

# Termine im Online-Kurs „Projekt-Promotion Februar bis Mai 2021

Link zum Google-Kalender: [LINK](#)

## Freischaltung der Module

15.02.2021 Modul 1: Ziele im Promotionsprozess

01.03.2021 Modul 2: Motivation und Pläne

15.03.2021 Modul 3: Arbeitsorganisation und Gewohnheiten

29.03.2021 Modul 4 Schreiben, schreiben, schreiben

12. 04.2021 Modul 5: Networking, Selbstmarketing und Social Media in der Wissenschaft

26.04.2021 Modul 6: Projektmanagement

### **Do. 11.02.2021 von 19:00 – 20:30 Uhr** Kennenlernetreffen „Projekt-Promotion“

Hier lernen sich alle Teilnehmenden kennen. Erste Termine für die Bildung der Motivationsgruppen werden vereinbart. Die Gruppen finden sich dann im Laufe der darauffolgenden Tage, unterstützt von Team Coachingzonen.

### **Mo. 15.02.2021 Modul 1:** Ziele im Promotionsprozess

Du planst Deine Ziele und die Umsetzung Deiner Ziele in der Promotion mit Hilfe von Input und Übungen, egal an welcher Stelle Du stehst. Du verabschiedest Dich von dem angesammelten Ballast, der dich nicht voran bringt.

**Di. 16.02.2021 19:00-20:00 Uhr:** Offene Fragen, Anmerkungen, Gesprächsbedarf – ein offenes Gespräch für alle Interessierten.

**Do. 25.02.2021 19:00-20:00 Uhr:** Offene Fragen, Anmerkungen, Gesprächsbedarf – ein offener Chat

### **Fr. 26.02.2021 09:30 – 10:30 Uhr:** Webinar „Promovieren mit Kind:ern“

Promovierende Mütter und Väter haben möglicherweise noch andere Anforderungen an die Promotion. Im Webinar können spezifische Herausforderungen promovierender Eltern angesprochen – und Lösungen erarbeitet.

### **Mo. 01.03.2021 Modul 2:** Motivation und Pläne

Du fokussierst Dich auf Deine Motivation, die der Motor für Deinen Erfolg ist. Du bekommst Tools, die Dich langfristig motivieren. Du probierst verschiedene Schreibstrategien aus. Du erhältst Feedback, wie Du Deine individuellen Schreibstrategien optimieren kannst.

### **Mi. 03.03.2021 von 10:00 Uhr – 22:00 Uhr:** Online-Pomodoro-Tag

(Angebot für alle, auch aus der Coachingzonen-Community. Wir schreiben/arbeiten den ganzen Tag Online nebeneinander. Alle schreiben/arbeiten an wichtigen Teilen ihres Promotionsprojektes. 10:00 -16:00 Uhr, 16:30 Vernetzungstreffen, 18:00- 18:30 Uhr kollegialer Input, Ende 22:00 Uhr

### **Do. 04.03.2021 um 20:00 -21:30 Uhr:** Schreib-Workshop

Angeleitete Schreib-Übungen. Gerne vorher die Videos auf der Kursplattform anschauen.

**Mi. 10.03.2021 von 20:00 – 21.00 Uhr:** Coaching für promovierende Eltern, offen für alle in der Coachingzonen-Community (Im Community-Raum!)

**Mo. 15.03.2021 Modul 3:** Arbeitsorganisation und Gewohnheiten

Du lernst, wie Du ganz praktisch schlechte (Promotions-) Gewohnheiten verändern kannst. Beim nächsten Prokrastinations-Schub bist du gewappnet.

**Mi. 17.03.2021 um 20:00 Uhr – Motivations/Coaching-Chat**

Nutze die Gelegenheit, in einem gemeinsamen Chat Fragen zu stellen oder über Deine Herausforderungen zu sprechen. Welche Anliegen möchtest Du mal mit anderen „beleuchten“ und worauf brauchst Du eine Rückmeldung Deiner Coaches?

