

Abstract

Die Promotionsphase stellt mit ihrer Komplexität bezüglich der Anforderungen im Arbeits- und Privatalltag eine besonders herausfordernde Zeit im Leben dar, mit deren Umgang zahlreiche Doktorand:innen an ihre Grenzen stoßen. Bisherige Unterstützungsangebote für Promovierende fokussieren meist nur einzelne Herausforderungsbereiche. Deshalb besteht das Ziel dieser Arbeit darin, ein konkretes Unterstützungskonzept zu entwickeln, in dem die Teilnehmenden ganzheitlich, d.h. den ganzen Menschen und alle Bereiche seiner bzw. ihrer Lebenswelt einschließend, begleitet werden.

Zu diesem Zweck werden zunächst zentrale Erkenntnisse sowohl des selbsttherapeutischen Journalschreibens als auch des Schreibens in Gruppen jeweils vorgestellt und anschließend für den Kontext Promotion kombiniert und nutzbar gemacht. Daraus resultiert schließlich das Konzept einer Journalschreibgruppe für Promovierende im ersten Jahr ihrer Promotion, das in seinen zentralen didaktischen Bausteinen ausführlich präsentiert wird. Für die Bewusstmachung verschiedener Einflussfaktoren, die Reflexion ihrer Wirkungen und einen effektiven Umgang mit ihnen, dienen in diesem Rahmen zum einen konkrete Schreibtechniken, die in einem thematisch strukturierten Journal individuell durchgeführt werden. Zum anderen trägt der regelmäßige, angeleitete Austausch mit Gleichgesinnten bezüglich Fragen und Erkenntnissen, die durch das persönliche Schreiben im Journal aufkamen, zur ganzheitlichen Begleitung der Promovierenden bei ihren Herausforderungen in der komplexen Lebensphase Promotion bei.