

Liebe Leserinnen,

die Broschüre „fokus frau.“ ist eine Sammlung aller Angebote exklusiv für Frauen an der Humboldt-Universität zu Berlin. Sie ist in Kooperation der Beruflichen Weiterbildung, des Career Centers, der Psychologischen Beratung, FiNCA und der zentralen Frauenbeauftragten entstanden. **Die Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner zu den jeweiligen Veranstaltungen und Terminen finden Sie auf Seite 6 und 7.**

Viel Spaß beim Kennenlernen der zahlreichen und vielfältigen Angebote!

Ihre zentrale Frauenbeauftragte

Dr. Ursula Fuhrich-Grubert

Für Schülerinnen

Am Campus Adlershof

Girls' Day: Jährlich öffnen am vierten Donnerstag im April zum Mädchen-Zukunftstag die Institute der MINT-Fächer an der Humboldt-Universität für Schülerinnen ab der 5. Klasse ihre Türen.

Anmeldung und weitere Informationen: FiNCA

Club Lise: Der Club Lise ist ein Mentoringprogramm für Schülerinnen ab der 10. Klassenstufe, das vor allem Schülerinnen mit Migrationshintergrund für natur- und ingenieurwissenschaftliche Studiengänge sensibilisiert.

Anmeldung und weitere Informationen: Club Lise

AGs für Schülerinnen: Die interdisziplinären Arbeitsgemeinschaften mit dem Schwerpunkt Informatik treffen sich wöchentlich, beispielsweise zum Thema „Lust auf Informatik?!“.

Anmeldung und weitere Informationen: FiNCA

Ferientreff-Kurse: In den Oster- und Sommerferien finden berufsorientierende fächerübergreifende Kurse statt. Es werden beispielsweise ein Roboterkurs und ein Fotokurs angeboten.

Anmeldung und weitere Informationen: FiNCA



Für Studentinnen

Rhetorik und Kommunikation für Studentinnen: Der Kurs vermittelt rhetorische Kenntnisse sowie Fähigkeiten und deckt unbewusste Verhaltensmuster im Gespräch auf.
Anmeldung und weitere Informationen: Career Center

Mit Selbstvertrauen durchs Studium - Prüfungssängste besser bewältigen: In diesem Kurs wird gelernt, die Angst vor Prüfungssituationen zu überwinden. Dazu wird erklärt, wie die Angst entsteht und grundsätzlich verändert werden kann. Zusätzlich werden Entspannungstechniken vermittelt.
Anmeldung und weitere Informationen: Psychologische Beratung

Mit Selbstvertrauen durchs Studium - Redeängste besser bewältigen: Der Kurs hat zum Ziel, die Angst vor Redesituationen zu überwinden. Dazu werden verschiedene Entspannungstechniken vermittelt, erklärt, wie Angst überwunden werden kann, und an kleineren Redebeiträgen geübt.
Anmeldung und weitere Informationen: Psychologische Beratung

Sportangebote exklusiv für Frauen: Im Semester und in der vorlesungsfreien Zeit werden diverse Sportkurse für Frauen angeboten, beispielsweise: Beach Soccer, Rugby, Fußball, Boxen und Kickboxen.
Anmeldung und weitere Informationen: Hochschulsport

Am Campus Adlershof

Promovieren in den Naturwissenschaften: Einmal pro Semester findet eine Informationsveranstaltung zum Thema „Promovieren in den Naturwissenschaften“ in Adlershof statt.
Anmeldung und weitere Informationen: FiNCA

FiNCA-KLUB-Veranstaltungen: Mehrfach im Semester finden Informationsveranstaltungen zu Themen wie „Mein Berufsleben nach dem Studium“, „Studieren mit Erfolg“ und „Yolante-Mentoring“ statt.
Weitere Informationen: FiNCA

„3D-Programmierung mit OpenGL“: Das semesterbegleitende Tutorium für Studentinnen aller Fachrichtungen wird studentisch organisiert.
Anmeldung und weitere Informationen: FiNCA

Für alle Mitarbeiterinnen in Verwaltung und Technik sowie in der Wissenschaft

Führungsseminar – speziell für Frauen: Ziel des Seminars ist es, Führungsverhalten zu professionalisieren.

Anmeldung und weitere Informationen: Berufliche Weiterbildung

Zeit- und Selbstmanagement: Der Kurs bietet Hilfestellung für ein effizientes und stressarmes Management.

