



**UNIVERSITÄT
HEIDELBERG**
ZUKUNFT
SEIT 1386

SCHLÜSSELKOMPETENZEN UND ZUSATZ- QUALIFIKATIONEN FÜR DOKTORAND/INNEN

ANGEBOT FÜR PROMOTIONSPROGRAMME

- **GRADUIERTENAKADEMIE**
- **ABT. SCHLÜSSELKOMPETENZEN UND HOCHSCHULDIDAKTIK**

DAS ANGEBOT DER GRADUIERTENAKADEMIE

FÜR PROMOTIONSPROGRAMME

Die Graduiertenakademie ist eine durch die Exzellenzinitiative geförderte Einrichtung der Universität Heidelberg, die als Portal und Koordinationsstelle für Doktorand/innen und Promotionsprogramme fungiert. Sie konzipiert und organisiert ein überfachliches Seminarprogramm für Doktorand/innen, das in über 50 Kursen pro Jahr Zusatzqualifikationen und Schlüsselkompetenzen vermittelt. Das Programm erstreckt sich über die folgenden Qualifikationsbereiche:

- Schlüsselkompetenzen für die Promotion
- Kommunikation und Management
- Wissenschaftspraxis und Lehre
- IT-Anwendungen und Fremdsprachen
- Karriereentwicklung in und außerhalb der Wissenschaft

Die Seminare unterstützen die Ziele der Universität in der Nachwuchsförderung und tragen damit auch zur Entlastung von Betreuern und betreuenden Einrichtungen bei. Mit dem Fokus auf die überfachlichen Kompetenzen und Qualifikationen wird an der Verkürzung der Promotionszeiten sowie an der Entwicklung klarer Karriereperspektiven mitgewirkt. Die Kurse beziehen sich auf die Promotionszeit selbst sowie auf die Berufstätigkeit nach der Promotion – in oder außerhalb der Wissenschaft.

Bei der Konzeption und Durchführung der Kurse arbeiten wir sowohl mit universitätsinternen Kompetenzzentren (Abteilung Schlüsselkompetenzen und Hochschuldidaktik, Career Service, Internationales Studienzentrum, Sprachlabor u.a.) als auch mit auswärtigen Anbietern zusammen. Besonders die Abteilung Schlüsselkompetenzen und Hochschuldidaktik bietet hierfür ein stetiges Angebot mit zentralen Themen für die Nachwuchsqualifizierung.

Neben dem offenen Kursprogramm für alle Doktorand(inn)en, das in jedem Semester neu erscheint, richtet sich das Angebot besonders an Promotionsprogramme, die komplette Kurse für ihre Doktoranden buchen können. Dieses Angebot bezieht sich vor allem auf Kurse im Bereich der Schlüsselkompetenzen für die Promotion und der Hochschuldidaktik, die auf den folgenden Seiten detailliert beschrieben werden.

Für Kurse aus den anderen Qualifikationsbereichen suchen wir individuelle Lösungen mit anderen Kooperationspartnern in und außerhalb der Universität.

Vor dem Hintergrund unserer Erfahrung in der Konzeption und Organisation von Angeboten für Zusatzqualifikationen beraten wir Sie gerne zur Ausgestaltung eines maßgeschneiderten Angebots für Ihr Promotionsprogramm.

KONTAKT

Wenn Sie Kurse buchen möchten oder Beratung wünschen, nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf:

Iris Helene Koban
Seminarprogramm Zusatzqualifikationen
Tel. 06221/54-3794
iris.koban@zuv.uni-heidelberg.de

Dr. Heidrun Kugeler
Geschäftsführerin der Graduiertenakademie
Tel. 06221/54-3639
heidrun.kugeler@zuv.uni-heidelberg.de

www.graduateacademy.uni-heidelberg.de

ABTEILUNG SCHLÜSSELKOMPETENZEN UND HOCHSCHULDIDAKTIK

Die Abteilung Schlüsselkompetenzen und Hochschuldidaktik ist eine Service-Einrichtung für die Fakultäten und Institute. Sie unterstützt diese bei der Förderung von fachübergreifenden Kompetenzen für Studierende, Promovierende und Lehrende. Das Service-Angebot bezieht sich auf drei verschiedene Bereiche: Schlüsselkompetenzen im Studium, Schlüsselkompetenz-Kurse und Beratung für Promovierende sowie hochschuldidaktische Weiterbildung und Beratung für Lehrende.

