

18:30 Uhr Pause

19:00 Uhr Podiumsdiskussion

»Frauen in Beruf und Karriere«

Prof. Dr. Anja Seng | Rektoratsbeauftragte für Diversity Management an der FOM Hochschule

Diskussionsteilnehmer:

Prof. Dr. Beatrix Palt | FOM Dozentin für Allg. Betriebswirtschaftslehre sowie Inhaberin und Direktorin des INP Instituts für Nachhaltiges Projektmanagement

Henriette Viebig | Head of Group Corporate Communications bei der Körber AG

Gregor Schmitter | Leiter Human Resource Development bei T-Systems

Julia D. Tzanakakis | Head of Strategy & Governance bei Ernst & Young GmbH Wirtschaftsprüfungsgesellschaft

ab 20:00 Uhr **Mentoring und Ausklang mit Imbiss**

Nach der Vorstellung der Mentoren aus Wissenschaft und Wirtschaft besteht die Möglichkeit zum »Speed-Mentoring« und/oder zum freien Netzwerken.

Die Idee

Das »Speed-Mentoring« ist ein Mentoring im Mini-Format. In einer Art Speed Dating lernen die Mentees nach und nach verschiedene Mentoren kennen. Auf diese Weise können beide Seiten schnell und effektiv eine große Bandbreite an Wissen austauschen und interessante Menschen aus unterschiedlichen Bereichen kennenlernen. Als Mentoren stehen Ihnen die Workshop-Leiter sowie die Teilnehmer der Podiumsdiskussion zur Verfügung.

21:30 Uhr **Ende der Veranstaltung**

FOM Hochschule

Die 1993 von Verbänden der Wirtschaft gegründete staatlich anerkannte gemeinnützige FOM Hochschule verfügt über 31 Studienorte in Deutschland. Als praxisorientierte Hochschule für Berufstätige fördert die FOM den Wissenstransfer zwischen Hochschule und Unternehmen. Dabei sind alle Studiengänge der FOM auf die Bedürfnisse von Berufstätigen und Auszubildenden zugeschnitten.

Die hohe Akzeptanz der FOM zeigt sich nicht nur in der engen Zusammenarbeit mit staatlichen Hochschulen, sondern auch in zahlreichen Kooperationen mit regionalen mittelständischen Betrieben sowie mit internationalen Großkonzernen. Mit aktuell über 26.000 Studierenden ist die FOM die größte private Hochschule Deutschlands.

women@telekom

Mitveranstalter des »2. Frauen-Forums« ist das Frauennetzwerk Nord der Deutschen Telekom. Es besteht bereits erfolgreich seit fünf Jahren und macht sich für eine vielfältige und offene Unternehmenskultur stark, die Frauen und Männern gleichermaßen die Chance eröffnet, ihre individuellen Potenziale zu entfalten.

Deshalb unterstützt das Netzwerk das Programm zur Umsetzung der Frauenquote, bietet weiblichen Talenten Karriereberatung und hilft Frauen, sich zu vernetzen und sichtbarer zu werden.

Kontakte:

gundula.garbe@t-systems.com

annette.mueller-stellermann@t-systems.com

tatiana.schauer@t-systems.com

Unsere Studienberatung steht Ihnen gerne zur Verfügung:

free phone: 0800 1959595

[/fom](https://www.facebook.com/fom)

studienberatung@fom.de

[/FOMHochschule](https://twitter.com/FOMHochschule)

www.fom.de



Aachen | Augsburg | Berlin | Bochum | Bonn | Bönen | Bremen | Darmstadt | Dortmund | Duisburg | Düsseldorf | Essen | Frankfurt a. M. | Gütersloh | Hagen | Hamburg | Hannover | Kassel | Köln | Leipzig | Mannheim | Marl | München | Münster | Neuss | Nürnberg | Offenbach | Siegen | Stuttgart | Wesel | Wuppertal

FOM749-HH - 08/14



Einladung zur FOM Veranstaltungsreihe

»2. Frauen-Forum – Frauen in Beruf und Karriere«

Donnerstag | 30. Oktober 2014 | 16:30 Uhr | Hamburg



Informieren, austauschen, netzwerken

Das 2. Frauen-Forum gibt weiblichen Talenten wieder die Möglichkeit zum Informieren, Austauschen und Netzwerken. Im Mittelpunkt steht dieses Jahr die Frage: Was bringt Frauen nach oben oder hindert sie daran?

