Wir bauen Brücken in Selbstführung, Selbstverantwortung und Kommunikation

Erfolgreich promovieren

Seminare | Workshops | Coachings

PONTEA

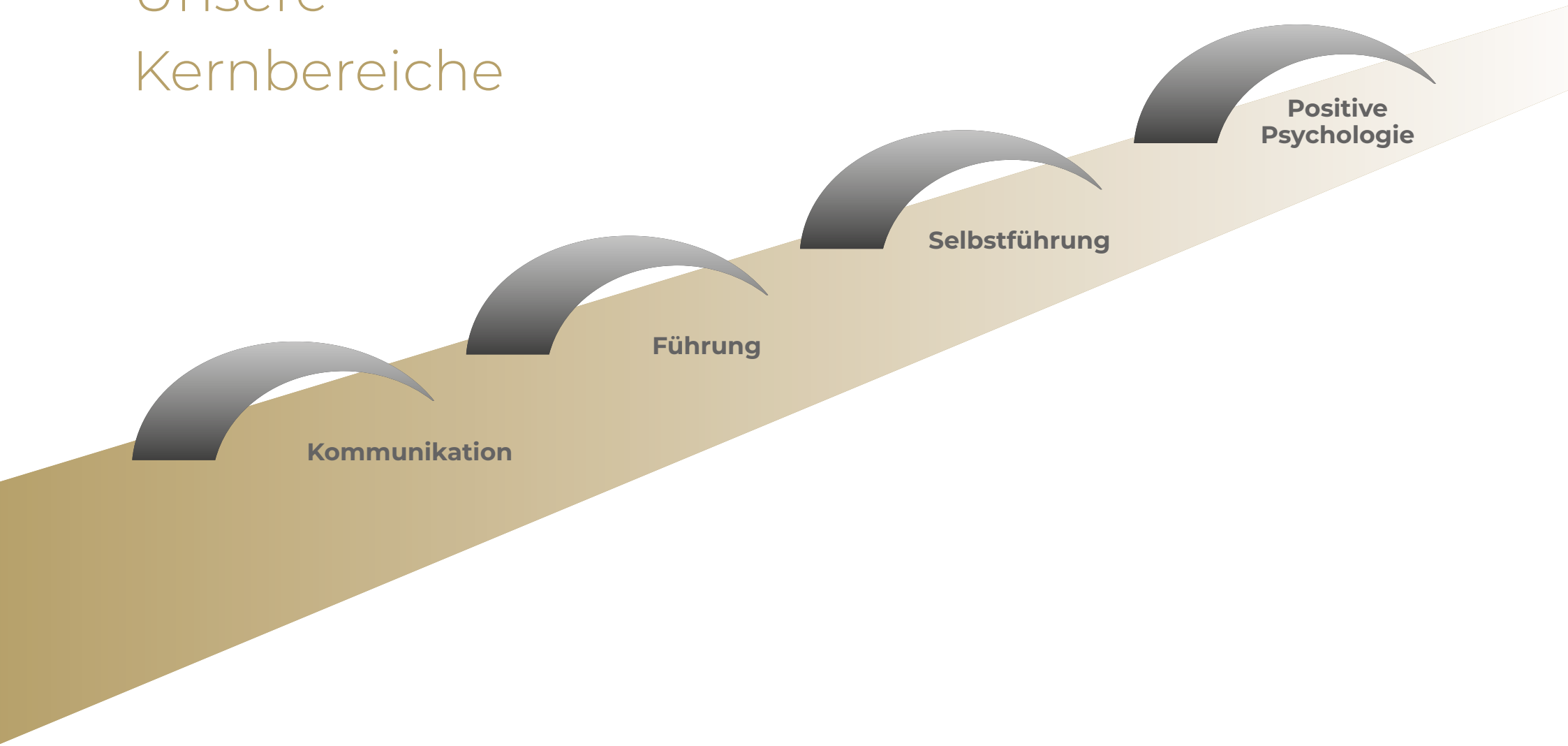
Hinweis:
Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwenden wir in dieser Broschüre die männliche Form (generisches Maskulinum), z.B. «Teilnehmer». Wir meinen damit jedoch immer alle Geschlechter im Sinne der Gleichbehandlung. Die verkürzte Sprachform hat rein redaktionelle Gründe und ist wertfrei.

