Kollegiales Coachingprogramm
für Promovierende an der TH Köln

Seit 2016 bietet das Graduiertenzentrum in Kooperation mit dem Zentrum für Lehrentwicklung und dem Gleichstellungsbüro ein kollegiales Coachingprogramm für Promovierende an.
Für das Coachingjahr 2024/25 sind Plätze frei für Promovierende in jeder Promotionsphase.

Ziele

- Entscheidungssicherheit im Selbst- und Projektmanagement während der Promotionsphase
- Stärkung promotionsspezifischer Netzwerke
- Spezifische Kompetenzerweiterung
- Begleitung im Promotionsprozess

Inhalte

Der Promotionsprozess verläuft selten linear. Als Promovend*in führen Sie mit einem hohen Maß an Eigenverantwortung ein komplexes Forschungsprojekt mit hohem intellektuellem Anspruch, aber auch mit Ergebnisrisiko durch. Zugleich entwickeln Sie wissenschaftliche und berufsfeldbezogene Kompetenzen, die in eine konsistente Karriereplanung münden.

In dieser herausfordernden Phase sind Zielorientierung, Durchhaltevermögen und eine planvolle Vorgehensweise ebenso wichtig wie ein motivierendes Umfeld und die Balance zwischen den verschiedenen promotionsspezifischen Aufgabenfeldern.

Das Promovierendencoaching unterstützt Sie im Promotionsprozess durch:

- Früherkennung potenzieller Probleme
- Vorausschauende Strukturierung der Prozesse
- Ressourcenmobilisierung
- Kompetenzentwicklung
- Perspektivwechsel

Das Promovierendencoaching bietet Ihnen die Gelegenheit, Ihre Promotion aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten und den Prozess auf der Meta-Ebene zu analysieren. Mit dem Format des kollegialen Coachings wird zudem eine Struktur implementiert, mit der Sie entlang der Promotionsphasen und auftretenden Herausforderungen individuelle und gemeinsame Lösungen in der Gruppe generieren. So haben Sie die Möglichkeit, durch die Reflexion der Coachingprozesse ein gelungenes Selbstmanagement zur Optimierung Ihres individuellen Erfolgs zu entwickeln, welches neben dem Mehrwert des Netzwerkens auch zur erfolgreichen Karriereplanung führt.
Neben dem Austausch in der Coachinggruppe wird es zudem die Möglichkeit einer gemeinsamen Mittagspause mit allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern des Coachingprogramms zum informellen Austausch geben.

Coaching-Werkstätten

Fortlaufendes Programm mit regelmäßigen Präsenzterminen alle 2-3 Monate

Nächste Termine:	07.10.2024, 13.01.2025, 10.03.2025, 02.06.2025 (jeweils montags)
Dauer:	jeweils 3 Stunden
Sprache:	Deutsch oder Englisch
Teilnehmer*innenanzahl:	5-8 pro Coachinggruppe

Einzelcoaching

Bei individuellem Bedarf bieten wir zudem eine begrenzte Zahl an (in der Regel virtuell per Zoom organisierten) Einzelcoachings an festgelegten Terminen an. Ein Einzelcoaching à 90 Minuten bietet Ihnen die Möglichkeit, individuelle Themen und spezifische Fragen zu besprechen und diese vorab oder parallel zu Ihrer Teilnahme am kollegialen Coaching zu bearbeiten.

Ihre Coaches

Dr. Antje Schultheis

© Antje Schultheis

Antje Schultheis studierte Sozialwissenschaften an der Universität Göttingen und promovierte 2009 an der Universität Kassel in Politikwissenschaften. Als zertifizierte Coach ist sie in diversen Bereichen tätig, u.a. als Lehrbeauftragte an zahlreichen Universitäten, Coach für berufliche Entwicklungsprozesse und für Wissenschaftler*innen. Darüber hinaus gründete sie das Beratungs- und Coachingunternehmen as.empowerment, welches sich besonders auf Coaching und Beratung im Bereich der Bildung fokussiert.

Dr. Christian Dumpitak

© Christian Dumpitak

Christian Dumpitak studierte Biologie an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf (HHU) und promovierte 2003 am dortigen Institut für Physikalische Biologie über Erreger von Prionkrankheiten.
Als zertifizierter Workshopleiter und Coach ist er langjährig in den Bereichen Hochschuldidaktik und der akademischen Personalentwicklung auf nationaler und internationaler Ebene tätig.
Hauptberuflich ist er seit 2009 Geschäftsführer der fächerübergreifenden Graduiertenakademie der Mathematisch-Naturwissenschaftlichen Fakultät „iGRAD – Interdisciplinary Graduate and Research Academy Düsseldorf“ an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf.

Anmeldung

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann melden Sie sich gerne unverbindlich per E-Mail bei uns (graduatecenter@th-koeln.de) an mit der Angabe des Titels Ihrer Doktorarbeit, dem Namen Ihres/Ihrer Betreuer*in, der gewünschten Sprache und ob Sie eine gemischtgeschlechtliche oder eine geschlechtergetrennte Gruppe bevorzugen. Gemeinsam mit den Coaches besprechen wir, in welche Gruppe Sie am besten passen. Die Plätze werden nach dem „First come, first serve“-Prinzip vergeben.