Im Bereich der Schlüsselkompetenz-Kurse für Promovierende bietet die Abteilung Schlüsselkompetenzen und Hochschuldidaktik aktuell die folgenden Kurse an, welche im Anschluss detailliert beschrieben sind:

- » Strategien für eine erfolgreiche Promotion: Projektmanagement – Soziale Kompetenz – Zeitmanagement (Strategies for a Successful Doctorate: Project Management – Social Skills – Time Management)
- » Präsentation von Forschungsergebnissen (Presenting Research Results)
- » Wissenschaftliches Schreiben (Academic/Scientific Writing)
- » Konstruktiv kommunizieren – Zielorientiert verhandeln (Communication and Negotiation Skills)
- » Hochschuldidaktische Grundlagen (Basic Principles of Teaching at University Level)
- » Teamarbeit in Forschungsprojekten (Teamwork in Research Projects)
- » Potenzialanalyse (Analyzing personal potential for your career)
- » Kollegiales Coaching

Ziel aller Kurse ist die Weiterentwicklung der Handlungskompetenzen der Doktorand/innen. Die gemeinsame Arbeit im Kurs dient der Vermittlung von Wissen zu den einzelnen Themen, der kritischen Reflexion der eigenen Erfahrungen mit Hilfe des Feedbacks der Kursleiter/innen und Teilnehmer/innen sowie dem Erproben neuer Handlungsmöglichkeiten. Alle Kurse können in Deutsch und in Englisch gehalten werden.

ORGANISATORISCHES

Die Teilnehmerzahl sollte zwischen 7 und 12 Personen liegen.

Die Kurskosten berechnen sich pro Trainingstag, inklusive Konzeption und umfassender Teilnehmerunterlagen. Bei Sonderformaten kann ggf. ein abweichender Tagessatz veranschlagt werden. Auch für die Bewirtung der Teilnehmer/innen können unter Umständen zusätzliche Kosten entstehen.

ANSPRECHPARTNER

Wenn Sie Fragen zu Inhalt und Konzeption der hier vorgestellten Kurse haben, können Sie gerne die Abteilung Schlüsselkompetenzen und Hochschuldidaktik kontaktieren:

Ansprechpartner/innen

Dr. Ute Leidig (Dipl.-Psych.)
Tel. 06221/54-8166
U.Leidig@uni-heidelberg.de

Dr. Sita Schanne
Tel. 06221/54-8160
schanne@uni-hd.de

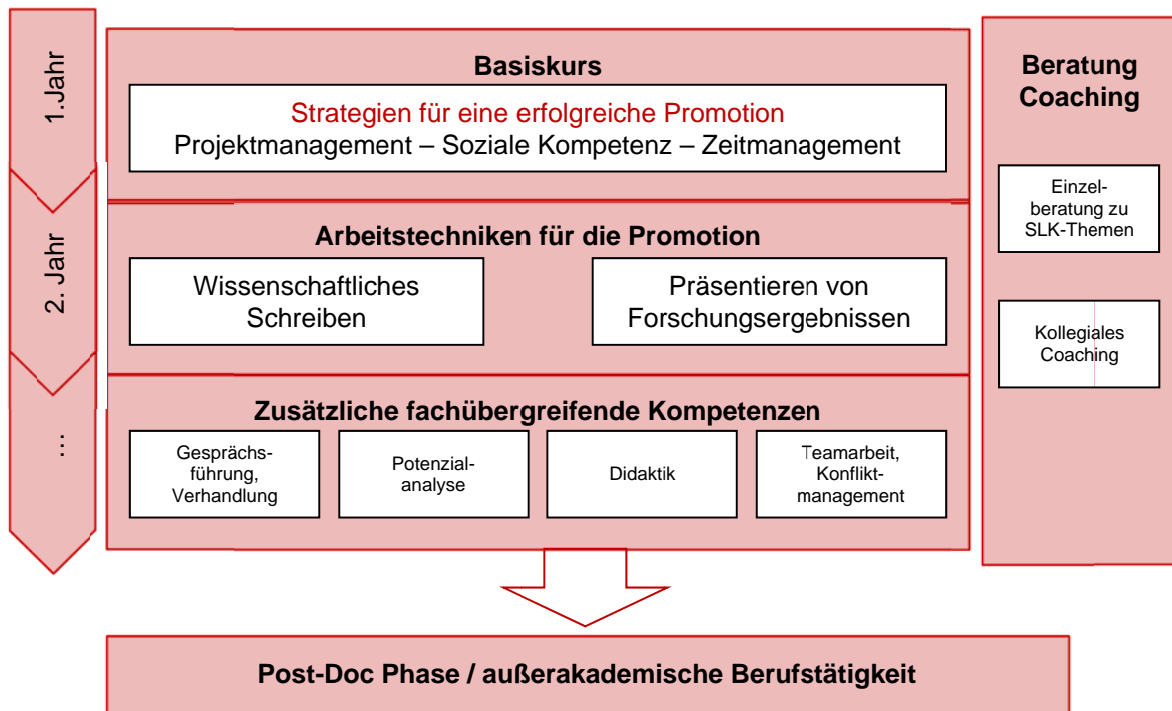
Abteilungsleiter

Dietmar Chur (Dipl.-Psych.)
chur@uni-hd.de

www.slk.uni-hd.de

EMPFEHLUNG ZUR SYSTEMATISCHEN INTEGRATION VON SCHLÜSSEL-KOMPETENZKURSEN IN DIE PROMOTIONSPHASE

Prinzipiell können die Kurse zu jeder Zeit während der Promotionsphase besucht werden. Angesichts der Herausforderungen, die Promovierende typischerweise zu bestimmten Zeitpunkten ihrer Promotion zu bewältigen haben, empfehlen wir jedoch eine systematische Integration von Kursthemen in die Promotionszeit entsprechend dem folgenden Vorschlag.



© Abteilung Schlüsselkompetenzen und Hochschuldidaktik

In ihrem hochschuldidaktischen Weiterbildungsprogramm bietet die Abteilung Schlüsselkompetenzen und Hochschuldidaktik parallele Veranstaltungen für betreuende Dozent/innen an („Supervising the doctorate“; „Schreibaufgaben begleiten“).

KURS 1A: STRATEGIEN FÜR EINE ERFOLGREICHE PROMOTION: PROJEKT-MANAGEMENT – SOZIALE KOMPETENZ – ZEITMANAGEMENT

Die Dissertation ist oft die erste große wissenschaftliche Arbeit. Sie erfolgreich zu meistern, erfordert neben einer hohen Motivation auch die Fähigkeit, die gegebenen Ressourcen in der begrenzten Zeit zu nutzen.

In diesem Kurs wird die Dissertation als persönliches Projekt betrachtet, das durch den Einsatz entsprechender Strategien effizient gestaltet werden kann. Kursthemen sind u.a.:

- » Hilfreiche Instrumente des Projektmanagements: Situationsanalyse, Zieldefinition, Projektstruktur- und Projektablaufplan
- » Work-Life-Balance: Für welche Lebensbereiche will ich wie viel Zeit einsetzen?
- » Wochenplanung und Priorisieren: Wie arbeite ich zielgerichtet und vermeide Zeitdruck?
- » Ihr persönliches Stärken- und Schwächenprofil: Über welche Schlüsselkompetenzen verfüge ich, und wo besteht noch Entwicklungsbedarf?
- » Wirkungsvoll mit dem/der Betreuer/in kommunizieren: Wie plane und führe ich zielorientierte Gespräche?
- » Netzwerken: Wie kann ich hilfreiche soziale Kontakte aufbauen?

Die Teilnehmenden lernen Planungsmethoden des Projekt- und Zeitmanagements kennen und wenden diese im Kursverlauf gleich auf ihr eigenes Promotionsvorhaben an.

Der Kurs richtet sich insbesondere an Doktorand/innen in der Anfangsphase der Promotion. Die Teilnahme kann jedoch auch zu einem späteren Zeitpunkt hilfreich sein, um einen spezifischen Abschnitt des Dissertationsprojekts effizient zu planen.

COURSE 1B: STRATEGIES FOR A SUCCESSFUL DOCTORATE: PROJECT -MANAGEMENT – SOCIAL SKILLS – TIME MANAGEMENT

Usually, the doctoral thesis is the first large academic writing project a doctoral student has to complete. Mastering it successfully requires high levels of motivation as well as strategies for the effective organization of work and daily life.