PONT = *franz. für* «Brücke»
EA = *Abk. für* «Emotionale Aufnahmebereitschaft»

PONTEA baut Brücken der
emotionalen Aufnahmebereitschaft

Sich selbst führen lernen,
bevor man andere führt.

Unsere Kernbereiche



Aufnahmebereitschaft als Kompetenz

Um den Herausforderungen einer Promotion zu begegnen, werden neben fachlichem Wissen vor allem eine starke Selbstführungskompetenz und eine wirksame Kommunikationsweise benötigt.

In Selbstführung und Kommunikation geht es in erster Linie darum, eine Verbindung zu sich selbst und zu anderen aufzubauen. Nur wer sich selbst, seine eigenen Ziele, Wünsche, Einstellungen und Verhaltensweisen kennt, kann die eigene Aufnahmebereitschaft bewusst steuern und diese gezielt nutzen, um das eigene Potenzial voll zu entfalten.

Wer sich selbst gut zu führen versteht und die eigene Aufnahmebereitschaft bewusst auf hohem Niveau halten kann, ist besser in der Lage, sich immer wieder selbst zu motivieren und die Herausforderungen einer Promotion anzunehmen.

Wir sind davon überzeugt, dass die Fähigkeit, die eigene Aufnahmebereitschaft zielgerichtet einsetzen zu können und die Aufnahmebereitschaft anderer zu erreichen, nicht nur eine der Schlüsselkompetenzen für Selbstführung, Führung und Kommunikation darstellt. Sie dient außerdem als exzellente Voraussetzung für den späteren Erfolg als Führungskraft.

Wir unterstützen Ihre Promovierenden dabei, Selbstführung und Aufnahmebereitschaft als Kompetenz gezielt und nachhaltig zu entwickeln.

Atilla Vuran

Gründer und CEO

Aufnahmebereitschaft als Schlüsselkompetenz der Zukunft, immer wieder reflektieren und sich selbst weiterentwickeln – das treibt Atilla Vuran an. Seit vielen Jahren begleitet er Promovierende verschiedener Fachrichtungen bei ihrer persönlichen Entwicklung. Dabei fördert er nicht nur Kompetenzen der Führung und Selbstverantwortung, sondern schafft ein neues Bewusstsein, um die Herausforderungen einer Promotion gekonnt zu bewältigen. Als Gründer der PONTEA AG begleitet er Forschungsinstitute und Universitäten bei ihrer Umsetzung zu nachhaltiger, erfolgreicher Führung und Kommunikation. Er ist überzeugt, dass emotionale Aufnahmebereitschaft der Schlüssel für zwischenmenschliche Beziehungen ist, und arbeitet daran, dies auch wissenschaftlich zu untermauern. Neben seiner entwickelnden Tätigkeit für Führungskräfte und Promovierende ist er Autor mehrerer Bücher sowie Gastdozent an Universitäten und Instituten.

«Atilla Vuran lehrt nicht nur exzellent das Thema Führung, sondern er lebt es durch und durch. Er ist davon durchdrungen, Führung und damit eng verknüpft das Thema Kommunikation und Gesellschaft von Grund auf immer wieder neu zu ergründen und daraus praktische Handlungsweisen abzuleiten; für ein besseres Miteinander beruflich wie privat. Für diese Konsequenz im Denken und Handeln bewundere ich ihn sehr.»

PROF. DR. MED. STEFAN JOCKENHÖVEL
Dept. Biohybrid & Medical Textiles (BioTex), Institut für Angewandte Medizintechnik, Helmholtz Institut Aachen, Uniklinik Aachen, RWTH Aachen University und AACHEN-Maastricht-Institute for Biobased Materials (AMIBM) Maastricht University

Der PONTEA-Ansatz

Wir sehen uns als Brückenbauer, Zugangsarchitekten, Mehrwert- und Nutzenstifter. Unsere Einzigartigkeit liegt darin, eine Brücke der emotionalen Aufnahmebereitschaft zu unseren Seminar-teilnehmern zu errichten und genau diese Fähigkeit auch zu vermitteln. In einem ganzheitlichen Workshop-Prozess entwickeln wir darauf aufbauend die Kommunikations- und Selbstführungs-kompetenzen unserer Teilnehmer weiter.