Anmeldung und weitere Informationen: Berufliche Weiterbildung

Selbstpräsentation – sich positionieren: In dem Kurs werden Wirkungskriterien zur überzeugenden Selbstpräsentation für das schriftliche und mündliche Marketing in eigener Sache erarbeitet.

Anmeldung und weitere Informationen: Berufliche Weiterbildung

Rhetorik und Selbstpräsentation für Frauen: Ziel des Intensivlehrgangs ist es, sich in Gremien bzw. der Öffentlichkeit möglichst frei artikulieren zu können.

Anmeldung und weitere Informationen: Berufliche Weiterbildung

Atem und Stimme als Spiegel der Persönlichkeit: Mit Methoden aus der Sprechstimmbildung und dem Schauspieltraining wird an Sprechsicherheit gearbeitet.

Anmeldung und weitere Informationen: Berufliche Weiterbildung

Konflikt- und Stressmanagement: Ziel des Seminars ist eine Überprüfung hinsichtlich des eigenen Bewertungs- und Denkstils in Situationen, die Konflikte und Stress auslösen, sowie das Entdecken und Fördern von persönlichen Kompetenzen.

Anmeldung und weitere Informationen: Berufliche Weiterbildung

Ihr starker Auftritt: Ein Seminar für Frauen, die sich zu Wort melden wollen.

Anmeldung und weitere Informationen: Berufliche Weiterbildung

Erfolg mit Stil – Frauen kommunizieren anders als Männer: Nutzen Sie das Potential des Unterschieds!

Anmeldung und weitere Informationen: Berufliche Weiterbildung

Sportangebote exklusiv für Frauen: Im Semester und in der vorlesungsfreien Zeit werden diverse Sportkurse für Frauen angeboten, beispielsweise: Beach Soccer, Rugby, Fußball, Boxen und Kickboxen.

Anmeldung und weitere Informationen: Hochschulsport

Für wissenschaftliche Mitarbeiterinnen, Promovendinnen und PostDocs

ProFiL: Das hochschulübergreifende Programm zur Förderung von Frauen auf dem Weg zur Professur kombiniert Mentoring und wissenschaftsspezifisch ausgerichtete Trainings und Seminare mit dem Aufbau des ProFiL-Netzwerks und strategischer Vernetzung.
Bewerbung und weitere Informationen: ProFiL

Der Weg zur Professur: Das Aufbauseminar widmet sich der individuellen Karriereplanung für Promovierende und PostDocs.
Anmeldung und weitere Informationen: Berufliche Weiterbildung

Bewerbungsstrategien für eine Professur bzw. Juniorprofessur: In dem Aufbauseminar wird das Bewerbungs- und Berufungsverfahren transparent gemacht und Strategien zur optimalen Selbsteinschätzung entwickelt.
Anmeldung und weitere Informationen: Berufliche Weiterbildung

Am Campus Adlershof

Graduate Program Adlershof für Promovendinnen: Das Qualifizierungs- und Mentoringprogramm richtet sich an Promovendinnen aller Fachrichtungen am Campus Adlershof.
Bewerbung und weitere Informationen: Graduate Program Adlershof für Promovendinnen

Für Professorinnen

Am Campus Adlershof

Adlershofer Ladies Lunch: Regelmäßig findet ein Mittagessen mit Keynote Speakers aus Wissenschaft, Wirtschaft oder Politik mit Diskussionsmöglichkeit und Gelegenheit zum persönlichen Gespräch statt. Die „Initiativgemeinschaft Außeruniversitärer Forschungseinrichtungen in Adlershof e.V.“ (IGAFA) lädt in Kooperation mit der Humboldt-Universität zu Berlin und der WISTA-MANAGEMENT GmbH regelmäßig dazu ein.
Weitere Informationen: FiNCA

Ihre Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner

Berufliche Weiterbildung

Die Berufliche Weiterbildung der Humboldt-Universität ist eine Einrichtung der Abteilung für Personal und Personalentwicklung. Sie ermöglicht ein umfangreiches Weiterbildungs- und Schulungsangebot für alle Beschäftigten der Universität - von der studentischen Beschäftigten bis zur Professorin.