In this course, we will treat the dissertation as a personal project that can be planned and carried out using special techniques. We will focus on the following topics:

- » Identifying the phases of a project and their core tasks: situation analysis, goal definition, project structure plan and project action plan
- » Work-Life-Balance: which goals do I want to spend my time on?
- » Weekly planning and prioritising: how do I distribute my tasks over the week and avoid time pressure?
- » Analysing personal strengths and weaknesses: what do I need to improve and how can I plan my development?
- » Communicating effectively with my supervisor: how do I plan and carry out goal-oriented dialogs?
- » Creating an academic network

In the course the participants will apply the techniques learned by planning their individual doctoral project and evaluate their working behaviour.

Kursdauer: 2 bis 2,5 Tage

KURS 2A: PRÄSENTATION VON FORSCHUNGSERGEBNISSEN

Die mündliche Darstellung der eigenen Forschungsarbeit in Kolloquien, auf Konferenzen oder im Rahmen der Disputation stellt eine zentrale Herausforderung für Doktorand/innen dar. Dabei stellen sich häufig Fragen wie: Ablesen oder frei sprechen? Präsentieren mit oder ohne Powerpoint-Unterstützung? Wie ist mit Lampenfieber umzugehen? In dem Workshop bearbeiten die Teilnehmer/innen anhand eigener Präsentationen die folgenden Themen:

- » Wie strukturiere ich einen Vortrag stringent und interessant?
- » Was muss ich beachten, um die jeweilige Zielgruppe für das Thema zu gewinnen?
- » Wie kann ich mein Thema visualisieren und durch (unterschiedliche) Medien sinnvoll darstellen?
- » Wie kann ich auch meinen nonverbalen Auftritt sinnvoll gestalten?
- » Wie kann ich mit Hilfe von Feedback meine Vortragskompetenz verbessern?

Die Teilnehmenden sind in einer aktiven Rolle angesprochen und erhalten die Gelegenheit, eigene Präsentationen und/oder Poster vorzustellen. Durch systematisches Feedback (von der Gruppe, der Trainerin und per Videoaufzeichnung) können sie eigene Stärken und Schwächen erkennen, neue Handlungsmöglichkeiten erproben und so ihre persönliche Präsentationsfähigkeit verbessern.

- ➔ Dieser Kurs wird jeweils an die spezifischen Vortragsformate in den Natur- und Lebenswissenschaften bzw. den Geistes- und Sozialwissenschaften angepasst.

COURSE 2B: PRESENTING RESEARCH RESULTS

An important part in research is presenting your results. This course will help doctoral students to prepare for the presentation of their research in seminars, at conferences or in their disputation. Participants bring their own presentations in order to work on the following topics:

- » How do I structure my talk to make it more effective?
- » How do I use media efficiently?
- » What are the differences between oral and poster presentations?
- » What do I have to bear in mind to address my audience most effectively?
- » How can I improve my performance through feedback?

The course requires participants to be actively involved by giving a presentation. Therefore, doctoral students are expected to prepare a short presentation/poster on their research topic. Systematic feedback (from the group, the trainer, and video) will help the presenters to recognize their strengths and weaknesses, to try out new presentation strategies and thus to improve their presentation skills.

- ➔ This course can be adapted according to the specific demands of presentations in the natural and life sciences, and the humanities and social sciences, respectively.

Please note: This is not a language course.

Kursdauer: 2 Tage

KURS 3A: WISSENSCHAFTLICHES SCHREIBEN

Wer im Bereich der Forschung erfolgreich sein möchte, muss über Kompetenzen im wissenschaftlichen Schreiben verfügen. Ob Arbeits- und Forschungsergebnisse zusammengefasst und schriftlich präsentiert werden, Forschungsanträge geschrieben oder Berichte und Veröffentlichungen verfasst werden – die Texte müssen informativ, präzise formuliert und gut strukturiert sein.

Doktorand/innen müssen sich die Schreibprozesse, die bei erfahrenden Forschern implizit ablaufen, erst noch explizit aneignen. Daher werden im Kurs vor allem die folgenden Themen bearbeitet:

- » Klärung der Anforderungen innerhalb des Schreibprozesses, Verbesserung des Schreibflusses
- » Übungen zur besseren Strukturierung von Texten
- » Lesestrategien, um Forschungsartikel effektiv zu erfassen
- » Kennzeichen von Wissenschaftssprache
- » Überarbeitung von eigenen Textentwürfen aufgrund von Peer-Reviews

In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden Konzepte zum wissenschaftlichen Schreiben kennen, reflektieren ihre eigenen Erfahrungen und wenden Strukturierungs-, Schreib- und Überarbeitungstechniken auf eigene Texte an.

