

# VERWALTUNGSNETZWERK

## 20.04.2023

Themen dieses Verwaltungsnetzwerks:

- Vorstellung neue Kolleg\*innen
- Informations- und Beratungsangebot zu Veranstaltungen an der Leuphana (Jan Geisler)
- Impulsreihe "Diskriminierung – Was ist das eigentlich? Zu Diversität und (Anti-) Diskriminierung im Arbeitsalltag": Diskriminierung aufgrund von sexueller Orientierung und geschlechtlicher Identität (Florentine Haack)
- Offene Themenrunde
- PE-Impuls: Umgang mit Selbstkritik (Annika Prange)

→ VERWALTUNGSNETZWERK // Annika Prange



**LEUPHANA**  
UNIVERSITÄT LÜNEBURG

# 1. VORSTELLUNG NEUE KOLLEG\*INNEN

- Wir freuen uns folgende Mitarbeiter\*innen an Bord begrüßen zu dürfen:

**Jörn Weichert**  
Universitätsverwaltung  
Finanzservice

Universitätsallee, C10.224  
[joern.weichert@leuphana.de](mailto:joern.weichert@leuphana.de)

**Stefanie Virkus**  
Fakultät Staatswissenschaften  
Competition & Regulation Institute (CRI)

Universitätsallee, C40.222  
[stefanie.virkus@leuphana.de](mailto:stefanie.virkus@leuphana.de)



## 2. INFORMATIONS- UND BERATUNGSANGEBOT ZU VERANSTALTUNGEN AN DER LEUPHANA (JAN GEISLER)

- Ausführliche Informationen finden Sie in der **angehängten Präsentation**
- Büro des Veranstaltungs- und Eventmanagement befindet sich in EG 10 (gegenüber der Poststelle)
- Veranstaltungs- und Eventmanagement ist zuständig für Großveranstaltungen des Präsidiumsbüros (und nicht für sämtliche Veranstaltungen der Leuphana)
- Team besteht aus Jan Geisler und neun SHK's
- Grundsätzlich kann sich jede\*r zum Thema Veranstaltungen durch das Team Veranstaltungs- und Eventmanagement beraten lassen
- Unterschied zur LVV: hier geht es um eine externe Vermietung des Zentralgebäudes für Kooperationsveranstaltungen
  - für die Fragen der internen Mitarbeitenden zum Thema Veranstaltungen ist Jan Geisler zuständig



## 2. INFORMATIONS- UND BERATUNGSANGEBOT ZU VERANSTALTUNGEN AN DER LEUPHANA (JAN GEISLER)

- FAQ: hier finden Sie eine Kurzbeschreibung von verschiedenen Themen (alphabetisch geordnet) sowie Ansprechpersonen
  - Das FAQ wird derzeit aktualisiert
- Das Veranstaltungs- und Eventmanagement hat einen Fundus, aus dem intern Equipment für Veranstaltungen ausgeliehen werden kann, um die Kosten für externe Mieten klein zu halten
- Raumausstattung, wie beispielsweise Möbel, können beim Hausdienst bestellt werden (bei der Anfrage wird um Vorlaufzeit gebeten)
- AVM: alles, was über eine ausführliche Seminarausstattung hinausgeht, ist nicht per se vorrätig und muss ggf. angemeldet werden, daher sollten Bestellungen frühzeitig aufgegeben werden. Die Kolleg\*innen des AVM beraten hier gerne



