

Karriereprogramm für Wissenschaftlerinnen 2026

Kompetenzen, Strategien und Netzwerke.

Dieses einjährige berufslaufbahnorientierte Weiterbildungsangebot im Rahmen der Kooperation „Potenziale – Frauen an der Universität“ von Karl-Franzens-Universität Graz, Technischer Universität Graz, Medizinischer Universität Graz und der Universität für Musik und darstellende Kunst Graz leistet einen Beitrag zur Förderung von universitärer Gleichstellung und der Förderung von wissenschaftlichen Karrieren von Frauen an den Grazer Universitäten.

Das Programm ist ein Beitrag zur Etablierung einer geschlechtersymmetrischen Kultur an Universitäten. Das Konzept wurde von Dr.ⁱⁿ Barbara Hey, MBA und Ilse Wieser, Koordinationsstelle für Geschlechterstudien und Gleichstellung der Universität Graz, mit Expertinnen entwickelt und wird aus Mitteln von Universität Graz, Technischer Universität Graz, Medizinischer Universität Graz und der Universität für Musik und darstellende Kunst Graz finanziert.

Zielgruppe: Dissertantinnen (auch künstlerische Dissertation) und weibliche Postdocs aller Fachbereiche der vier Grazer Universitäten: Universität Graz, Technische Universität, Medizinische Universität und der Universität für Musik und darstellende Kunst Graz.

Kostenbeitrag: 150 Euro pro Teilnehmerin

Programm: Der Umfang pro Teilnehmerin beträgt 150 Stunden, 6 ECTS-Punkte

Komponenten:

- Kick-Off: 1 Stunde
- Neun Seminare: ein- bis dreitägig, 122 Stunden
- Gruppencoaching: zu zwei Seminarthemen, 7 Stunden pro Teilnehmerin
- Einzelcoaching: 2 Einzelstunden pro Teilnehmerin (Inanspruchnahme möglich bis Juni 2026)
- Expertinnengespräche im Rahmen der Seminare, 3 Stunden
- Workshop Bewerbungstraining: 8 Stunden
- Zwei Workshops Kollegiale Beratung: je 4 Stunden

Lernziele:

- Standortbestimmung und Entwicklung von beruflichen Prioritäten
- Strategische Herangehensweisen in der Karriereplanung
- Wissenschaftsorganisationsbezogene Skills für den beruflichen Alltag
- Einblick in die (informellen) Strukturen von Universitäten
- Vernetzung

Seminarleitung: Expertinnen der vier Grazer Universitäten und Trainerinnen mit universitärer Erfahrung.

Teilnahmebedingungen: Anmeldeformular. Gegebenenfalls ein persönliches Vorgespräch. Kostenbeitrag ist einzuzahlen (Stornogebühr im Falle einer Absage nach der Anmeldefrist), 70% Anwesenheit für Zertifikat

Veranstaltungsort: Universität Graz

Veranstalterin: Koordinationsstelle für Geschlechterstudien und Gleichstellung der Universität Graz., Geidorfgürtel 21, A-8010 Graz, <http://koordination-gender.uni-graz.at/>

Curriculum:

1. Seminar, 3-tägig, 15.-17. Jänner 2026, Donnerstag - Samstag 9-17 Uhr, SZ 15.22

Persönliche Standortbestimmung. Karriereplanung und Perspektiven der Laufbahn in der Wissenschaft. Selbst- und Zeitmanagement.

Inhalt: Kennenlernen, Gruppenbildung – das Programm als Netzwerk. Motivation und Ziele der Teilnahme am Programm. Standortbestimmung. Persönliche Stärken und Entwicklungsfelder. Karriereverlauf und Lebensplanung. Was bedeutet Karriere? Wahl eines persönlichen Jahresprojekts. Grundlagen der Selbstorganisation und Zeitmanagement. Begriffsklärung und Darstellung von Coaching. Burnout-Prävention. Körperarbeit im Sinne eines ganzheitlichen Modells der Wahrnehmung und Herstellung des Gleichgewichts zwischen intellektueller Arbeit und den Bedürfnissen des Körpers.

Ziele: Die persönlichen Ziele für das Programm kennen und aktiv gestalten. Persönliche Stärken im beruflichen Umfeld einsetzen. Persönliche Entwicklungsfelder benennen und Veränderungsprozesse einleiten. Die Laufbahn planen, berufliche und private Ziele erkennen. Die Programmgruppe als konstruktives Forum etablieren und die Grundlage für ein tragfähiges Netzwerk schaffen.

