

Fotoprotokoll

**Abschlussveranstaltung, Kompetenzwerkstatt MINT-Frauen, -Stadtwerke Bielefeld-
am 20. Mai 2014, 16:30-18:00 Uhr**

Programm

- Ab 16:00** **Ankommen und Abfrage Meinungsbild**
- 16:30 Uhr** **Begrüßung**
Volker Wilde, Geschäftsbereichsleiter Personal und Zentrale Dienste
Stadtwerke Bielefeld GmbH,
Moritz Lippa, Geschäftsführer IfB OWL e.V.
- 16:40 Uhr** **Highlights aus der Kompetenzwerkstatt MINT-Frauen**
Frau Dr. Angelika Kipp, OWL Maschinenbau e.V.
Frau Olga Lukjanow, Initiative für Beschäftigung OWL e.V.
Frau Dr. Ulrike Struwe, Kompetenzzentrum Technik - Diversity -
Chancengleichheit e.V.
- 17:00 Uhr** **„Methoden zum Mitnehmen“ – Kurz-Workshops**
1. Workshop: *MINT-Nachwuchskräfte gewinnen, binden und fördern*
2. Workshop: *Selbst- und Zeitmanagement für den betrieblichen
Alltag*
3. Workshop: *Veränderungsfähigkeit – Im Spannungsfeld zwischen
externen Anforderungen und persönlichen Ressourcen*
- Ab 18:00 Uhr** **Netzwerken und gemütlicher Ausklang des Abends**

Die Kooperationspartner:



Gefördert durch:



Impressionen



16:40 Uhr Highlights aus dem Projekt, siehe PPT

17:00 Uhr Methoden zum Mitnehmen

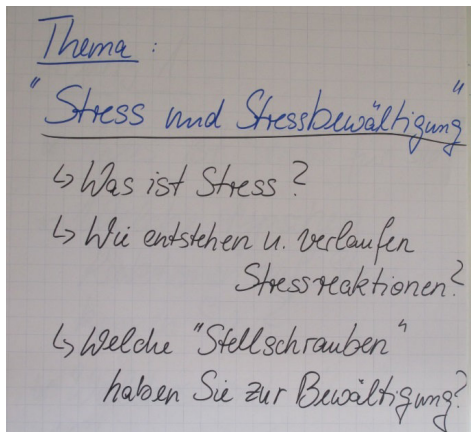
1) Workshop „Selbst- und Zeitmanagement für den betrieblichen Alltag“

Moderation: Dr. Angelika Kipp, OWL MASCHINENBAU e.V.

Beschreibung:

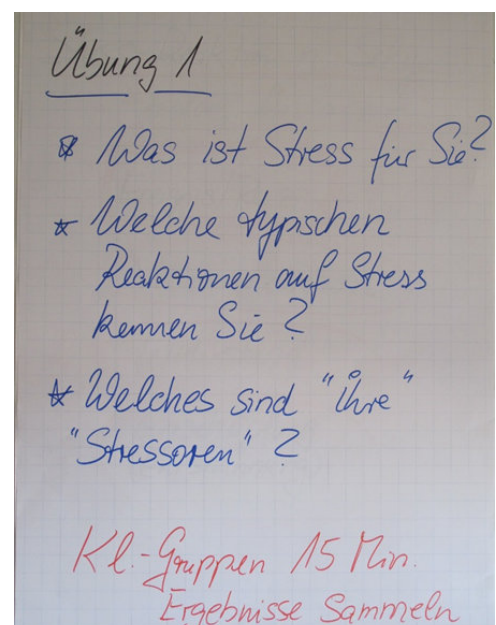
Der Workshop befasste sich mit unserem alltäglichen „Stress“ – oft ausgelöst durch „Zeitnot“. Was meinen wir mit „Stress“, wie entsteht er und wie nehmen wir ihn wahr? In der Auseinandersetzung mit individuellen „Stressfaktoren“ und „Reaktionen“, befasst sich der WS mit spezifischen „Bewältigungsstrategien“. Diese sollen helfen, immer wieder zu optimalen Leistungen zurückfinden.