**Di. 23.03.2021 um 09:00 Uhr – Motivations/Coaching-Chat**

Nutze die Gelegenheit, in einem gemeinsamen Chat Fragen zu stellen oder über Deine Herausforderungen zu sprechen. Welche Anliegen möchtest Du mal mit anderen „beleuchten“ und worauf brauchst Du eine Rückmeldung Deiner Coaches?

**Mo.29.03.2021 Modul 4** Schreiben, schreiben, schreiben

Das vierte Modul steht unter dem großen Thema „Schreiben“. Darum findest Du hier viele Schreib-Coaching-Aufgaben. Im Mittelpunkt des Moduls steht die große Textwerkstatt.

**Sa. 03.04.2021 von 10:00 Uhr – 22:00 Uhr– Online-Pomodoro-Tag**

(Angebot für alle, auch aus der Coachingzonen-Community. Wir schreiben/arbeiten den ganzen Tag Online nebeneinander. Alle schreiben/arbeiten an wichtigen Teilen ihres Promotionsprojektes. 10:00-16:00 Uhr, 16:30 Vernetzungstreffen, 18:00- 18:30 Uhr kollegialer Input, Ende 22:00 Uhr

**Mi.07.04.2021 von 20:00 – 21.00 Uhr:** Coaching für promovierende Eltern, offen für alle in der Coachingzonen-Community (Im Community-Raum!)

**Mo. 12.04.2021 Modul 5:** Networking, Selbstmarketing und Social Media in der Wissenschaft

Du machst Dir Deine Netzwerke bewusst und planst Deine weiteren Vernetzungsstrategien absichtsvoll. In diesem Modul überprüfst und verbesserst Du Deine Kommunikationsstrategien, z.B. auch mit Deiner Promotionsbetreuung und lernst, was Du tun kannst, um Dich im Hinblick auf Deine Ziele besser zu vernetzen und für Deine Promotion förderlich und klarer zu kommunizieren.

**Di 13.04.2021 um 20:00 – 21:30 Uhr** Workshop „Networking und Selbstmarketing“

Workshop zur Sichtbarkeit als Promovierende:r und als Wissenschaftler:in. Du planst Deine Netzwerke und Strategien.

**20.04.2021 20:00 Uhr – 21:15:** Frage-und-Antwort-Chat „Networking und Selbstmarketing“

Besprechen der umgesetzten Vorhaben aus dem Workshop. Hier können auch offene Fragen zum Networking/Selbstmarketing geklärt werden. Ideen und Feedback auf Eure Webseiten werden.

**Mo 26.04.2021 Modul 6:** Projektmanagement

Promotionsprojekt mit Projektmanagement -Tools zu einem bewältigbaren Projekt machen. Work-Life-Balance in der Promotion herstellen. Detaillierten Fahrplan für die weitere Dissertation entwickeln. Zeitplan, flexibel anpassbar für die wissenschaftliche Entwicklung, sowie weitere Arbeitsschritte und -pakete.

**Mo. 03.05.2021 von 10:00 Uhr – 22:00 Uhr:** Online-Pomodoro-Tag

(Angebot für alle, auch aus der Coachingzonen-Community. Wir schreiben/arbeiten den ganzen Tag Online nebeneinander. Alle schreiben/arbeiten an wichtigen Teilen ihres Promotionsprojektes. 10:00 -16:00 Uhr, 16:30 Vernetzungstreffen, 18:00- 18:30 Uhr kollegialer Input, Ende 22:00 Uhr

**Mi. 05.05. 2021 20:00 – 21.00 Uhr:** Coaching für promovierende Eltern, offen für alle in der Coachingzonen-Community (Im Community-Raum!)

**Do, 06.05. 2021 20:00 – 21:30 Uhr –** Abschluss-Runde

Wir verabschieden uns aus dem Kurs, blicken auf Erfolge und Wege zurück sowie auf neue Strategien und Vorsätze voraus.