Leitung: Dr.ⁱⁿ Renate Augusta

Expertinnenrunde am 16. Jänner 2026: „Wissenschaftlerin sein – fördernde und hemmende Faktoren in der Universitätskarriere“ mit weiblichen Role Models.

2. Seminar, 1-tägig, 27. Feber, Mittwoch 9-17 Uhr, SZ 15.22

Arbeitsrecht an Universitäten.

Inhalt: Grundlagen des Arbeitsrechts mit besonderem Fokus auf die Einordnung von Arbeitsverhältnissen aus sozialversicherungs- und lohnsteuerrechtlicher Sicht, arbeitsrechtliche Rahmenbedingungen für das wissenschaftliche und künstlerische Universitätspersonal; Einführung in ausgewählte Bestimmungen des Universitäten-Kollektivvertrags, personalrechtliche Bestimmungen des Universitätsgesetzes mit Schwerpunkt auf der gesetzlichen Ausschreibungspflicht, dem Ablauf von Auswahlprozessen, der Begründung von Arbeitsverhältnissen sowie den Befristungsbeschränkungen (Kettenvertragsverbot). Überblick über Karrieremodelle und Karriereperspektiven, einschließlich der verschiedenen Verwendungsbilder im wissenschaftlichen und künstlerischen Universitätspersonal, Lehrverpflichtungen, Arbeitszeitanteile für Dissertation, Habilitation und eigene Forschung, Laufbahnstellen und Professuren. Antidiskriminierungsrecht im universitären Kontext, Regelungen zu Abwesenheiten wie Freistellungen, Studienurlaub und Elternkarenz sowie die Beendigung von Arbeitsverhältnissen zur Universität.

Ziele: Vermittlung eines Überblicks über die arbeitsrechtlichen Rahmenbedingungen des wissenschaftlichen/künstlerischen Universitätspersonals sowie Sensibilisierung hinsichtlich der Gestaltungsmöglichkeiten im Rahmen einer wissenschaftlichen/künstlerischen Laufbahn

Leitung: Claudia Heinrich-Rainer

3. Seminar, 1-tägig, 11. März 2026, Mittwoch 9-17 Uhr, SZ 15.22

Themenfelder der Gleichstellung an Universitäten

Inhalte: TEIL I: Kurzwiederholung von Rechtsgrundlagen zur Gleichstellung, Antidiskriminierung und Frauenförderung (u.a. Universitätsgesetz 2002, Bundes-Gleichbehandlungsgesetz, Gleichstellungs- und Frauenförderungspläne der Universitäten sowie Vorstellung des Arbeitskreises für Gleichbehandlungsfragen und der Koordinationsstellen). TEIL II: Geschlechtergleichstellung und Quotenregelungen – Kennzahlen und Fakten, Maßnahmen und Umsetzung; TEIL III: Sensibilisierung für Gleichstellungs- und Diversitätsthemen im universitären Alltag (in Forschung und Lehre); TEIL IV: Zentrale Konfliktfelder anhand von Fallbeispielen aus dem universitären Alltag.

Leitung: Dr.ⁱⁿ Anja Eder, MA

4. Seminar, 2-tägig, 24.-25. März 2026, Dienstag - Mittwoch, jeweils 9-17 Uhr, SZ 15.22
Kommunikation, Selbstpräsentation, Moderation.

Inhalt: Grundlagen von verbaler und nonverbaler Kommunikation. Vorbereitungstechnik. Zielorientiert sprechen. Vortrags- und Präsentationstechnik. Einsatz von Medien. Präsenz auf internationalen Konferenzen. Strategien der Karriereentwicklung und Selbstpräsentation in der Wissenschaft. Erkennen persönlicher Stärken und Entwicklungsmöglichkeiten.

Methoden: Theoretischer Input, Diskussion, Übungen (Deutsch/Englisch), Feedback

Leitung: Mag.^a Ute Riedler, **Expertin:** PDⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Alexandra Strohmaier, M.A.

Gruppencoaching zum Seminar 4: 20. April 2026, Montag 17-20:30 Uhr, SZ 15.22

5. Seminar, 1,5-tägig, 7. Mai 2026, Donnerstag 9-17 Uhr und 8. Mai 2026, Freitag 9-13 Uhr, SZ 15.22

Un_Gleichheiten in der Wissenschaft: Vom Status Quo und Handlungsspielräumen

Inhalt: Strukturelle und subtile genderbezogene Ungleichbehandlungen prägen nach wie vor den wissenschaftlichen Alltag – sei es in Empfehlungsschreiben, im Publikationswesen, beim Netzwerken oder Personalentscheidungen. Dieser Workshop beleuchtet aktuelle Phänomene von Un_Gleichheiten in der Academia im Spannungsfeld von Gender, Status und institutionellen Strukturen. Im Mittelpunkt stehen nicht nur persönliche Herausforderungen, sondern auch individuelle und strukturelle Handlungsspielräumen: Welche Strategien können mehr Chancengerechtigkeit für sich selbst und andere schaffen?