Überblick der Inhalte des Workshops



*„Zeitmanagement ist Unsinn. Sie können die Zeit nicht managen – nur Ihr Verhalten.“
(Zitat von Prof. Dr. Dr. Michael Kastner, Psychologe und Hochschullehrer IAPAM Herdecke und TU Dortmund)*

Zum Einstieg eine 1. Übung in 3 Kleingruppen:



Ergebnisse der Arbeitsgruppen – 2 Gruppen siehe Karten auf Metaplanwand, 3. Gruppe siehe Flipchart

The metaplan wall features the following sticky notes:

- Column 1 (Left):**
 - Selbstbestimmte Arbeitsverhältnisse
 - Zeitnot
 - Wunder/Worte → Zeitnot
 - Externe Projektvorgabe Zeitdruck
 - Schicksal Anordnung von außen Fremdbestimmung
 - Unklarheiten/Schwierigkeiten → Extens der rationalen Zeit kostet
 - Externe Druck verstärkt Prioritätensetzung
 - Zeitnot
 - Hormone
 - Kopfschmerzen
- Column 2 (Middle-Left):**
 - Filter in Kopf Prioritäten
 - Umgehalten → Explosiv bei Kleinigkeiten
 - Schnellpuls / schlechter Schlaf
 - irrationale Reaktionen
 - innere Hektik "Korre"
 - höherer domminanzaktiv
 - Kaffee + Solo Kaffee
 - 3.
- Column 3 (Middle-Right):**
 - 1. hohe Erwartungen Leistungsdruck
 - Zeitdruck
 - Verzerrbarkeit von Beruf + Privatleben/Familie
 - Angst vor Fehlern
 - Konflikte
 - Fremdbestimmung
 - 3.
- Column 4 (Right):**
 - 2. Schockstarre
 - Gerechtigkeit
 - Unkonzentriertheit
 - Schneller Puls / Schwitzen
 - Schlafstörungen
 - Bauchschmerzen Kopfschmerzen
 - Eigener Perfektionismus
 - Mein gesetzter eigener Zeitplan
 - Kollegen / Chefs
 - 2. Zuerst, gleichzeitiger Input
 - plötzliche Planänderungen

Stress

- an eigene Grenzen stoßen
- spontane Aufgaben
- Zeit- u. Leistungsdruck
- Konflikte im Team

Reaktionen

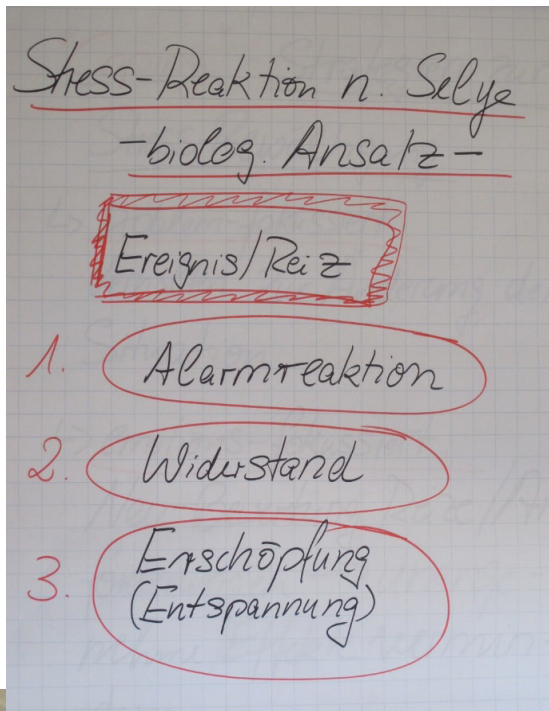
- körperlich (Stimme, Schlaf...)
- Verhalten (oberflächlich, hektisch...)

