



Workshop für Nachwuchswissenschaftlerinnen und -künstlerinnen **Care-Aufgaben und akademische Tätigkeit in und nach der Corona-Pandemie vereinbaren**

08. Juni 2022, 09:00–15:30 Uhr, online

Coach: Dr. Katrin Oechsner

Ziel

Durch die Corona-Pandemie haben sich der Umfang und die Verteilung von Care-Aufgaben verändert. Wie kann ich eine bessere Vereinbarkeit von Care-Aufgaben und akademischer Tätigkeit erreichen? Wie gestalten wir als Eltern oder Betreuungsteam eine umsetzbare und stimmige Aufteilung von konkreten Aufgaben und Familienorganisation? Und wie kann ich Multitasking und Mental Load verringern?

Der Online-Workshop bietet Raum, um neue Lösungsansätze für diese Fragen zu entwickeln. Gemeinsam erarbeiten wir Methoden, durch die im Alltag eine bessere Vereinbarkeit von akademischer Tätigkeit und Care-Aufgaben gelingt.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Care-Aufgaben mit dem Kommunikationsquadrat (gleichberechtigt) organisieren
- Ziele, Werte und Bedürfnisse mitteilen: Wie verschaffe ich mir Gehör?
- Von Mental Load und Multitasking zu mehr Situationserleben und Balance
- Ideen-Buffer mit Veränderungsvorschlägen für verbreitete und individuelle Vereinbarkeitsherausforderungen

Teilnahmebeitrag

Der Workshop wird vom Thüringer Kompetenznetzwerk Gleichstellung im Rahmen des Rowena-Morse-Mentoring-Programms angeboten und finanziert.

Anmeldung

Verbindliche Anmeldung bis 25. Mai 2022

Thüringer Kompetenznetzwerk Gleichstellung

E-Mail: kontakt@tkg-info.de

Bitte beachten Sie:

Sollten Sie Ihre Teilnahme nach der Anmeldung absagen müssen, bitten wir Sie aus organisatorischen Gründen um eine **frühzeitige Absage** per E-Mail. Die Zahl der Teilnehmenden für den Workshop ist begrenzt und so kann der Platz anderweitig vergeben werden.