Durch wissenschaftlich fundierte Inputs, praxisnahe Reflexion und kollegialen Austausch werden Gender-Kompetenz gestärkt, neue Perspektiven eröffnet und konkrete Handlungsmöglichkeiten im eigenen akademischen Kontext entwickelt – für mehr Gleichstellung, Bewusstsein und Empowerment im Wissenschaftsbetrieb.

Leitung: Mag.^a Dr.ⁱⁿ Lisa Kristina Horvath

Workshop, 2 Halbtage, 1. Teil: 29. Mai 2026 und 2. Teil: 12. Juni 2026, Freitag, jeweils 9-13 Uhr, SZ 15.22

Kollegiale Beratung für Wissenschaftlerinnen-Netzwerke.

Kollegiale Beratung ist eine Beratungsform in Peer- und Netzwerkgruppen, bei der sich die Teilnehmerinnen wechselseitig zu Schlüsselthemen ihres Berufsalltags beraten, um Lösungen für schwierige Situationen und Fragestellungen zu entwerfen. Auf diese Weise können vorhandene Kompetenzen genutzt werden, um berufliche Probleme und Fragestellungen besser zu bewältigen, fundiertere Entscheidungen zu treffen, Belastungen zu vermindern und erfolgreicher zu handeln.

Leitung: PDⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Alexandra Strohmaier, M.A.

6. Seminar, 1-tägig, 24. September 2026, Donnerstag 9-17 Uhr, SZ 15.22

Organisation und Organisationskultur an der Universität.

Inhalt: Aufbau- und Ablauforganisation einer Universität, Steuerungsinstrumente, Experimentieren mit Leitungsperspektive auf die Organisation Universität, Umgang mit Spannungsfeldern und Widersprüchen. Möglichkeiten, auf Strukturen, Kultur und auf Verhältnisse in Universitäten Einfluss zu nehmen.

Ziele: Kennenlernen der Organisation Universität. Neue Perspektiven auf das eigene Arbeitsfeld.

Kritische Reflexion von Organisationsstrukturen und Entwicklung eigener Handlungsoptionen.

Leitung: Mag. Eva Eli Taxacher, MA, **Expertin:** Dr.ⁱⁿ Andrea Widmann

7. Seminar, 2-tägig, 13.-14. Oktober 2026, Dienstag - Mittwoch, jeweils 9-17 Uhr, SZ 15.22

Durchsetzungs- und Verhandlungsstrategien. Konfliktmanagement.

Inhalt: Grundlagen der Verhandlungsführung. Harvard-Konzept der Verhandlung. Strategien, Vorbereitung, Durchführen und Nachbereiten von Verhandlungen. Einschätzen von Verhandlungssituationen. Verhandeln aus der schwächeren Position. „Nein“ sagen. Win-Win-Strategien. Konfliktgespräch.

Methoden: Theoretischer Input, Diskussion, Übungen (Deutsch/Englisch), Feedback

Leitung: Mag.^a Ute Riedler, **Expertin:** PDⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Alexandra Strohmaier, M.A.

Gruppencoaching zum Seminar 7: 4. November 2026, Mittwoch, 9-12:30 Uhr, SZ 15.22

Workshop, 1-tägig, 5. November 2026, Mittwoch 9-17 Uhr, SZ 15.22

Bewerbungstraining für den Wissenschaftsbereich.

Inhalt: Strategien im Vorfeld von Bewerbungen. Typische Auswahlverfahren im universitären Umfeld, national und international. Forschungsvortrag, Lehrvortrag, Gespräch mit einer Auswahlkommission. Aussagekräftige Bewerbungsunterlagen. Inhaltliche Vorbereitung auf Bewerbungsverfahren. Optimale Selbstpräsentation in Auswahlverfahren. Umgang mit unangenehmen Fragen und Stolpersteinen. Gehaltsverhandlungsstrategien.

Methoden: Theoretischer Input, Diskussion, Übungen (Deutsch/Englisch), Feedback.