Christine Alpermann

Telefon: (030) 2093 – 5310

berufliche.weiterbildung@hu-berlin.de

wwwz.hu-berlin.de/berweit/BWb

Career Center

Das Career Center der Humboldt-Universität ist eine Serviceeinrichtung an der Schnittstelle von Beruf und Wissenschaft. Ganzjährig werden für Studierende Bewerbungstrainings, Kurse zu berufsfeldbezogenen Zusatzqualifikationen (anrechenbar im Bachelorstudium) und Beratung zum Berufseinstieg angeboten.

Rosmarie Schwartz-Jaroß

Telefon: (030) 2093 – 1165

rosmarie.schwartz-jaross@uv.hu-berlin.de

www.careercenter.hu-berlin.de

Psychologische Beratung

Die Beratungsstelle ist eine Einrichtung der Studienabteilung. In Einzelberatungsgesprächen und Gruppenangeboten bietet sie Hilfe bei Problemen und in Krisensituationen.

Holger Walther

Telefon: (030) 2093 – 70272

psychologische-beratung@hu-berlin.de

studium.hu-berlin.de/beratung/psycho_html

Hochschulsport

Der Hochschulsport ermöglicht ein vielfältiges Sport- und Gesundheitsangebot als Teil des universitären Lebensraums. Neben zahlreichen Kursangeboten für Frauen, bietet der Hochschulsport studierenden Spitzensportlerinnen im Verbund mit Mentorinnen und Mentoren auf Instituts- und Fakultätsebene Unterstützung in der Umsetzung einer „dualen Karriereplanung“ an – eine erfolgreiche Verbindung von Spitzensport und Studium.

Martina Rost

Telefon: (030) 2093 – 4869

hochschulsport@cms.hu-berlin.de

www.zeh.hu-berlin.de

FiNCA

Das Projekt „Frauen in den Naturwissenschaften am Campus Adlershof“ (FiNCA) ist eine Initiative, um Schülerinnen für die MINT-Fächer zu gewinnen und Naturwissenschaftlerinnen zu unterstützen und zu fördern.

Dr. Márta Gutsche

Telefon: (030) 2093 – 5468

gutsche@informatik.hu-berlin.de

www.adlershof.hu-berlin.de/finca

Club Lise

Das Projekt wird von der Humboldt-Universität und THINK ING., der Initiative für den IngenieurInnennachwuchs des Arbeitgeberverbandes GESAMTMETALL, gefördert und ist am Institut für Physik angesiedelt.

Susanne Jank & Prof. Dr. Lutz-Helmut Schön

Telefon: (030) 2093 – 7963

jank@physik.hu-berlin.de

www.club-lise.de

Graduate Program Adlershof für Promovendinnen

Das Programm ermöglicht überfachliche Zusatzqualifikationen und individuelle Karriereunterstützung in den verschiedenen Phasen der Promotion. Es wird in Abstimmung mit der Humboldt Graduate School und in Kooperation mit FiNCA durchgeführt.

Telefon: (030) 2093 – 3933

www.adlershof.hu-berlin.de/promovendinnen

ProFiL

Das Programm „ProFiL. Professionalisierung für Frauen in Forschung und Lehre: Mentoring – Training – Networking“ zur Förderung hoch qualifizierter Wissenschaftlerinnen ist eine Kooperation der Humboldt-Universität zu Berlin, der Technischen Universität Berlin und der Freien Universität Berlin. Seit 2008 ist die Universität Potsdam ebenfalls beteiligt. Eine Ausschreibung erfolgt einmal im Jahr.

Dorothea Jansen

Telefon: (030) 314 - 29304

jansen@tu-berlin.de

www.profil-programm.de



Bildnachweise

Frauengruppe (Titelbild, S. 7): Felix Schumann.

Prüfstand in Adlershof (Titelbild): Petra Franz.

Ruderinnen (Titelbild, S. 2): Daniel Cöster.

Statue (Titelbild): Lana Tavits.

Rede Silvija Seres (Titelbild): Bernd Prusowski.

Dozentin (Titelbild): Matthias Heyde.

Gewichtheberin (Titelbild): Jessica Meier.

Hauptgebäude (Titelbild): Lana Tavits.

Caroline von Humboldt (Titelbild): gemeinfrei.

Zentrale Frauenbeauftragte der
Humboldt-Universität zu Berlin
Unter den Linden 6
10099 Berlin
Telefon: (030) 2093 - 2840
frauenbeauftragte@hu-berlin.de

frauenbeauftragte.hu-berlin.de