

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. Es gibt freie Plätze für Promovierende jeder Promotionsphase.

Ziele des Coachings

- Selbst- und Projektmanagement
- Stärkung promotionsspezifischer Netzwerke
- Spezifische Kompetenzerweiterung
- Begleitung im Promotionsprozess
- Prävention von und Umgang mit herausfordernden Situationen
- Umgang mit habituellen Herausforderungen: Ankommen im akademischen Feld

Inhalte

Der Promotionsprozess verläuft selten linear. Als Promovend*in führen Sie ein komplexes Forschungsprojekt mit hohem intellektuellen Anspruch durch, das ein hohes Maß an Selbstorganisation und Eigenverantwortung erfordert, das aber auch mit Ergebnisrisiko behaftet ist. In dieser herausfordernden Phase sind eine planvolle Vorgehensweise, der Blick auf das Ziel und Durchhaltevermögen ebenso wichtig wie ein motivierendes Umfeld und die Balance zwischen den verschiedenen promotionsspezifischen Aufgabenfeldern.

Das Promovierendencoaching unterstützt Sie im Promotionsprozess durch:

- Früherkennung potenzieller Herausforderungen
- 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. In der Gruppe können Sie die auftretenden Herausforderungen besprechen und individuelle und gemeinsame Lösungen entwickeln. Zudem fühlen sich Teilnehmende durch die Gruppenberatung auch bestärkt und empowered Herausforderungen anzugehen und bewältigen zu können. So können auf diese Weise ein erfolgreiches Selbstmanagement, Netzwerken mit einer erfolgreichen Karriereplanung kombiniert werden.

In einer gemeinsamen Mittagspause haben Sie darüber hinaus die Gelegenheit zum informellen Austausch mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern aller Gruppen des Coachingprogramms (Mittagessen auf eigene Kosten).

Coaching-Werkstätten

Fortlaufendes Programm mit regelmäßigen Präsenzterminen alle 2-3 Monate

Nächste Termine: 27.10.2025, 12.01.2026, 09.03.2026, 08.06.2026 (jeweils montags)
Dauer: jeweils 3 Stunden
Sprache: Deutsch oder Englisch
Teilnehmende: 5-8 Teilnehmer*innen pro Coachinggruppe

Einzelcoaching

Bei individuellem Bedarf bieten wir zudem eine begrenzte Zahl von Einzelcoachings an. Im Einzelcoaching können Sie individuelle und spezifische Fragen besprechen, die sie vorab oder parallel im kollegialen Coaching bearbeitet haben. Die Einzelcoachings dauern 90 Minuten, die Termine sind festgelegt und finden in der Regel per zoom statt.

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. Als zertifizierter Workshopleiter und Coach ist er langjährig in den Bereichen Hochschuldidaktik und akademischer Personalentwicklung auf nationaler und internationaler Ebene tätig. Hauptberuflich ist er seit 2009 Geschäftsführer der fächerübergreifenden Graduiertenakademie „iGRAD – Interdisciplinary Graduate and Research Academy Düsseldorf“ an der der Mathematisch-Naturwissenschaftlichen Fakultät 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.