



Foto: 123 RF

UNTER VIER AUGEN

Mein Betreuer gibt mir so viel Arbeit, dass meine Dissertation nicht vorankommt. Wie kann ich mich abgrenzen, ohne mir zu schaden? fragt eine Doktorandin.

Coach Dr. Claudia Eilles-Matthiesen antwortet:

Liebe Fragestellerin, in Ihrer Frage steckt eine verbreitete Befürchtung, die aber meist unbegründet ist. Ein Realitäts-Check in drei Schritten verhilft zu Klarheit.



Foto: privat

- **Faktencheck:** Erstellen Sie einen Projektplan für Ihre Promotion, der die Ziele, Phasen, Meilensteine und notwendigen (Zeit-)Ressourcen beinhaltet. Kalkulieren Sie dabei mit der für Ihre Forschung vereinbarten Wochenarbeitszeit.
- **Haltung:** Machen Sie sich klar, dass Sie das Recht und die Pflicht haben, die Dissertation voranzubringen. Sie sind keine Bittstellerin. Auch ein Betreuer möchte, dass seine Doktoranden ihre Arbeiten erfolgreich und termingerecht fertigstellen.
- **Klären:** Stimmen Sie den Projektplan mit dem Betreuer ab. Argumentieren Sie lösungsorientiert. Fokussieren Sie darauf, was Sie in Zukunft verstärkt tun möchten – nämlich Ihre Promotion voranbringen –, anstatt zu erklären, was Sie nicht tun möchten. Vermeiden Sie Klagen ebenso wie aggressive Forderungen.

Claudia Eilles-Matthiesen ist Diplom-Psychologin und Coach sowie Mitglied im Coachingnetz Wissenschaft. Das Netzwerk ist Partner der duz.

Internet
www.plan-c-frankfurt.de
www.coachingnetz-wissenschaft.de