Stressoren

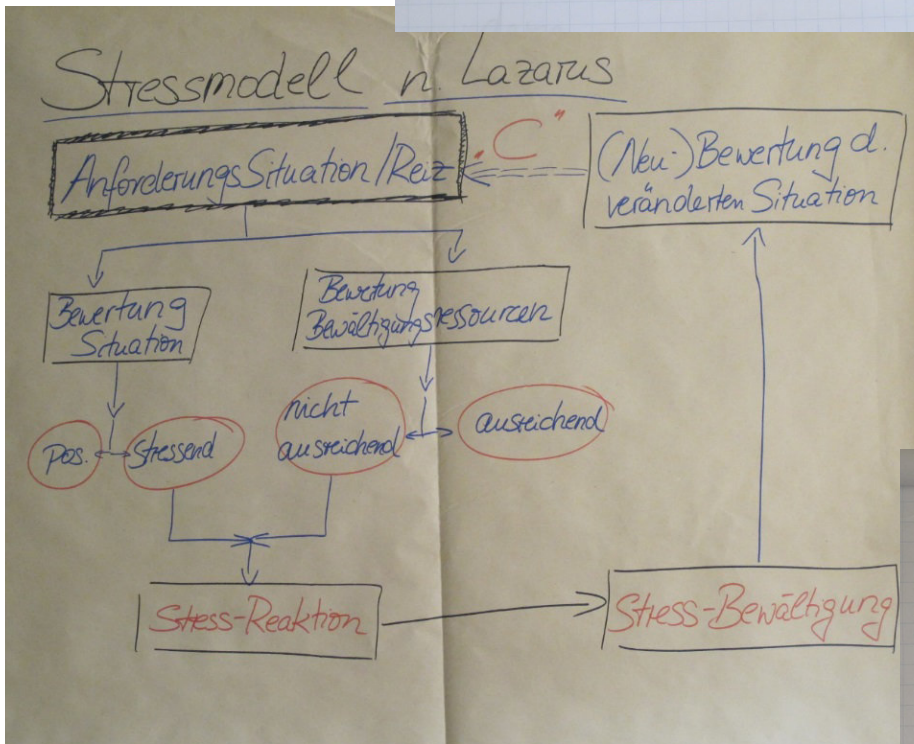
- Zeitnot
- Leistungsdruck
- Störungen (Lautstärke, Unterbrechungen)
- unklare Aufgabenstellungen

Input Angelika Kipp

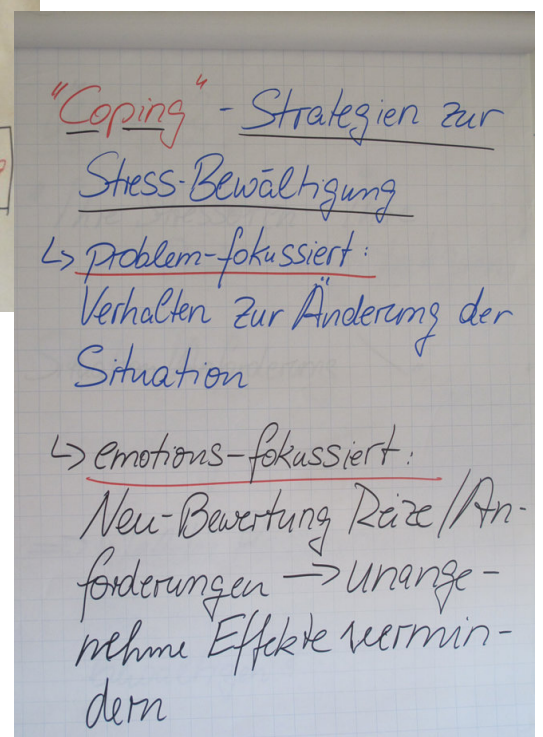
1)



