

HOME TRAINING DAYS

Online-Workshop “ Promovieren mit Kind: Wie sich Dissertation und Familienalltag unter einen Hut bringen lassen“

Termin: Mo. 18.05.2020, 09:30 – 11:00 Uhr

Online-Raum: Zoom, der Link geht Ihnen rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn zu

Trainerin: Dr. Majana Beckmann

Zielgruppe: Doktorandinnen und Doktoranden aller Fächer, max. 20

Sprache: Deutsch

Workshop-Beschreibung

Im Fokus stehen die aktuellen Herausforderungen von promovierenden Eltern: Wie räume ich meiner Doktorarbeit als Mutter oder Vater den passenden Stellenwert ein? Wie gehe ich mit dem Gefühl der inneren Zerrissenheit oder meinem schlechten Gewissen um? Wie arbeite ich in den kurzen verfügbaren Zeitfenstern effektiv? Wie schaffe

ich mir günstige Bedingungen für das Promovieren im Home Office? Das Webinar setzt sich zusammen aus einem interaktiven Vortrag und einer gemeinsamen Diskussion.

Die Teilnehmenden...

- reflektieren ihre Arbeitsroutinen, Motivatoren und Energiefresser
- erhalten Impulse für produktives Arbeiten und Ausgeglichenheit
- diskutieren mögliche Strategien für die langfristige Selbstmotivation

Trainerin

Dr. Majana Beckmann ist Coach für Promovierende und Systemische Beraterin (SG). Ihre Schwerpunkte sind: Motivation, Selbstorganisation, Schreibprozesse, Promovieren mit Kind und/oder Beruf. Sie verfügt über mehrjährige Erfahrung in der akademischen Lehre, in der medien- und hochschuldidaktischen Beratung und in der Erwachsenenbildung.