Jede/r Teilnehmer/in sollte 1 – 2 getippte Seiten eines eigenen, noch in Bearbeitung befindlichen Textentwurfes zum Kurs mitbringen.

- ➔ Dieser Kurs wird jeweils an die spezifischen Schreibformate in den Natur- und Lebenswissenschaften bzw. in den Geistes- und Sozialwissenschaften angepasst.

COURSE 3B: ACADEMIC / SCIENTIFIC WRITING

Writing is an important skill for all academic careers. In order to be effective, research proposals, reports and publications must be informative, precisely formulated and well structured. The writing process includes several different tasks such as formulating the research question, effective dealing with literature, and composing and revising drafts in order to arrive at a final text.

In this course we will focus on the following topics:

- » Developing an awareness for the writing process and improving writing fluency
- » Suggestions for improving structure
- » Developing reading strategies in order to comprehend research articles effectively
- » Identifying the characteristics of scientific language
- » Peer-review editing and revising of individual texts

Participants are asked to be actively involved in the course by working on their own writing projects. Therefore each participant should bring along a rough draft of one of their own texts (approx. 1-2 pages) for in-class work.

- ➔ This course can be adapted according to the specific demands of academic/scientific writing in the natural and life sciences, and the humanities and social sciences, respectively.

Please note: This is not a language course.

Kursdauer: 2 Tage

KURS 4A: KONSTRUKTIV KOMMUNIZIEREN – ZIELORIENTIERT VERHANDELN

Effektive Kooperation ist eine wesentliche Voraussetzung für erfolgreiche Forschung. Dies gilt auch für die Promotionsphase. Doktorand/innen müssen mit ihrem/ihrer Betreuer/in, mit Kolleg/innen und Forschungspartner/innen unterschiedliche Erwartungen klären, Interessen aufeinander abstimmen und Ziele vereinbaren.

Für eine konstruktive und zielorientierte Zusammenarbeit werden wirksame kommunikative Kompetenzen benötigt. Der Workshop zielt daher auf die Erweiterung der Gesprächs- und Verhandlungskompetenz ab und bearbeitet u.a. diese Themen:

- » Konstruktive Kommunikation: aktiv zuhören, Fragetechniken anwenden, eigene Aussagen positiv formulieren, innere Einstellung erkennen
- » Vorbereitung von Verhandlungen: Standpunkte reflektieren, Ziele setzen, Strategien erarbeiten
- » Durchführung von Verhandlungen: Phasen einer Verhandlung beachten, Interessen aller Gesprächspartner/innen berücksichtigen (win-win), lösungsorientiert verhandeln

Der Workshop bietet Impulsvorträge und Diskussionen sowie Einzel- und Gruppenarbeitsphasen. Dabei kommen auch Übungen und Rollenspiele zum Einsatz.

COURSE 4B: COMMUNICATION AND NEGOTIATION SKILLS

Doctoral students have to interact successfully with colleagues, collaborating researchers and with their supervisor. Communicative skills are required to coordinate activities, to provoke decisions and changes and to achieve objectives.

By attending this two-day workshop doctoral students will increase their communication skills and will therefore be able to cope with varying social situations. The workshop focuses on the following topics:

- » Communication techniques that facilitate constructive interaction and increase mutual understanding among all communication partners: active listening, questions, formulating positively
- » Preparing and conducting negotiations in a way to best take the interest of all negotiation partners into account

This workshop encourages active participation, e.g. by means of role plays. Doctoral students will learn about various communication skills and reflect on their personal experiences. They are invited to try out new ways of interaction in social situations specific to them to improve their social skills.

Please note: This is not a language course.

