

Workshop „Promovieren mit Kind“

Trainerin: Dr. Majana Beckmann

Di, 2. Oktober 2018, 13.30–17.00 Uhr
Raum S06 S00 A26

Inhalte und Ziele

Als Promovierende mit Kind(ern) befinden Sie sich in einer besonderen Lebenssituation. Den Familienalltag, die Doktorarbeit und häufig eine feste Stelle unter einen Hut zu bekommen, ist eine echte Herausforderung.

Welchen Stellenwert hat die Doktorarbeit aktuell in meinem Leben, und wie zufrieden bin ich damit? Wie begegne ich meinem schlechten Gewissen? Wie arbeite ich in kurzen verfügbaren Zeitfenstern effektiv? Wie gewinne ich langfristige Motivation und neue Energie? In diesem Kurzworkshop dreht sich alles um Ihre Alltagsgestaltung zwischen Familie, Promotionsprojekt und weiteren Herausforderungen.

Als Teilnehmende ...

- reflektieren Sie Ihre Arbeitsroutinen und Motivatoren
- erhalten Sie Impulse für mehr Ausgeglichenheit und Zufriedenheit
- entwickeln Sie Ideen, um regelmäßig an Ihrer Dissertation zu arbeiten
- lernen Sie nützliche Alltagsstrategien anderer promovierender Eltern kennen