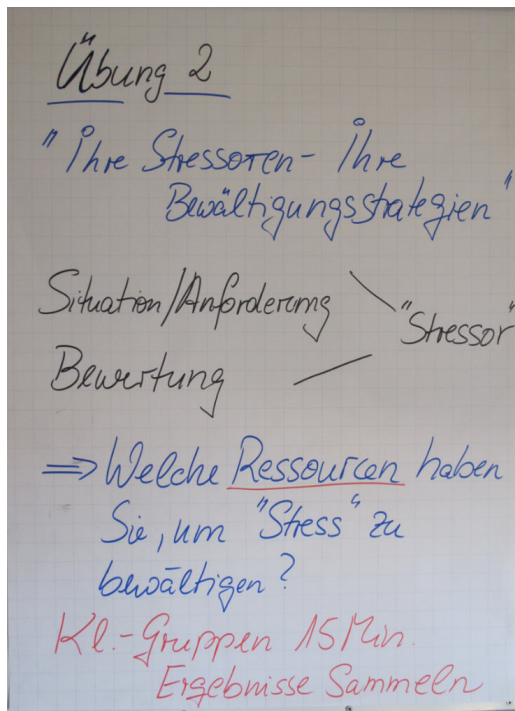
2)



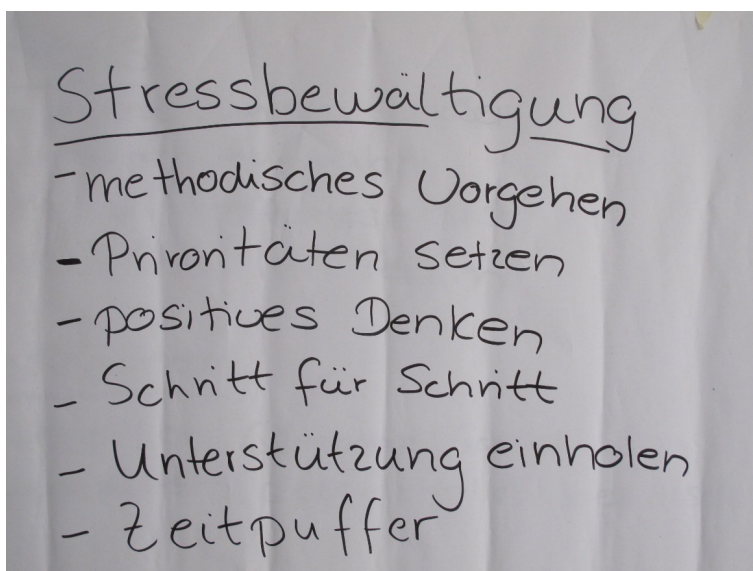
3)



2. Übung: Strategien zur Stressbewältigung in 3 Klein-Gruppen erarbeiten



Ergebnisse



2) Workshop „Mint-Nachwuchskräfte gewinnen, binden und fördern - Mit der richtigen Ansprache mehr Frauen in MINT-Berufen gewinnen“

Moderation Frau Dr. Ulrike Struwe, Kompetenzzentrum Technik - Diversity - Chancengleichheit e.V.

Beschreibung:

Die Bedeutung zielgruppengerechter Personalmarketing- und Personalentwicklungsmaßnahmen hat in den letzten Jahren immer mehr an Bedeutung gewonnen. Auch im Rahmen der Kompetenzwerkstatt MINT-Frauen wurde dieses Thema in einem der Veranstaltungsschwerpunkte behandelt.

Der Workshop nahm Impulse aus dem Kompetenzworkshop „MINT-Fachkräftenachwuchs (m/w) binden und fördern“ auf und gab Tipps für ein gezieltes Personalmarketing bei der Ausschreibung von Stellen im MINT-Bereich, bei der Herstellung von Mitarbeiterbindungsmaßnahmen und der Förderung von MINT-Nachwuchskräften „On the Job“.

Nach einem kurzen Input zu den Themen „Von Lego zu MINT: Unterschiede zwischen Männern und Frauen“ und „Gute Gründe für gemischte Teams“ konnten sich die Teilnehmenden zu Best Practices auszutauschen.

