

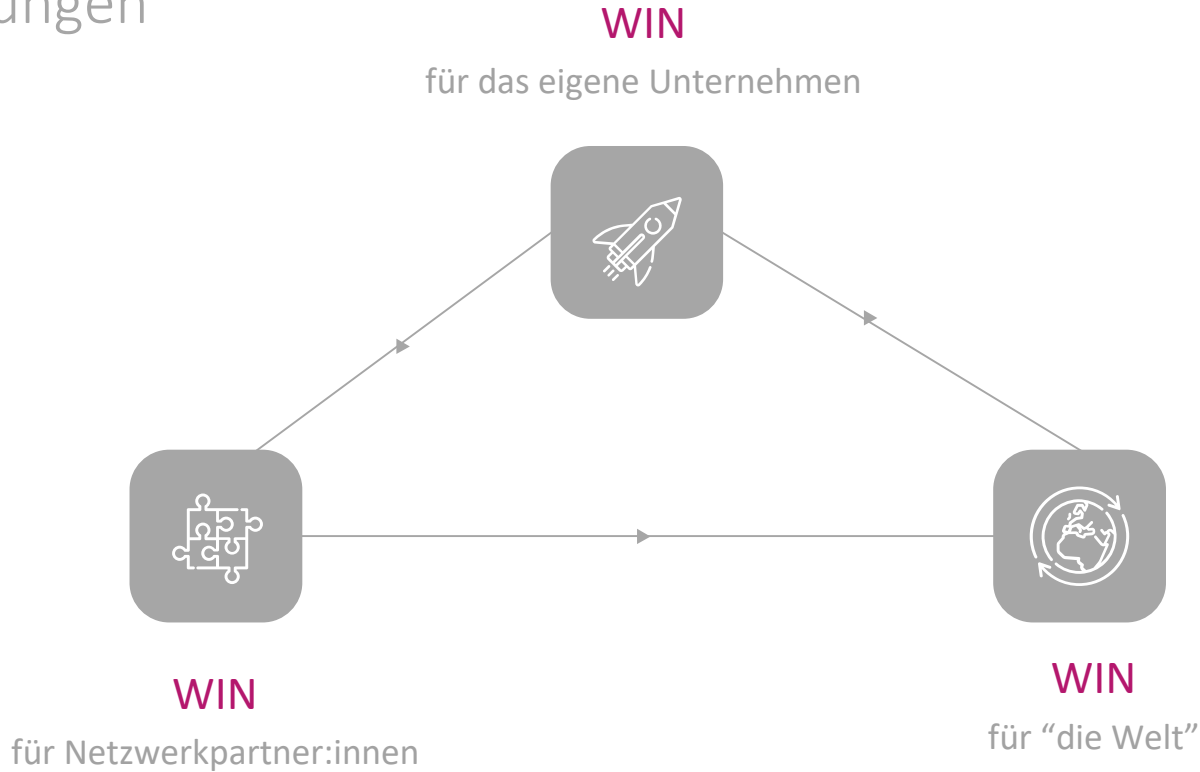


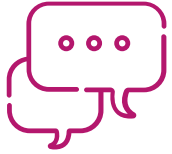
EPU-Tag 2023: Innovativ netzwerken

Networking – gemeinsam mehr erreichen

Mag<sup>a</sup> Andrea Kirchttag, Frau & Arbeit gGmbH



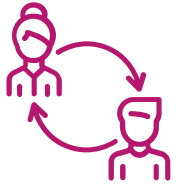




Welche Zusammenarbeit braucht welche Form?  
Von der losen mündlichen Vereinbarung bis hin zum Kooperationsvertrag.



○○○○○ #networking  
Zusammenarbeit



Networking = Beziehung

Ausbalancierter und dynamischer Fluss von Geben und Nehmen.





## Mind-map: Mein aktuelles soziales Beziehungsnetz

Fertige eine Mind-map an. Mach in der Mitte einen Kreis mit Deinem Namen.

- Liste als Hauptäste alle Personen und Gruppen auf, mit denen Du in Verbindung stehst (Familie, Verwandte, Freund:innen, Bekannte, (frühere) Arbeitskolleg:innen, Studien- und Ausbildungskolleg:innen, Vereine, berufliche Netzwerke, Berufsverband, Geschäftspartner:innen etc.)
- Überlege im nächsten Schritt, wie diese Personen Dich auf Deinem Weg unterstützen können. Mach Dir zu jeder Person kurze Notizen und verwende dafür so viele Nebenäste, wie Du benötigst (z.B. stärkt mich in meiner Motivation, finanzielle, materielle Unterstützung, emotionaler Zuspruch, unterstützt bei Kinderbetreuung, verfügt über Brancheninfos, kennt viele Leute, kennt sich gut aus mit EDV, Betriebswirtschaft, Gesetzen, Steuern, Ausbildungen, ehrliche Meinung, geschäftliche Kooperation ...)
- Mach auch jene Personen ausfindig, die Dich in Deinem Tun eher blockieren, demotivieren, die Deine Energien abziehen (z. B. nachdem wir uns getroffen haben, telefoniert haben, bin ich jedes Mal total ausgelaugt, fühle mich belastet, zweifle an mir selbst)