Kursdauer: 2 Tage

KURS 5A: HOCHSCHULDIDAKTISCHE GRUNDLAGEN

Selbst in der Lehre tätig zu sein, bietet für Doktorand/innen eine gute Möglichkeit, die eigenen wissenschaftlichen Kenntnisse zu vertiefen und gleichzeitig berufsrelevante Kompetenzen zu erwerben. In dem 2-tägigen praxisorientierten Kurs werden die Teilnehmenden auf das Tätigkeitsfeld des/der Hochschullehrenden vorbereitet und erweitern notwendige Kompetenzen für erfolgreiches didaktisches Handeln.

Dabei stehen die folgenden Themen im Mittelpunkt:

- » Grundlagen des Lehrens und Lernens
- » Eigenes Rollenverständnis als Lehrende/r
- » Institutionelle Rahmenbedingungen des Lehrens
- » Didaktische Planung einer Lehrveranstaltung unter Berücksichtigung von Lehr- und Lernzielen, Formen des kooperativen Lernens und aktivierende Methoden

Im Kurs wird ein Methoden-Mix aus Impulsvorträgen, Diskussionen, Einzel- und Gruppenarbeitsphasen eingesetzt. Idealerweise bereiten die Teilnehmenden gerade selbst eine Lehrveranstaltung vor.

Hinweis: Eine Anrechnung dieses Workshops als Modul I des Baden-Württemberg-Zertifikat für Hochschuldidaktik ist nicht möglich.

COURSE 5B: BASIC PRINCIPLES OF TEACHING AT UNIVERSITY LEVEL

Teaching undergraduate students is an effective way to enhance your own knowledge about your research field. Additionally, you develop communication skills relevant for a career within or outside academia.

This two-day course covers the basics of professional University teaching. You will improve your methodological knowledge about the teaching – learning interaction and how that setting can be influenced effectively. The aim is to reach a level of learner centred teaching that leads to a deep-level learning approach on the side of the students. Hence, interaction with and motivation of the students is in the focus of this course.

- » Basic principles of teaching and learning
- » Understanding your role as a teacher
- » Didactical planning of a course or lesson
- » Defining learning objectives – designing learning activities
- » Co-operative learning

Kursdauer: 2 Tage

KURS 6A: TEAMARBEIT IN FORSCHUNGSPROJEKTEN

Effektive Teamarbeit gilt als Schlüsselfaktor für den Erfolg von Forschungsprojekten – Missverständnisse und Konflikte im Team hingegen frustrieren die Mitarbeiter/innen und können das Projekt als Ganzes gefährden. In dem Workshop verbessern die Teilnehmer/innen ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit, indem sie grundlegende Aspekte von guter Teamarbeit kennenlernen sowie ihr individuelles Verhalten und ihre Gestaltungsmöglichkeiten in Teams reflektieren.

Dabei stehen u.a. die folgenden Themen im Mittelpunkt:

- » Grundlagen effektiver Teamarbeit
- » Individuelle Arbeitspräferenzen und Rollen im Team
- » Werte und Spielregeln im Team
- » Konflikte im Team erkennen, Konflikten vorbeugen
- » Wege des konstruktiven Umgangs mit Konflikten

Der Workshop bietet Impulsvorträge und Diskussionen sowie Einzel- und Gruppenarbeitsphasen. Neue Verhaltensweisen werden durch Übungen, Rollenspiele und Feedback eingeübt.

COURSE 6B: TEAM WORK IN RESEARCH PROJECTS

Effective teamwork is essential for the success of many research projects, meanwhile misunderstanding and conflicts can lead to frustration and even endanger the project outcome. In this course participants will enhance their competencies of working in a team by learning about basic principles of team work as well as influencing team action. We will focus on the following topics:

- » Understanding the aspects of effective team work
- » Defining individual work preferences and roles within a team
- » Identifying and establishing norms and rules of team work
- » Recognizing and preventing conflicts in the team
- » Working towards a constructive resolution of conflicts

The workshop supports participants to improve their team and communication skills. The course work comprises of short inputs on various topics and individual reflection of personal experiences. Participants will explore new ways of behaviour (e.g. in role plays) and will receive feedback from the trainer and the group.

Kursdauer: 2 Tage

KURS 7A: POTENZIALANALYSE: „WER BIN ICH – WAS KANN ICH – WAS WILL ICH?“

Um langfristig beruflich erfolgreich und zufrieden zu sein, ist eine sorgfältige Karriereplanung notwendig. Denn nur wenn Stellenprofil und -anforderungen zu den Qualifikationen, Kompetenzen und Werten der Stelleninhaber/innen passen, resultieren Zufriedenheit und Ausschöpfung der persönlichen Potenziale.

