

Promotion – und dann? // Postdoc – und dann?

Ein Coaching-Seminar zur beruflichen Orientierung

Idee

Die Entscheidung über den eigenen Weg in und nach der Promotions- oder Post-Doc-Phase ist von großer Tragweite für die persönliche und berufliche Weiterentwicklung. Welche Perspektiven habe ich – in der Wissenschaft oder außerhalb? Wie vereinbare ich Familie, Privatleben und Beruf? Worauf soll ich meine Energie lenken?



Oft fühlt man sich mit diesen Fragen allein. Im Alltag tauchen sie zwar immer wieder auf, aber wann ist schon mal Gelegenheit, sich damit wirklich eingehend zu beschäftigen?

Das Seminar bietet Zeit zum konzentrierten, angeregten Nachdenken über diesen nächsten Schritt sowie Gelegenheit zum Austausch im geschützten Rahmen einer kleinen Gruppe. Als Teilnehmer*in richten Sie den Blick nach Innen, auf eigene Ziele, Stärken, Wünsche und Vorstellungen.

Konzept

Das Seminar ist eine Kombination aus Coaching und vertrauensbasiertem Erfahrungs- und Informationsaustausch in einer kleinen Gruppe. Dadurch kann für die Betrachtung der individuellen Situation ausreichend Raum gegeben werden, und gleichzeitig können Sie als Teilnehmer*in von unterschiedlichen Perspektiven, Sichtweisen und Erfahrungen profitieren.

Eingesetzte Methoden: Biografiearbeit, Persönliche Zielfindung, Reflexionsphasen in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Arbeitsphasen zur Entscheidungsfindung, Feedback, nach Bedarf Übungen und fachliche Impulse z.B. zu Persönlichkeitskonzepten, Umgang mit Veränderung

Sie erhalten eine Vielzahl von Eindrücken, Feedbacks, Ideen, Coaching-Impulsen und Methoden, mit denen Sie auch künftig in unübersichtlichen Situationen Klarheit für sich selbst gewinnen können.

Zielgruppe

- ✓ Promovierende und Post-Docs, die sich Zeit zum Nachdenken über ihre berufliche Orientierung nehmen wollen

Durch das Seminar...

... haben Sie die Wahrnehmung Ihrer eigenen Persönlichkeit geschärft und einen noch besseren Zugang zu Ihren Stärken und Ressourcen gewonnen.

... hatten Sie Gelegenheit, sich mit folgenden Fragen befassen: Wer bin ich? Was treibt mich an? Was trägt mich? Welche Ziele habe ich? Wo möchte ich in ein, zwei, fünf Jahren sein? Wie nehmen andere mich wahr? Wie wirke ich auf andere? Wie nehme ich andere wahr?

...haben Sie Rückmeldungen von anderen erhalten, die sich mit ähnlichen Fragen beschäftigen und die Sie in dieser Veranstaltung intensiv kennengelernt haben.

Referent

Robert Erlinghagen, M.A.; Supervisor (DGSv), Coach (SG), Organisationsberater, Trainer; Inhaber von mindshaker; Betzdorf

Robert Erlinghagen hat 20 Jahre Erfahrung in der Beratung von Menschen und Organisationen. Sein Handwerk lernte er in einem deutsch-schweizerischen Beratungsunternehmen in klassischen, partizipativen Organisationsentwicklungsprojekten. Im Zuge seiner Selbstständigkeit ab dem Jahr 2007 wandte er sich zunehmend den Erfolgsfaktoren zu, die bei Change-Prozessen unter der Oberfläche liegen: den sogenannten weichen Faktoren, die oft die eigentlich harten sind.