## 2. INFORMATIONS- UND BERATUNGSANGEBOT ZU VERANSTALTUNGEN AN DER LEUPHANA (JAN GEISLER)

- Kai Schewe kann zu rechtlichen Bedingungen beraten (Lärmschutz, Ruhezeiten), unterstützt bei der Technik und bildet die Schnittstelle zum Hausdienst
- Catering
  - Das Klippo kann seit dem letzten Sommer als weitere Möglichkeit neben der Mensa zum Catering verschiedener Veranstaltungsformate genutzt werden
  - derzeit wird eine Bewirtungsrichtlinie (wie viel darf pro Person ausgegeben werden) erarbeitet
  - Kleiner Bestellschein umfasst Fingerfood, Kaffeetisch etc. und wird derzeit überarbeitet, langfristig soll dieser im Webshop platziert werden
  - Es wird um Erfahrungsberichte von Kolleg\*innen gebeten, die mit dem Klippo zusammen gearbeitet haben
  - Andere Anbieter sind über das Intranet zu finden, die Liste kann gerne durch Kolleg\*innen ergänzt werden mit der Bitte um Feedback zu guten und schlechten Erfahrungen, die mit anderen Anbietern gemacht wurden
- Give-Aways wie Traubenzucker sollen perspektivisch standardisiert werden, das Thema wird auch in die FAQ aufgenommen



### 3. DISKRIMINIERUNG AUFGRUND VON SEXUELLER ORIENTIERUNG UND GESCHLECHTLICHER IDENTITÄT (FLORENTINE HAACK)

- Ausführliche Informationen finden Sie in der **angehängten Präsentation**
- Der deutsche Begriff für they/them ist dey/dem
- Beispiel: They hat mir die Mail geschickt/Ich habe them erzählt, dass...
- Alternativ kann auch der Vor- und Nachname zur Anrede von Personen benutzt werden, die das Pronomen they/them verwenden
- Die Begriffe Mitarbeitende und Mitarbeiter\*innen sind inkludierend und können daher verwendet werden
- „Sehr geehrte Damen und Herren“ ist nicht inkludierend und eignet sich daher nicht als Ansprache, hier sollte eine alternative Formulierung wie „Guten Tag“ oder „Sehr geehrte Adressat\*innen“ (je nach Kontext) verwendet werden
- Empfehlung, um eine alternative Formulierung für die Ansprache zu finden: Kreis der Teilnehmenden eingrenzen und dann eine inkludierende Form wie „Mitarbeitende“ wählen
- Für eine inkludierende Ansprache per Mail eignet sich die Formulierung „Liebe\*r Vor- und Nachname“
- Es wird empfohlen, sich eigenständig über Diskriminierung aufgrund von sexueller Orientierung zu informieren (beispielsweise über Youtube-Kanäle von queeren Personen, Dokumentationen oder Erfahrungsberichte)



## 4. OFFENE THEMENRUNDE: EINLADUNG MYTIME IM MAI

- myTime: Pause zur Selbstfürsorge mit kurzen Elementen aus Achtsamkeit, Meditation, Resilienzförderung, Natur-Coaching und Bewegung an der frischen Luft
- angeboten an 3 Terminen im Mai als Testlauf von Nicole Woltmann auf dem Leuphana Campus: dienstags 12:15 bis 12:45 Uhr (9.5., 16.5. und 23.5.23), Treffpunkt: 12:15 Uhr vor Gebäude 10
- Ablauf 20 bis 30 min: Bewegung auf dem Campus, Meditations-/Atem- oder Achtsamkeitsübung, kurzer Resilienz-Impuls



## 4. OFFENE THEMENRUNDE: ZOOM-LINK

- Bitte laden Sie zu Zoom-Meetings nicht über den von Zoom erzeugten Einladungs-Link ein, sondern teilen Sie Teilnehmer\*innen stattdessen ausschließlich die Meeting-ID und das Meeting-Passwort mit. In der Desktop-Anwendung können Sie ID und Passwort eingeben, um ein Meeting zu starten oder einem Meeting beizutreten.
- Weitere Hinweise zur datensensiblen Nutzung von Zoom unter:  
<https://www.leuphana.de/lehre/service-und-support/digitale-plattformen-und-tools/videoconferencing/zoom.html>



# 4. OFFENE THEMENRUNDE: ANKOMMEN AN DER LEUPHANA

- **Begrüßung und Ankommen**  
Annika Prange, Personalentwicklung MTV  
Dr. Kirsten Zierold, Organisationsentwicklung
- **Gemeinsames Mittagessen mit dem Hauptamtlichen Vizepräsidenten**  
Dipl. oec. Christian Brei, MPA (Harvard), Hauptberuflicher Vizepräsident
- **Führungen durch das Libeskind Zentralgebäude und über den Campus**  
Studentische Guides, Team Zentralgebäude