In diesem Kurs gewinnen die Teilnehmenden Einblicke in ihre Interessen, Kompetenzen, Qualifikationen und Eigenschaften, die sie bei ihrer Karriereplanung unterstützen.

Der Kurs fokussiert folgende Themen:

- » Erarbeitung eines Kompetenzprofils: Fach- und Methodenkenntnisse, Schlüsselkompetenzen, individuelle Stärken und Schwächen
- » Assessment Center: Überblick über die Elemente eines AC, Kriterien und Verhalten in typischen Aufgabenstellungen, Gruppenübungen (im Rollenspiel) mit Feedback
- » Vergleich zwischen Selbst- und Fremdbild
- » Kommunikation persönlicher Stärken im Rahmen von Bewerbungen, Entwicklung von Erfolgsgeschichten
- » Entwicklung persönlicher Meilensteine für die Karriereplanung

Durch den Einsatz vielfältiger Methoden erarbeiten die Teilnehmenden in dem Workshop ihr persönliches Stärken-Schwächen-Profil. Anhand von Inputsequenzen, Fragebögen, Gruppendiskussionen, Reflexionen und Rollenspielen gewinnen sie Erkenntnisse, die sie bei der Konkretisierung ihrer beruflichen Optionen unterstützen.

COURSE 7B: ANALYZING PERSONAL POTENTIAL FOR YOUR CAREER

The key to a successful career lies in careful planning, so that one finds the position that best matches one's skills and values and that utilizes one's analytical capabilities.

In this course we use questionnaires, group discussions, personal reflection and elements from the assessment center process to provide participants with insights about their interests, skills, qualifications and personality. They will learn about their strengths and how to articulate them when applying for a job.

The course content will be as follows:

- » Working out a competence profile: knowledge, methodical and key competencies, personal strengths and weaknesses
- » Assessment Center: Overview; criteria and performance in regard to typical exercises; group exercise (role-play) with feedback
- » Comparison of self-image and the way others perceive us
- » Self-presentation in the application process, creating success stories
- » Development of a personal milestone plan

The workshop helps participants to become aware of their personal strengths and weaknesses. The course combines short inputs on various topics with individual reflection on personal experiences as well as discussions and interactive parts in small groups. Participants will explore new ways of behavior (e.g. through role play) and receive feedback on the impression they make on other people.

Kursdauer: 2 Tage

KOLLEGIALES COACHING: ZUSAMMEN ERFOLGREICH DURCH DIE PROMOTION

Nach einer positiven Aufbruchsstimmung stellen sich im Verlauf der Promotion manchmal Zweifel ein: Bin ich den Anforderungen gewachsen? Ist meine Planung stimmig? Wie gehe ich mit der Fülle an Material um? Interessiert sich mein/e Betreuer/in eigentlich für meine Arbeit?

Kollegiales Coaching bietet Promovierenden eine Möglichkeit, sich in kleinen Gruppen unter Anleitung eines erfahrenen Coachs gegenseitig zu unterstützen: um Arbeitsziele zu erreichen, Hindernisse zu bewältigen, neue Sichtweisen und Lösungen zu entwickeln und Sicherheit im Umgang mit dem eigenen Projekt zu gewinnen.

Was kollegiales Coaching leisten kann:

- » Teilnehmer/innen finden gemeinsam Lösungen für konkrete Fragestellungen und unterstützen sich gegenseitig bei der Umsetzung.
- » Sie bilanzieren den Stand ihres Projekts und schöpfen daraus Motivation für weitere Schritte.
- » Sie erhalten Feedback „von außen“ zu ihrem Projekt.
- » Sie tauschen sich mit anderen Doktorand/innen aus und erweitern dadurch ihr akademisches Netzwerk.
- » Sie erlernen Methoden des Peer-Coachings und verbessern dadurch auch langfristig Ihre Selbstmanagement-Kompetenzen.

Nach einem Einführungstag in Methoden des kollegialen Coachings und 1 – 2 angeleiteten Coaching-Sitzungen können die Gruppen selbstverantwortlich die gegenseitige Beratung fortsetzen. Für Koordinator/innen von strukturierten Promotionsprogrammen kann dieses Format eine deutliche Entlastung bei der Betreuung darstellen.