Unsere Leidenschaft ist es, menschliche Potenziale freizusetzen, weiterzuentwickeln und dadurch bei Promovierenden eine nachhaltige Verbesserung ihrer Selbstverantwortung und Ergebnis-fokussierung zu erzielen.

Unser modularer Ansatz ist speziell auf Promovierende zugeschnit-ten und für alle Fachrichtungen anwendbar.

Zu unseren Kunden zählen Universitäten, Institute, Kliniken, Wirtschaftsunternehmen und Einzelpersonen. Sie schätzen unsere kontinuierliche Begleitung durch den gesamten Workshop-Prozess sowie die später deutlich erkennbaren Erfolge:

- Hohes Maß an Eigenverantwortung und Selbstorganisation
- Optimiertes Zeitmanagement
- Ergebnisverbesserung
- Innovationen
- Verbesserter Umgang mit Herausforderungen
- Aus Rückschlägen Nutzen ziehen
- Vorbereitung auf Führungspositionen

Erfolgreich promovieren

Die meisten Promotionen werden nicht aus fachlichen Gründen abgebrochen, sondern scheitern an fehlenden sozialen Meta-kompetenzen. Aus Rückschlägen lernen und dem Scheitern vorbeugen sind deshalb die zentralen Themen unserer Workshop-Prozesse für Promovierende.

Für uns stehen hierbei die Themen Selbstführung, Kommunikation, Führung, Aufnahmebereitschaft und Berechtigung im Mittel-punkt. Bislang werden Promovierende in diesen Bereichen kaum geschult. Doch nur das Kennen und der gezielte Einsatz des richtigen Handwerkzeugs ermöglichen das Überwinden von Hindernissen während der Promotion und auch im späteren Berufsleben.

Seit vielen Jahren begleiten Atilla Vuran und Prof. Dr. Gunnar Seide Promovierende verschiedener Fachrichtungen in ihrer persönlichen und beruflichen Entwicklung. Basierend auf ihren Erfahrungen haben sie den Ansatz von «Promovieren heißt scheitern» entwickelt und diesen auch als Leitfaden veröffentlicht. Um die Inhalte stetig weiterzuentwickeln und wissenschaftlich zu untermauern, ist Atilla Vuran an Forschungsprojekten zu den Themen Kommuni-kation, Führung und Selbstführung beteiligt.

Erfahren, was verbindet.

Der PONTEA-Workshop-Prozess

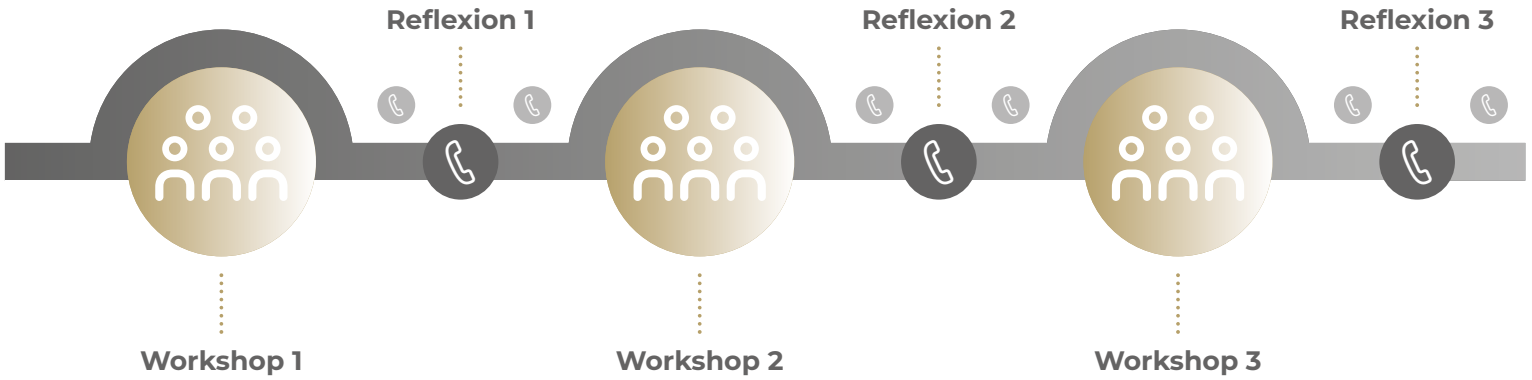
Wofür: Unser Ziel ist die persönliche Weiterentwicklung. Wir unterstützen unsere Teilnehmer dabei, Gewohnheiten zu verändern, sich selbst und andere besser einzuschätzen und Kommunikation gezielt als Mittel zu verwenden, um eine verbesserte Ergebnisleistung zu erzielen. Wir bewirken, dass Promovierende auch nach den Seminaren weiter reflektieren, die erlernten Inhalte nachhaltig in ihre Gewohnheiten integrieren und verantwortungsbewusst handeln.