Frauen sind top ausgebildet und bewegen sich hinsichtlich ihrer Kompetenz schon lange auf Augenhöhe mit den Männern. Den meisten Unternehmen gelingt es, Frauen und Männer in gleichem Maße zu rekrutieren, was aber fehlt, ist, Frauen an die Spitze zu bringen. Das liegt nicht nur an der Frage des Kind-Karriere-Spagats und den privaten wie gesellschaftlichen Lebensumständen, sondern auch an unserer männlichen Managementkultur.

In diesem Jahr werden wieder führende Persönlichkeiten aus Wissenschaft und Wirtschaft über diese vielschichtige Thematik diskutieren und im Mentoring auf persönliche Fragestellungen der Teilnehmerinnen eingehen. Daneben erwarten Sie sieben interaktive Workshops zu spannenden Themen, die Frauen weiter bringen. Dabei besteht ausreichend Gelegenheit zum Netzwerken.

Die Deutsche Telekom gilt mit der angestrebten 30%igen Frauenquote als Vorreiter in Sachen Fair Share und ist Mitveranstalter des 2. Frauen-Forums.

Die **Teilnahme** an der Veranstaltung ist **kostenfrei**.

Bitte melden Sie sich bis zum 24. Oktober 2014 verbindlich unter folgender eMail an: sabine.vogt@fom.de. Bitte geben Sie hierbei den Workshop an, an dem Sie teilnehmen wollen. Die Teilnehmerzahl für die Workshops ist begrenzt.

Veranstaltungsort ist das FOM Hochschulzentrum, Schäferkampsallee 16a, 20357 Hamburg.



Die Veranstaltung im Überblick

16:30 Uhr Begrüßung

Prof. Dr. Anja Seng | Rektoratsbeauftragte für Diversity Management an der FOM Hochschule

Moderation durch den Tag

Dr. Gundula Garbe und Susanne Haag | Consulting & Sales bei T-Systems | Mitbegründerinnen des Frauennetzwerkes Nord der Deutschen Telekom

17:00 Uhr Workshops (nur mit Anmeldung)

Sie haben die Möglichkeit an einem von insgesamt sieben Workshops teilzunehmen. Bitte benennen Sie diesen im Rahmen Ihrer Anmeldung zum »2. Frauen-Forum«.

Workshop I

»Wirtschaftlichkeit von Diversity – wie der Abbau von unbewussten Vorurteilen Unternehmen stärkt«

Welche Vorurteile hegen wir gegenüber unseren Mitmenschen? Und wie können wir uns diese bewusst machen und abbauen? Fragen wie diese stehen im Fokus des Workshops. Anhand einfacher Techniken lernen Sie u. a., festgefahrene Meinungen zu überwinden und das Potenzial gemischter Teams, z. B. für den Erfolg von Projekten, zu erkennen. Hierzu setzen Sie sich u. a. mit dem »Diversity & Inclusiveness-Ansatz« von EY auseinander.

Referentin:

Julia D. Tzanakakis | Head of Strategy & Governance bei Ernst & Young GmbH Wirtschaftsprüfungsgesellschaft

Workshop II

»Im Brustton der Überzeugung – mit starker Stimme sprechen«

Frauen haben von Natur aus hohe und piepsige Stimmen, Männer kräftige und dominante Stimmen – und dagegen ist auch nichts zu machen. Erfahren Sie im Workshop, warum sich dieses Klischee so hartnäckig hält und wie Trainings dazu beitragen können, die eigene Stimme gezielt zu fördern. Es erwarten Sie zahlreiche Tipps sowie Techniken aus der Sprecherszene.