Leitung: Mag.^a Ute Riedler

8. Seminar, 1-tägig, 25. November 2026, Donnerstag 13-19 Uhr, SZ 15.22

Plan B für die Karriere - Karrierechancen außerhalb des universitären Umfelds

Inhalt: Erkundung alternativer Karrierewege außerhalb der Universität. Einflussfaktoren auf die berufliche Situation identifizieren und einschränkende Assoziationen mit dem Begriff „Karriere“ reflektieren. Bewusstmachen der individuellen (De-)Motivatoren und Kompetenzen um weitere Optionen für Karrierewege zu eröffnen. Schritte definieren, um ggf. einen Plan B umsetzen zu können. Im Anschluss an den Workshop findet ein **Expertinnengespräch mit Role Models** statt, die diesen Schritt bereits erfolgreich gemeistert haben.

Ziele: Individuelle Kompetenzen außerhalb des universitären Umfelds erkennen. Einflussfaktoren auf die berufliche Situation visualisieren. Neue Perspektiven zum Thema Karriere entwickeln.

Leitung: DI Anja Ebenschweiger, MSc

9. Seminar, 3-tägig, 10.-12. Dezember 2026, Donnerstag - Samstag 9-17 Uhr, SZ 15.22

Leiten von Gruppen und Teams. Motivation. Einflussnehmen - Mitgestalten an der Universität. Reflexion des Programms. Netzwerken. Transfer.

Inhalt: Leitungsfunktion in Gruppen. Motivation von Gruppenmitgliedern. Frauen in der Führungsrolle. Zielorientiertes Vorgehen in Organisationen. Status-Quo an der Universität bezüglich Mitbestimmungsmöglichkeiten für Wissenschaftlerinnen. Präsentation des persönlichen Jahresprojekts. Reflexion des gesamten Programms. Körperarbeit.

Ziele: Als Wissenschaftlerin bewusst führen. Mitgestaltungsmöglichkeiten im Umfeld Universität kennen. Den persönlichen Programmerfolg benennen und präsentieren. Vernetzung der Gruppe.

Leitung: Dr.ⁱⁿ Renate Augusta

Einzelcoaching: 2 Einheiten pro Teilnehmerin. Einzelcoaching ist ein speziell auf die eigenen Bedürfnisse abgestimmtes, individuelles berufsbegleitendes Unterstützungsangebot zur Reflexion und Verbesserung der beruflichen Praxis. Inanspruchnahme möglich bis Juni 2027.

Bewerbung: bis 13. Oktober 2025

Kick-Off: 11. Dezember 2025, Donnerstag, 13:30-14:30 Uhr, SZ 15.21

Zertifikat: 16. Dezember 2026, Mittwoch, 15-17 Uhr, SZ 15.21
(Zertifikat mit 70% Anwesenheit)

Seminarleitung und Expertinnenbeitrag:

Dr.ⁱⁿ Renate Augusta (Universitätslektorin; Quintessenz Organisationsberatung)

DIⁱⁿ Anja Ebenschweiger, MSc (die entfalterei; Coaching, Training, Beratung)

Dr.ⁱⁿ Anja Eder, MA (Universität Graz, Institut für Soziologie)

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Lisa Kristina Horvath (Dr.ⁱⁿ Lisa Horvath, Universitäts- und Organisationsberatung)

Mag.^a Claudia Heinrich-Rainer (Personalmanagement der Universität Graz)

Mag.^a Ute Riedler (Ute Riedler – Wissenschaftsberatung, Graz)

Priv.-Doz.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Alexandra Strohmaier, M.A. (Universität Graz, Institut für Germanistik)

Mag. Eva Eli Taxacher, MA (Beratungsnetzwerk hochschulberatung.at, Graz)

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Andrea Widmann (Beratungsnetzwerk hochschulberatung.at, Graz)

Programmträgerin:

Universität Graz – Vizerektorin für Internationalisierung und Gleichstellung Univ.-Prof.ⁱⁿ Mireille van Poppel, PhD

Programmleitung:

Sarah Zapusek, Bakk.^a MA (Leiterin der Koordinationsstelle für Geschlechterstudien und Gleichstellung der Universität Graz)

Programmkoordination und Kontakt:

Koordinationsstelle für Geschlechterstudien und Gleichstellung der Universität Graz

E-Mail: weiterbildung.gleichstellung@uni-graz.at, Tel. 0316/380-1020 oder -2084

Kooperationspartnerinnen:

- GENDER:UNIT der Medizinischen Universität Graz
- STABEINHEIT GLEICHSTELLUNG, JUGEND UND VEREINBARKEIT der Technischen Universität Graz
- PERSONALENTWICKLUNG der Universität für Musik und darstellende Kunst Graz

Dieses Angebot ist Teil von „Potenziale“. Weitere gleichstellungsbezogene Angebote sind online unter diesem Link abrufbar: <https://koordination-gender.uni-graz.at/de/gleichstellung/>