Wie: Unsere Trainer sorgen zunächst für Aufnahmebereitschaft unter den Teilnehmern. Diese Fähigkeit ist ebenso ein Werkzeug zur Vermittlung der Inhalte wie auch ein Lernziel des Workshops. Die Promovierenden lernen zu reflektieren und sich emotional auf die Inhalte einzulassen. So sind sie in der Lage, ihren persönlichen nächsten Schritt in der Selbstführung zu erkennen, und entwickeln ein Interesse, diesen auch umsetzen.

Was: Durch diese Vorgehensweise wird eine hohe Spannung für die Umsetzungsphase zwischen und nach den Workshops erzeugt. Das Ende eines Workshops stellt den eigentlichen Startpunkt der persönlichen Entwicklung dar. Die Promovierenden erhalten für diese Zeit Reflexionsaufgaben und verfassen jede Woche einen Reflexionsbericht, auf den sie von einem unserer erfahrenen Trainer zeitnahes Feedback erhalten. Zudem finden in der Reflexionsphase im Abstand von wenigen Wochen persönliche Reflexionsgespräche am Telefon statt.

Standardisierte Workshop-Prozesse

In unserem standardisierten Workshop-Prozess begleiten wir Promovierende über sechs bis neun Monate hinweg intensiv und sorgen so für eine nachhaltige Umsetzung der Inhalte. Unsere Workshops bestehen jeweils aus einem Einführungsabend und ein bis zwei Workshop-Tagen. Zwischen den Workshops finden mit jedem Teilnehmer bis zu drei Reflexionsgespräche am Telefon statt, in dessen Verlauf die Seminarerkenntnisse nachhaltig reflektiert werden. Selbstverständlich unterstützen und begleiten wir die Promovierenden kontinuierlich während des gesamten Umsetzungsprozesses.

