



Promotionsfrische für Mamas

Bringe neuen Schwung in dein Promotionsprojekt

Auf deinem Promotionsweg bist du gerade in einer Sackgasse? Du kommst seit längerem nicht gut voran? Ich unterstütze dich darin, dein Projekt wieder auf die Spur zu bringen. Du findest heraus, was dich ausbremst und richtest dich neu aus. Du entwickelst deine nächsten Schritte und kommst dank neuer Klarheit wieder vorwärts.

Drei Monate lang bin ich an deiner Seite und wir stehen digital in Kontakt. Du bearbeitest Aufgaben, beantwortest Reflexionsfragen oder probierst auf dich zugeschnittene Tools aus und erhältst von mir Feedback. In drei einstündigen Coachingsitzungen mit mir machst du einen Check-In für deine Promotion mit Kind: Welche Veränderung brauchst du gerade und was sind deine persönlichen Schritte dorthin? Darüber hinaus nimmst du an drei Co-Writing-Sessions mit anderen promovierenden Müttern teil und erzielst in kurzer Zeit sichtbare Ergebnisse. Hier profitierst du auch von meinen Schreibimpulsen, gegenseitigem Verständnis und einem tollen Austausch.

Deine Promotionsbetreuung wartet schon auf Dein Exposé oder das nächste Kapitel? Hole dir frischen Schwung, Selbstbewusstsein und konkrete Ideen und bringe deine Dissertation wieder ins Fließen.

Deine Ideen oder Wünsche

Wo möchtest Du genauer hinschauen? Was brauchst Du ggf. noch?





Darauf kannst Du Dich freuen:

3 Coachingsitzungen à 60 Minuten

- Auftaktsession: Wo stehst du gerade? Wo kommst du nicht weiter? + deine erste Idee für den Promotionsalltag
- Problemlösesession: Was brauchst du? Wie machst du das? + deine Ressourcen
- Dranbleibesession: Was sind jetzt deine nächsten Schritte? + dein Plan für eine neue Routine

3 Co-Writing-Sessions

- Dauer: je 150 Minuten
- vsl. ab März 2022 (können nachgeholt werden)
- einmal pro Monat samstags von 9:00 - 11:30 Uhr
- inkl. Impuls zum Warmschreiben und gemeinsamem Abschluss
- gemütliche und persönliche Atmosphäre, Kinder willkommen

Persönlicher Support

- fortlaufender Kontakt über das Tool *Clever Memo*
- auf dich zugeschnittene Ideen
- verbindliche Aufgaben (Reflexion oder Planung)
- ein schriftliches Follow-Up (3 Fragen-deine Antwort-mein Feedback)

Laufzeit insgesamt: 12 Wochen

Deine Investition:

860 Euro + 19% MwSt.

Dein erster kleiner Schritt für mehr Promotionsfrische:

Was kannst Du Dir heute bereits Gutes tun für Dich und Deine Promotion?

*Ich freue mich darauf,
Dich zu begleiten!*

