

Profil

Coach & Trainerin im Wissenschaftsbereich

Dr. rer. nat. Julia Lindenmair

Dr. Julia Lindenmair arbeitet seit 2006 als selbständige professionelle Trainerin und Coach für Nachwuchs- und Führungskräfte im Wissenschaftsbereich an verschiedenen Hochschulen und Forschungseinrichtungen. Ihre Schwerpunkte liegen im Bereich Karriereplanung und Karrierestrategien sowie wissenschaftliche Präsentationen und Selbstmarketing.

Sie hat neben ihrer wissenschaftlichen Laufbahn eine professionelle Ausbildung zum systemischen Coach, zur Karriereberaterin sowie zur Kommunikations- und Verhaltenstrainerin absolviert. Sie war bis 2006 Nachwuchsgruppenleiterin am Forschungszentrum Jülich im Umweltbereich und ist derzeit im Wissenschaftsmanagement als Koordinatorin für Karriereentwicklungsmaßnahmen und Schlüsselqualifikations-Trainings an der Humboldt Graduate School Berlin tätig. Sie ist berufstätige Mutter zweier Kinder.

Ihre Arbeit als Coach und Trainerin ist geprägt von ihrer langjährigen Erfahrung als Wissenschaftlerin in Forschung, Lehre und Projektmanagement an verschiedenen Universitäten und Forschungseinrichtungen. Ihre eigenen Erfahrungen aus der wissenschaftlichen Praxis als Doktorandin, als Postdoc, als Betreuerin von Doktorand /innen bis zur Führungserfahrung als Gruppenleiterin gewährleisten eine optimale Zuschneidung ihrer Angebote auf die Zielgruppe Wissenschaftler/innen.

Dr. Julia Lindenmair Training und Coaching im Wissenschaftsbereich

10407 Berlin
Mobil ++49-175-4252999
Email: julia.lindenmair@gmail.com

Coachingschwerpunkte: Gruppen- und Einzelcoaching

- Karrierecoaching
Standortbestimmung
Karriereplanung
Karrierestrategien für Wissenschaftler/innen
Wechsel des wissenschaftlichen Arbeitsumfeldes
Berufliche Umorientierung und Entwicklung von Alternativen
Selbstpräsentation und Profilbildung
Selbstmarketing und Positionierung
Netzwerkanalyse und -aufbau
- Promotions- und Habilitationscoaching
Projekt- und Zeitmanagement
Eigene und fremde Erwartungen
Erfolgreich promovieren - Bewältigung von Krisen
Betreuungsverhältnis
- Coaching für Nachwuchsgruppenleiter/innen und neuberufene Professor/innen
Rollenanalyse
Arbeits- und Selbstorganisation in der Wissenschaft
- Work-Life-Coaching und Selbstmanagement
Vereinbarkeit verschiedener Lebensbereiche
Karriere mit Kindern
Dual Career Couples

Methodik

Basierend auf Methoden aus dem Systemischen Ansatz und der Ressourcen- und Lösungsorientierten Beratung

Einsatz von Fragetechniken, Feedback, Rollenspielen, Visualisierungen, kreativen und imaginativen Verfahren

Kombination mit Feldwissen aus dem Wissenschaftsbereich

Begleitung und Überprüfung der eigenen Arbeit durch regelmäßige Supervision und kollegiale Beratung

Trainingsschwerpunkte:

- **Karriereplanung für Wissenschaftler/innen**

zugeschnitten auf Promotions- oder Postdoc-Phase je nach Qualifikationsstufe

Leitung von Workshops z.B. zu den Themen:

Erfolgreich promovieren

Vom Postdoc zur Professur

Standortbestimmung und Karriereplanung

Karriereentwicklung und Karrierestrategien in der Wissenschaft

Selbstmarketing & Networking in Wissenschaft und Forschung

Arbeitsorganisation für Wissenschaftler/innen

Selbstmanagement und Work-Life-Balance im Wissenschaftsalltag

- **Wissenschaftliche Präsentation**

Leitung von Workshops z.B. zu den Themen:

Effektive Selbstpräsentation & wissenschaftliche Profilbildung

Wissenschaftliche Poster konzipieren, gestalten und erfolgreich präsentieren

Postercoaching

Methodik

Input durch die Referentin

Diskussion und Erfahrungsaustausch

Einzelarbeit zur Reflexion und praktische Übungen in Kleingruppen

Individuelles Feedback und Coachingmethoden

Förderung der Vernetzung

Berufserfahrung in Wissenschaft und Wissenschaftsmanagement

- Koordinatorin für Schlüsselqualifikations-Trainings und Karriereentwicklungsmaßnahmen an der Humboldt Graduate School, Humboldt-Universität zu Berlin
- Nachwuchsgruppenleiterin im Bereich Umweltwissenschaften am Institut Phytosphäre, Forschungszentrum Jülich
- Projektmanagement BMBF-Projekt am Lehrstuhl für Bodenökologie, BITÖK, Universität Bayreuth
- Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Bodenökologie, BITÖK, Universität Bayreuth
- Geografiestudium an den Universitäten Heidelberg und Frankfurt/Main an der Schnittstelle Geistes-/Sozial- und Natur-/Lebenswissenschaften
- Auslandsaufenthalt am National Soil Erosion Research Laboratory Purdue University West Lafayette, Indiana (USA)

Aus- und Weiterbildungen im Bereich Training, Coaching, Beratung, Mentoring

- Systemisch-interaktiver Coach
Ausbildung bei artop GmbH (Arbeits-, Technikgestaltung, Organisations- und Personalentwicklung e.V.), Institut an der Humboldt-Universität zu Berlin
- Karriereberaterin
Weiterbildung bei Prof. Dr. Rappe-Giesecke, Hochschule Hannover
- Verhaltens- und Kommunikationstrainerin
Ausbildung bei Arbeit, Bildung und Forschung Berlin e.V., Bereich Wirtschafts- und Sozialpsychologie
- Peer-Mentoring-Programm „Businessplan für eine wissenschaftliche Karriere“
im Rahmen des BMBF-Pilotvorhabens „Peer-Mentoring in außeruniversitären Forschungseinrichtungen“
- Summer School „Erfolgsstrategien für Nachwuchswissenschaftlerinnen“
Weiterbildung Universität Graz

Netzwerke

- Mitbegründerin des Wissenschaftsnetzwerkes WINET
- Coachingnetz Wissenschaft
- Trainernetzwerk Arbeit, Bildung und Forschung Berlin e.V.
- Verband berufstätiger Mütter e.V.

Auswahl Referenzen

- Alfred-Wegener-Institut für Polar- und Meeresforschung, Potsdam
- Arbeit, Bildung und Forschung e.V., Berlin
- Career Center, Universität Hamburg
- COMETiN Programm - Coaching, Mentoring und Training im Netzwerk, Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg
- Dahlem Research School, Freie Universität Berlin
- Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt e.V., Berlin
- DLR_Graduate_Program, Köln
- Fachhochschule Gießen-Friedberg
- fFORTE WIT - Women in Technology, Technische Universität Wien
- GRADE - Goethe Graduate Academy, Goethe-Universität Frankfurt am Main
- Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf
- Hochschuldidaktisches Netzwerk Mittelhessen
- IPC - Internationales Promotions-Colleg, Goethe-Universität Frankfurt am Main
- Justus-Liebig-Universität Gießen
- KaP-Programm zur Karriereentwicklung für Postdocs im Netzwerk *pearls*
- Karriere-Kompass - Für Wissenschaftlerinnen nach der Promotion, Koordinationsbüro für Chancengleichheit der Universität Potsdam
- Koordinationsstelle für Frauenförderung und Gender Studies, Wien
- Medical Research School Düsseldorf
- Mentoring für Nachwuchswissenschaftlerinnen an der Technischen Universität Wien
- Philipps-Universität Marburg
- Potsdam Graduate School, Universität Potsdam
- Promotionscoaching-Programm für Individualpromovierende, Universität Potsdam
- RUB Research School, Ruhr-Universität Bochum
- Senior Teaching Professionals Programm, Universität Potsdam
- Viadrina Mentoring, Europa-Universität Viadrina, Frankfurt (Oder)
- Wissenschaftlerinnennetzwerk Winet