Ziel der Diskussion war es, den Transfer von Erfahrungen anderer Akteure auf die eigene Arbeitswelt zu erleichtern und die Ideen der anderen Teilnehmer zugänglich zu machen.

(PPT siehe Anlage)



3) Workshop „Veränderungsfähigkeit – Im Spannungsfeld zwischen externen Anforderungen und persönlichen Ressourcen“

Moderation Olga Lukjanow und Sara Maria Hellmann Initiative für Beschäftigung OWL e.V.

Beschreibung:

Veränderungen spielen im Leben jedes Menschen immer wieder eine Rolle. Gerade im beruflichen Kontext können sie zum Problem werden, aber auch ein Anlass für persönliche und fachliche Weiterentwicklung sein.

Das Wort „Change Management“ wird längst nicht mehr nur in der akademischen Diskussion innerhalb der Wirtschaftswissenschaften thematisiert, sondern ist zu einem methodischen Konzept in der betrieblichen Praxis geworden. Dabei kann eine gezielte Reflexion des eigenen Lebens- und Berufsweges kann einen sensibler gegenüber Veränderungen machen und helfen, Veränderungen positiv zu begegnen und sie gewinnbringend zu bewältigen.

In diesem Kurz-Workshop wurden den Teilnehmenden - nach einem kleinen theoretischen Input zum Thema Veränderungsfähigkeit und Ansatzpunkten für Change Management - eine Methode vorgestellt, mit der sie sich ihre eigene Biographie und ihre persönlichen Entwicklungsstufen vergegenwärtigen und diese visualisieren konnten.



Input Sara Hellmann und Olga Lukjanow

„Kompetenzwerkstatt MINT-Frauen“

Methoden zum Mitnehmen:

„Veränderungsfähigkeit – Im Spannungsfeld
Zwischen externen Anforderungen und
persönlichen Ressourcen“



Zehn Personaler nach den Elementen von Veränderungsfähigkeit und Veränderungsmanagement gefragt, geben ein buntes und chaotisches Bild.

Warum brauchen wir dann eigentlich Veränderungen und so etwas wie Change Management?

Anlässe für Veränderung / Change Management

beruflich

- Veränderungen im Business
- Wandel zur wertschöpfenden Personalarbeit
- Umstrukturierung
- Wachstum
- Kosten
- Wettbewerb
- ...

privat

- Wunsch nach beruflicher Veränderung
- Umzug
- Trennung
- Familienzeit
- Krankheit
- Pflegearbeit
- ...



Veränderungsfähigkeit / Change Ability

Mögliche Herausforderungen & Hemmnisse im Veränderungsprozess in Bezug auf:

- Wissen ⇒ Können ⇒ Wollen (Mensch)
- (Unternehmens-) Kultur
- Widerstände (rational / emotional)
- Technologie
- Organisation
- Strategie
- Kosten- / Zeitdruck
- „Saubere“ Kommunikation
- Interessen- / Zielkonflikte



Bereit sein ist Alles – Persönliche Ressourcen nutzen



Erfahrungen zugänglich machen



DIE ERFAHRUNG IST WIE EINE
LATERNE IM RÜCKEN; SIE BELEUCHTET
STETS NUR DAS STÜCK WEG, DAS WIR
BEREITS HINTER UNS HABEN.

- Konfuzius

Quelle: FlowTender.de



Aufgabenbeschreibung

Bitte suchen Sie sich eine Gesprächspartnerin bzw. einen Gesprächspartner und tauschen Sie sich aus über Ihren beruflichen Werdegang:

Visualisieren Sie Ihre berufliche Biografie bitte anhand folgender Skizze:
Wenn meine Biografie ein Fluss wäre, der durch eine Landschaft fließt,
Wie sieht dieser aus?
Woher kommt der Fluss?
Wo fließt er gegenwärtig?
Wohin und wie wird er sich entwickeln?

Bitte nehmen Sie sich pro Person 20 Minuten Zeit und wechseln Sie dann.

Exemplarische Ergebnisse des Workshops