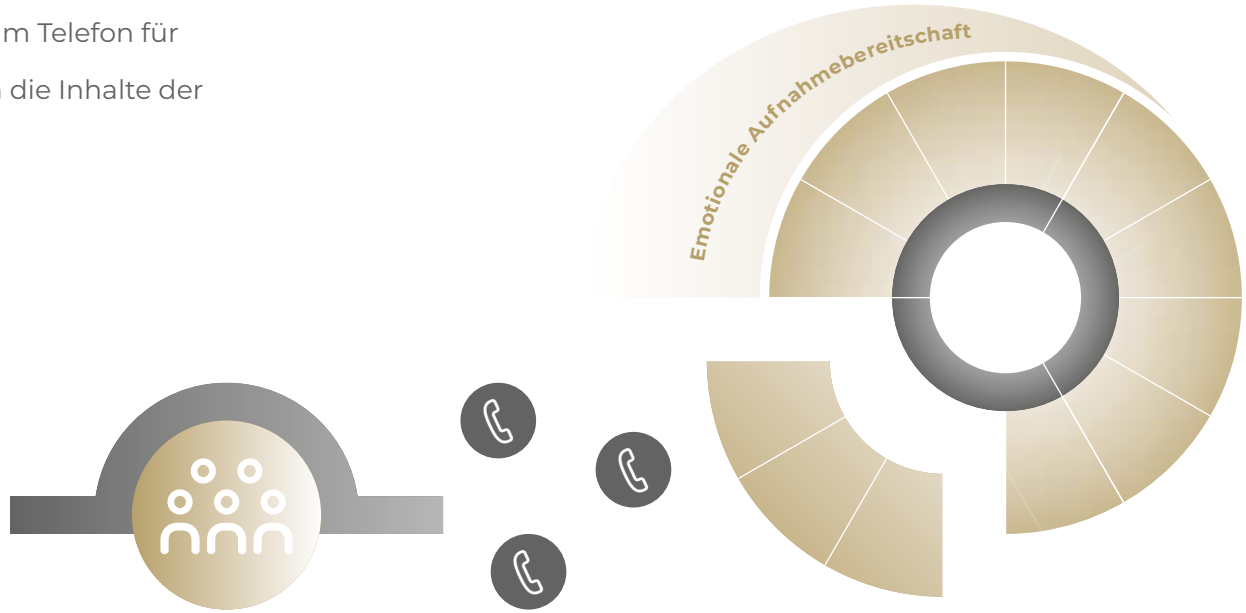


Individuelle Workshop-Prozesse

Wir bieten sowohl einzelne Workshops für Promovierende an als auch ganze Workshop-Reihen, bei deren Umsetzung wir Sie über mehrere Monate hinweg begleiten. Der Ablauf ist modular organisiert und kann individuell angepasst werden. Sie wählen aus, wie viele Seminartage und Reflexionsgespräche am Telefon für Sie am sinnvollsten sind. Gerne stimmen wir auch die Inhalte der Workshops gezielt mit Ihnen im Vorfeld ab:

- Anhand Ihrer Ziele
- Gemäß Ihrer Vorgaben
- Ausgerichtet am eingeplanten Budget

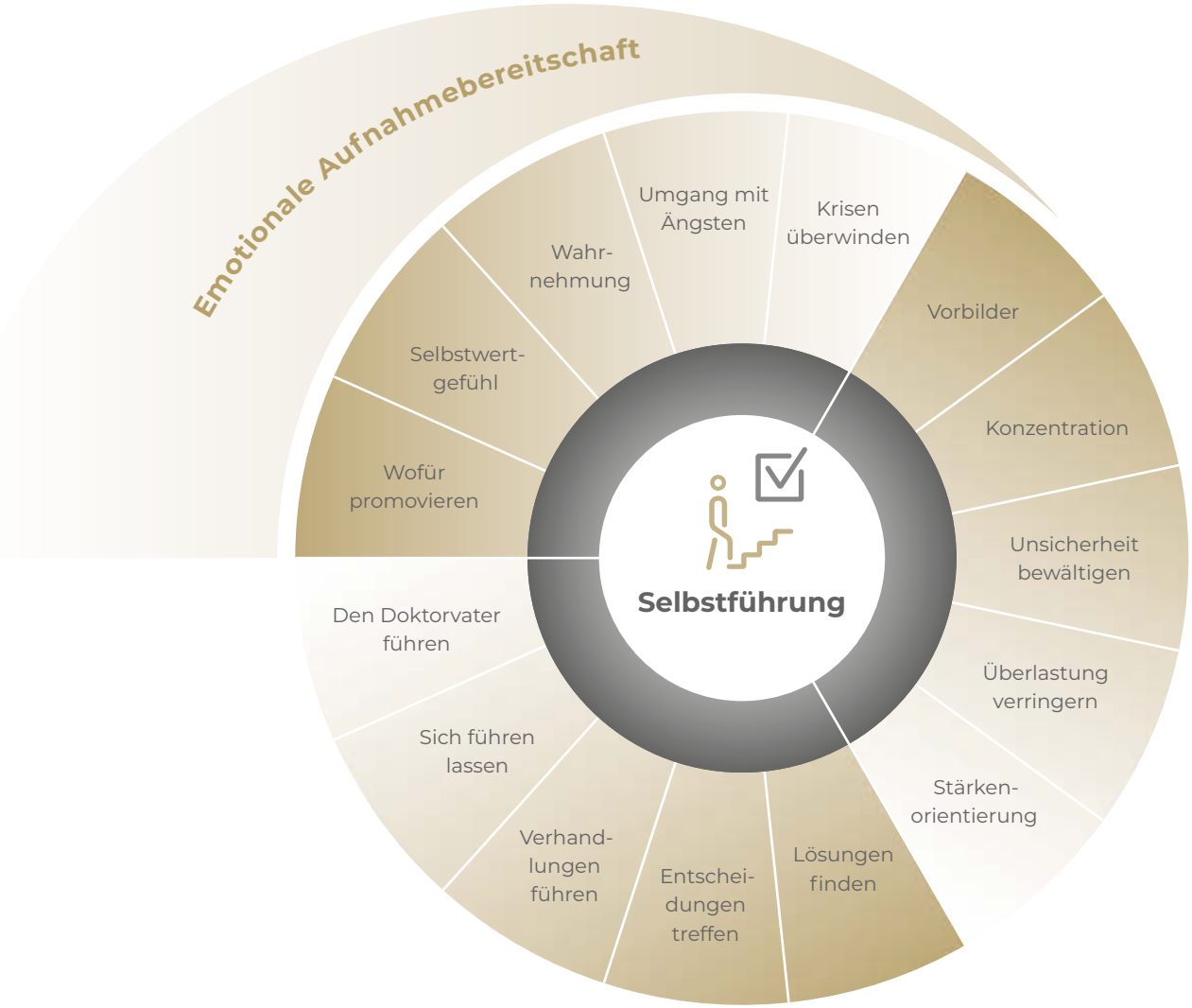
Das Ziel ist bei allen Kombinationen, dass die Teilnehmer sich selbst führen lernen und sich selbst besser einschätzen können, um die Ziele ihrer Promotion noch wirksamer zu verfolgen.