Referentin:

Dr. Monika Hein | Vortragsrednerin, Sprecherin, Business Coach sowie Stimm- und Sprechtrainerin

Workshop III

»Mein berufliches Umfeld ist männlich – na und?«

Wie kommunizieren Frauen und wie Männer? Welche Verhaltensweisen sind im beruflichen Kontext typisch für das eine, welche für das andere Geschlecht? Und warum führt dies nicht selten zu Missverständnissen? Diese Fragen stehen im Fokus des Workshops. Erfahren Sie dabei u. a., wie Sie Ihre Rhetorik bewusst einsetzen können, um z. B. bei Bewerbungsschreiben und -gesprächen zu überzeugen.

Referentin:

Beate Röcker | Qualitäts- und Risikomanagerin bei T-Systems

Workshop IV

»Kontakte schaden nur dem, der keine hat... – Networking: Lust oder Frust?«

Networking finden Sie anstrengend? Smalltalk ist nicht Ihr Ding? Und Sie sind frustriert, wenn andere von ihren Karrierewegen berichten? Dann finden Sie im Workshop heraus, warum das der Fall ist. Denn: Vielleicht haben Sie Ihre eigenen Stärken einfach noch nicht ausreichend genug erkannt. Außerdem setzen Sie sich im Workshop mit den Vorteilen breitgefächerter beruflicher Kontakte auseinander und lernen, mit welchen Themen Sie Gespräche leicht eröffnen können.

Referentin:

Katrin Klemm | Autorin und Karriere-Coach bei Coaching mit k / Bella4Business

Workshop V

»Selbstmarketing – oder: Persönlichkeit zeigen!«

Ob in Meetings, bei Vorstellungsgesprächen oder in Gehaltsverhandlungen – nur wer kompetent, sympathisch und durchsetzungsstark auftritt, überzeugt. Doch gerade Frauen mangelt es häufig an Durchsetzungsstärke. Im Workshop erfahren Sie, wie Sie Ihre diesbezüglichen Kompetenzen anhand kleiner Übungen nachhaltig ausbauen und somit Ihren beruflichen Erfolg steigern können.

Referent:

Dipl.-Psych. Claus Peter Müller-Thurau | FOM Dozent sowie Trainer für Fach- und Führungskräfte

Workshop VI

»Die Welt in HD sehen – wie Achtsamkeit hilft trotz Stress im Alltag den Überblick zu behalten«

Unser Arbeitsalltag ist nicht selten von Reizüberflutung, Hektik und hohem Leistungsdruck geprägt. Wir machen viele Sachen gleichzeitig und können oft einzelne Dinge nicht zu Ende bringen. Die Folge: Wir werden angespannter, herrischer und unkonzentrierter. In diesem Workshop lernen Sie, gezielt mit Ihrer Aufmerksamkeit umzugehen und diese zu trainieren. Dafür widmen sich u. a. Ergebnissen aus der Achtsamkeits-Forschung.

Referentin:

Dr. med. Yong-Seun Chang-Gusko | Fachärztin für Diagnostische Radiologie und Dozentin an der FOM Hochschule

Workshop VII

»Motion follows Emotion«

Was uns innerlich positiv berührt, setzt in uns etwas in Bewegung und drängt nach Umsetzung. Emotionen machen den entscheidenden Unterschied in unserem Handeln. In diesem Workshop erhalten Sie die Möglichkeit, sich selber über Ihre Gefühle bewusst zu werden – sie lernen ein einfach anwendbares Tool kennen, um Ihre Selbstwahrnehmung zu schärfen. Damit sind sie einen ersten Schritt weiter im Ausbau Ihrer emotionalen Intelligenz, und können so fokussierter Ziele erreichen.

Referentin:

Tanja Moschke-Becker | Partnerin und Trainerin bei Positivity Zone