? Was ist das Handwerkszeug eine zielorientiertes Bewerbungerscheingung und für erfolgreiche Auftreten in Bewerbungsgesprächen? Kleingruppentermine werden vereinbart.</p>
<p>28.10.21 14– 17 Uhr Online</p>	<p>Verbund-Netzwerkveranstaltung</p>	<p>Verbundnetzwerktreffen von Mentees & Mentor*innen der Hochschulen Neubrandenburg, Stralsund & Wismar,</p>
<p>12.11.21 9-17 Uhr HOST</p>	<p>Effektives Selbstmanagement- vom wertvollen Umgang mit Zielen, Zeiten und Energie Referent: Alexander Wright</p>	<p>Grundlagen & Techniken des Zeitmanagements; destruktive und konstruktive Stressbewältigung; Haltung zu Zeit / Selbstorganisation / Stress: Werte und Glaubenssätze; Ausprobieren von Balancing-Methoden; Erfolgsstrategien für Motivation, Extrinsische und intrinsische Motive; Motivationsmöglichkeiten in schwierigen Situationen – Umgang mit Widerständen; Selbst-motivation</p>
<p>25.11.21 17 - 21 Uhr Scheelehof Stralsund</p>	<p>Netzwerkveranstaltung: Netzwerktreffen Mentee – Mentoren „Stil & Etikette“ Referentinnen: Jana Krüger</p>	<p>Eine Einladung zum Essen mit wichtigen Geschäftspartner*innen steht an: Wie reagiere ich auf solch eine Einladung? Was ziehe ich an? Wie benehme ich mich bei Tisch? Welches Getränk bestelle ich? Welche Gabel benutze ich zuerst? Auf witzige Art wollen wir uns gemeinsam mit unseren Mentor*innen einen Abend lang diesem Thema widmen. Erfahrungen austauschen und bei einem kleinen Dinner alles ausprobieren. Abschlusspräsentationen der Mentees, feierliche Übergabe der Zertifikate</p>
<p>In Planung</p>	<p>Fotoshooting Bewerbungsfotos</p>	<p>Professionelle Bewerbungsfotos mit Coaching Kostenbeteiligung; Kleingruppentermine werden vereinbart.</p>
<p>In Planung</p>	<p>Abendveranstaltungen zu karriere-relevanten Themen</p>	<p>z.B. Vereinbarkeit, Entrepreneurship, Promotion oder Austausch mit ehemaligen Mentees zum Thema Karrierestart</p>