Module für Selbstführung

Die Basis einer erfolgreichen Promotion ist wirkungsvolle Selbstführung. Der gelungene Umgang mit Stress, Konzentration, Ängsten und Entscheidungsfindungen ist dabei genauso wichtig wie die Wahrnehmung und das gezielte Steuern der eigenen emotionalen Aufnahmebereitschaft. Durch diese Art der Selbstverantwortung entsteht ein starkes «Wofür», die eigene Umsetzungsenergie steigt und innere Widerstände werden nachhaltig überwunden.

In unseren Workshop-Modulen erfahren Sie, wie Sie sich und Ihre innere Haltung auf hohem Niveau selbst führen können.



Dr. Laura Steinkopf

Für Dr. Laura Steinkopf ist immer wieder zu reflektieren und sich selbst weiterzuentwickeln der Weg zum Ziel, das eigene Potenzial voll auszuschöpfen. Bei ihrer eigenen Promotion hat sie die Erfahrung gemacht, dass es neben den fachlichen Kompetenzen vor allem auf Metakompetenzen wie Selbstführung und Kommunikation ankommt, um eine Promotion erfolgreich zu absolvieren und zusätzlich auch die bestmöglichen Erfahrungen in dieser Zeit sammeln zu können.
Als promovierte Neurowissenschaftlerin beschäftigt sie sich intensiv mit sozialen Interaktionen von Menschen und unterstützt mit ihrem Wissen und ihren Erfahrungen heute Promovierende dabei, sich wirkungsvoll selbst zum Erfolg zu führen.

«Den Dissertations-Blues umgehen durch kluges Selbstmanagement.»

