

## ■ Leadership für Postdocs: Neues Coaching Programm “Level up your future”

Sie forschen bereits exzellent – nun geht es darum, sich selbst und Ihr (zukünftiges) Team souverän zu führen. Dafür bietet die Personalentwicklung der JGU in Kooperation mit der Gutenberg Academy ein neues 6-monatiges Leadership-Programm „Level up your future“ an – hybrid, flexibel und direkt in Ihren Alltag integrierbar.

### Warum dieses Programm?

Sie arbeiten bereits in komplexen, interdisziplinären Umgebungen – jedoch oft mit wenig strukturiertem Feedback, hoher Eigenverantwortung und ersten Führungserfahrungen.

### Mit unserem Programm gewinnen Sie:

- Verständnis über ihre Führungsrollen
- Mehr Klarheit über Ihre Stärken und Werte– als Basis für Ihre Führungshaltung
- Sicherheit in schwierigen Situationen –Konflikte lösen, Feedback geben, oder emotionale Spannungen im Team managen
- Praktische Werkzeuge – KI-unterstützt, direkt im Alltag einsetzbar
- Ein Netzwerk aus Postdocs – für Austausch und zukünftige Kooperationen
- Teilnahmebescheinigung – als Nachweis Ihrer erweiterten Leadership-Kompetenzen

### Ablauf:

- ca. 30 Min/Wochen app-gestützt –flexibel, selbstgesteuert, ohne Druck
- Buddy-Sessions – Austausch mit Gleichgesinnten in kleinen Gruppen
- Community-Sessions – gemeinsam lernen, reflektieren, wachsen
- KI-Companion – persönlicher Sparringspartner für reale Szenarien: z.B. Feedback, Konflikte, Team-Meetings – jederzeit und individuell

### Informationsveranstaltung am 08.06.2026, 13-14 Uhr über MS-Teams

Was: Inhalte der App, Ablauf des Coaching, Zeit für Fragen

Anmeldung: Bis 20.05.2026 in unserem Weiterbildungsportal: [Infoveranstaltung](#)

Ihre Ansprechperson: Elke Karrenberg, Leiterin Personalentwicklung: [personalentwicklung@uni-mainz.de](mailto:personalentwicklung@uni-mainz.de)

## ■ Wissenschaftskommunikation-Kompetenztraining für Forschende 2026

Die WissKomm Academy, das vom Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz geförderte Kompetenzzentrum für Wissenschaftskommunikation an der Akademie der Wissenschaften und der Literatur | Mainz, bietet auch 2026 ein Kompetenztraining zum Erlernen von Strategien und Methoden für eine professionelle und erfolgreiche Wissenschaftskommunikation. Forschende aller Karrierestufen und Fächer, die an einer wissenschaftlichen Institution in Rheinland-Pfalz tätig sind, haben die Möglichkeit, im Rahmen einer praxisnahen Seminarreihe die eigenen kommunikativen und medialen Kompetenzen auszubauen bzw. zu stärken, und die Fähigkeiten zu fördern, die für eine professionelle Wissenschaftskommunikation erforderlich sind. Die Plätze sind begrenzt, das Kompetenztraining ist für die Teilnehmenden kostenlos (es fällt lediglich eine Servicepauschale für die Verpflegung während der Seminare an).

Weitere Details zum Programm des Kompetenztrainings, zu den Trainer:innen und zu den Terminen finden Sie auf der Webseite <https://wisskomm.academy/> Eine Anmeldung ist dort ab dem **27. April (10 Uhr) bis zum 31. Mai 2026** möglich.



## INHALTLICHES

### ■ [Artikel] PROFESS-Studie: Hohe gesundheitliche Belastungen bei Professor\*innen

Die gemeinsame Studie der Forschungsstelle Higher Education Research and Governance unter Leitung von Prof. Dr. Yvette Hofmann und der Techniker Krankenkasse zeigt eine hohe Stressbelastung unter Professorinnen und Professoren in Deutschland. Die Ergebnisse weisen auf strukturelle und organisatorische Ursachen hin und liefern eine empirische Grundlage für weitere Entscheidungen in Hochschulen und Wissenschaftspolitik.

Artikel in der Zeitschrift Forschung und Lehre: [Gesundheit: Große Arbeitsbelastung an deutschen Hochschulen](#)

Projektseite: [Projekt PROFESS - LMU Munich School of Management - LMU München](#)

### ■ [Artikel] Säulen der Selbstführung

Der neue Fachbeitrag der Liz Mohn Stiftung – entstanden in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Dieter Frey vom „Center for Leadership and People Management“ der Ludwig-Maximilians-Universität München – zeigt, warum Selbstführung die Basis wirksamer Führung ist und wie Führungskräfte sie gezielt weiterentwickeln können. Selbstführung bedeutet, sich der eigenen Werte, Motive und Rollen bewusst zu sein und auch unter Druck handlungsfähig zu bleiben. Wer Orientierung geben und Verantwortung übernehmen will, braucht innere Klarheit und die Fähigkeit, das eigene Denken, Fühlen und Handeln bewusst zu steuern. [Säulen-der-Selbstführung\\_Leadership-Perspectives-1.pdf](#)

### ■ [Podcast] Führungsqualitäten /Neue Narrative

Gute Führungskräfte hören niemals auf zu fragen. Wie gehe ich verantwortungsvoll mit Feedback aus dritter Hand um? Wie übertrage ich Verantwortung ins Team? Führungsqualitäten ist der Podcast von Neue Narrative für alle Menschen mit Führungsverantwortung. Alle zwei Wochen bespricht Host Sebastian Klein mit den Expert\*innen Elena Lange und Frederik Fleischmann eine Frage aus der Community. Gemeinsam geben sie Antwort und zeigen, was in der Praxis wirklich hilft. [Führungsqualitäten | Podcast on Spotify](#)

---

Redaktion: Elke Karrenberg und Dr. Jana Leipold, Personalentwicklung (27.04.2025), Tel. 06131-3920634/25433, [personalentwicklung@uni-mainz.de](mailto:personalentwicklung@uni-mainz.de), <https://www.personalentwicklung.uni-mainz.de/fuehrungskraefte-und-professor-innen/> und <https://www.personalentwicklung.uni-mainz.de/fuehrungskraefte-technik-verwaltung/>

Haftungshinweis: Die Personalentwicklung der Universität Mainz erklärt hiermit ausdrücklich, dass zum Zeitpunkt der Linksetzung keine illegalen Inhalte auf verlinkten Seiten erkennbar waren. Wir haben jedoch keinen Einfluss auf deren Gestaltung und Inhalt und übernehmen trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreibende verantwortlich. Die Personalentwicklung übernimmt keinerlei Gewähr für die Aktualität, Korrektheit, Vollständigkeit oder Qualität der bereitgestellten Informationen. Jede Verwendung der Inhalte dieser Webseiten ist an das Urheberrecht gebunden.