**Termine für die  
Begrüßungsveranstaltung 2023:**

- 01.06.2023 (11:30-15:00 Uhr)
- 31.08.2023 (11:30-15:00 Uhr)
- 28.11.2023 (11:30-15:00 Uhr)



# 5. PE-IMPULS: UMGANG MIT SELBKRIKTIK (ANNIKA PRANGE)

## – Der Teufelskreis der Selbtkritik:

Viele negative Erfahrungen in der Vergangenheit

Ich fühle mich  
schlecht



Ich fühle mich  
noch  
schlechter

Kritische  
innere Stimme

Begleitende  
negative Gefühle

Selbstkritische Haltung

Selbstbestrafendes  
Verhalten/Per-  
fektionismus

Aufmerk-  
samkeit auf  
Fehler/Misserf  
olge/ Defizite



# PE-IMPULS: UMGANG MIT SELBSTKRITIK (ANNIKA PRANGE)

- Teufelskreis der Selbstkritik beginnt mit einem schlechten Gefühl, das unterschiedliche Ursachen haben kann (beispielsweise ein Misserfolg)
- Manche Menschen haben gelernt, mit einer sehr selbstkritischen Grundhaltung auf sich und ihre Gefühle zu reagieren, eine solche Haltung entwickelt sich meist in der Kindheit (weil beispielsweise die Eltern überkritisch waren)
- Sich sehr kritisch zu beurteilen kann einen Versuch darstellen, sein Verhalten so zu beeinflussen, dass man möglichst wenig Angriffsfläche für andere bietet
- Die kritische innere Stimme hat nur Negatives zu sagen, sie wird meist durch Gefühle wie Schuld und Scham begleitet
- Eine selbstkritische Haltung impliziert oft auch eine erhöhte Aufmerksamkeit für eigene Fehler
- Selbstkritische Menschen neigen zudem zu typischen Verhaltensweisen (z.B. Perfektionismus)
- Mittel- und langfristig führt eine überkritische Haltung dazu, dass die betreffende Person sich noch schlechter fühlt, wodurch Probleme schlechter bewältigt werden können. Manche Menschen neigen in dem Fall dazu, sich selbst noch mehr runter zu machen, was einen Teufelskreis in Gang setzt



# PE-IMPULS: UMGANG MIT SELBKRIKTIK (ANNIKA PRANGE)

- Selbstmitgefühl: 2 Komponenten
  - Wir nehmen eine anteilnehmende Haltung ein (wir sind uns selbst ein\* gute\*r Freund\*in)
  - Wir lassen die tiefe Absicht in uns aufkommen, die eigene Situation zu verbessern (hier geht es mehr um die innere Haltung als um das Bestreben, direkt eine Lösung zu finden)
- Selbstmitgefühl hilft uns, aus dem Teufelskreis der Selbtkritik auszusteigen
- Mitgefühl mit sich selbst zu üben bietet die Chance langfristig weniger zu leiden
- Übung: Die eigene innere Haltung verändern



# 6. AUSBLICK KOMMENDE VERWALTUNGSNETZWERKE

- Nächste Verwaltungsnetzwerk-Termine:
  - 04.05.23 10:00 Uhr
  - 18.05.23 10:00 Uhr
- Ihre **Themen**: Sollte Ihnen für das nächste Verwaltungsnetzwerk ein Thema besonders am Herzen liegen, freuen wir uns über eine kurze Vorab-Info per Mail oder Ihren direkten Beitrag im nächsten Termin.



# KONTAKT

NICOLE WOLTMANN | Personal- & Organisationsentwicklung  
Universitätsallee 1 | 21335 Lüneburg  
Fon 04131.677-1794 | [nicole.wolmann@leuphana.de](mailto:nicole.wolmann@leuphana.de)

<https://www.leuphana.de/intranet/verwaltung/personalentwicklung/verwaltungsnetzwerk.html>