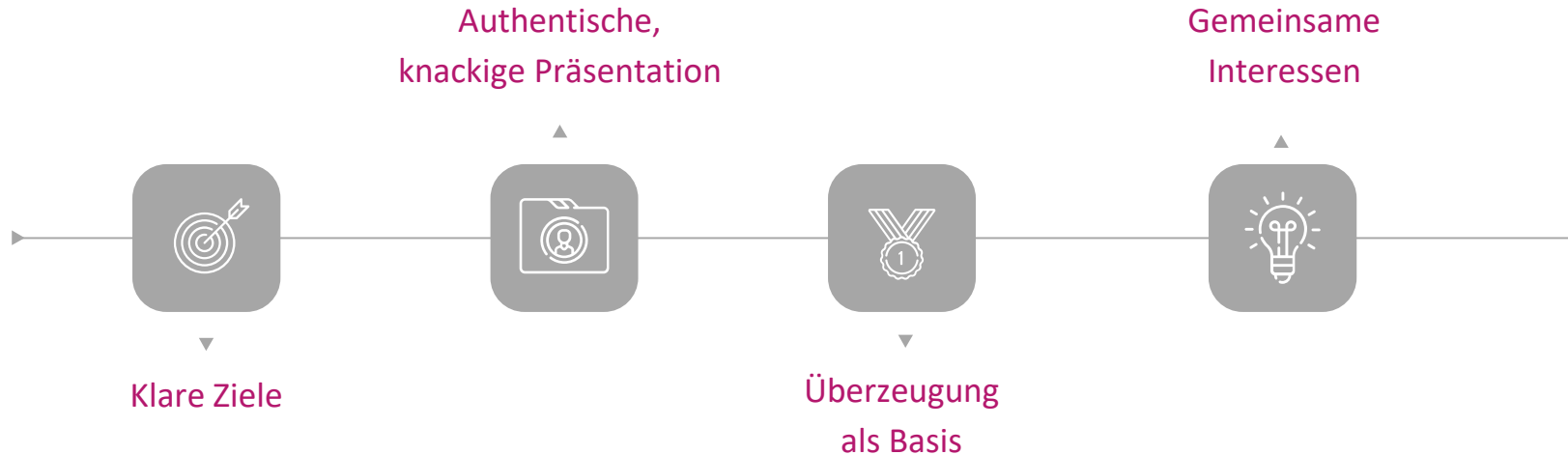
*Kennzeichne die  
Beziehungen:*

*positiv = +*

*belastend = -*

*neutral = ~*





○○○○○ #networking  
Beziehungspflege



Wie dokumentierst Du Deine Netzwerkkontakte?  
72-Stunden-Regel

Wie bleibst Du mit Deinem Netzwerk in Kontakt?  
Stichwort: GEBEN



# Ziele

Welche Kontakte helfen Dir? Welche willst Du aufbauen?

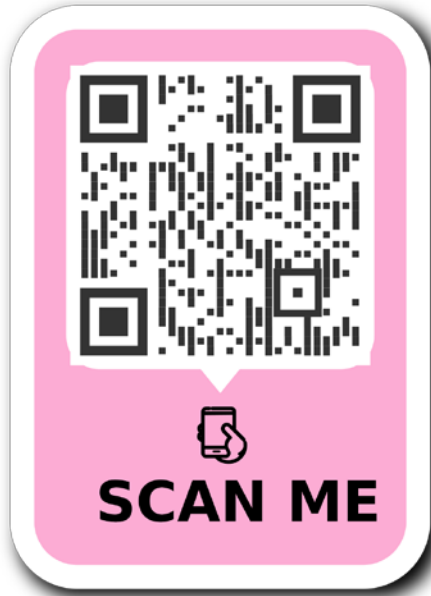
Ziel	vorhandener, unter-stützender Kontakt	fehlender Kontakt = brauche ich noch





○○○○○ #networking

Kontakt



Viel Freude und Erfolg  
beim Netzwerken und  
gemeinsam mehr erreichen.

Mag<sup>a</sup> Andrea Kirchtag

a.kirchtag@frau-und-arbeit.at

+43 662 880723

[www.frau-und-arbeit.at](http://www.frau-und-arbeit.at)