Dr. Laura Steinkopf

Ergebnisse nach einem PONTEA-Workshop-Prozess

Die Promovierenden:

- verstehen die Prinzipien von **Selbstführung, Führung, Kommunikation, Aufnahmebereitschaft** und **Berechtigung.**
- wissen, wie sie ihre eigene **emotionale Aufnahmebereitschaft** steuern und gezielt einsetzen können, um Inhalten besser zu folgen und diese nachhaltig umzusetzen.
- können **mit Ängsten umgehen,** mit denen fast jeder Promovierende früher oder später konfrontiert wird – sei es bei einem Vortrag vor 1.000 Zuhörern oder bei der eigenen Doktorprüfung.
- wissen, wie sie ihre **Motivation über Jahre aufrechterhalten** können und dadurch mit Krisen besser umgehen.
- kennen ihre **Stärken und Schwächen** und sind so in der Lage, noch zeitoptimierter und ergebnisorientierter zu arbeiten.
- tragen **Verantwortung für sich selbst, ihr Handeln und ihre Promotion** und können dadurch selbstständig Lösungen finden.
- verbessern ihre Fähigkeit, sich **in Kollegen hineinzuversetzen, vermeiden Missverständnisse** in der Kommunikation und sind in der Lage, Konflikte nachhaltig zu klären.
- besitzen den Mut, **Veränderungen zu wagen** und schwierige **Entscheidungen zu treffen.**
- wissen, wie sie eine **Brücke der emotionalen Aufnahmebereitschaft** zu anderen aufbauen können, um ihr Wissen an zu betreuende Studenten zu vermitteln.
- sind optimal auf das weitere Berufsleben und **auf Führungspositionen vorbereitet.**

Der Nutzen für Ihr Institut

Gesteigerte Ausbildungsqualität
und eine langfristig erhöhte Attraktivität
als Arbeitgeber

Selbstverantwortlich arbeitende Promovierende

Mehr zufriedene und
motivierte Promovierende

Mehr verfügbare Zeit für Führungskräfte,
um Leistungen für das Institut zu erbringen

Gemeinschaftsgefühl, Vertrauen und Identifikation mit dem Institut

Nachhaltige und verbesserte Einarbeitung
zu betreuender Studenten

Promovierende, die ihr Potenzial
erkennen und einsetzen

Positive
Auseinandersetzungen

Hervorragende
Reputation

Zeiteffizientes Arbeiten durch lösungsorientiertes Denken und Handeln

Verbessertes Arbeitsklima und weniger Missverständnisse

Netzwerk zwischen den Promovierenden,
Instituten, Kooperationspartnern

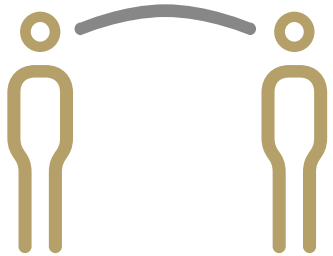
Moritz Weilandt

Potenzial zu entfalten und das Beste aus Menschen herausholen – das ist es, was Moritz Weilandt anstrebt. Seine Leidenschaft ist die Unterstützung und Begleitung von Promovierenden bei der Entwicklung von Selbstführungskompetenzen, die im Umgang mit täglichen Schwierigkeiten entscheidend sind. Deshalb ist Moritz Weilandt überzeugt, dass fachliche Exzellenz erst mit hoher Selbstführungskompetenz ihre volle Wirkung entfalten kann – und das nicht erst mit jahrzehntelanger Berufserfahrung. In seiner täglichen Arbeit unterstützt ihn sein Studium der Psychologie ebenfalls wie seine jahrelange praktische Erfahrung als Trainer und Coach der PONTEA AG. Er betreut Doktoranden, Professoren und Führungskräfte in der praktischen Umsetzung von Themen rund um Kommunikation & Führung. Sein Schwerpunkt liegt im Bereich der wissenschaftlich fundierten Förderung von Kompetenz und mentaler Stärke im Arbeitsleben.

«Selbstführung und Fachkompetenz sind der Schlüssel zur erfolgreichen Promotion.»

Moritz Weilandt

Individuelles Coaching und Karriereplanung



Individuelle Eins-zu-eins-Gespräche für Promovierende und Institutsmitarbeiter, außerhalb des standardisierten Workshop-Prozesses. Wir unterstützen Sie dabei, Ihren nächsten Entwicklungsschritt zu erkennen und sich selbst weiterzuentwickeln. Mit unserer Expertise aus Wissenschaft und Wirtschaft stehen wir Ihnen auch gerne bei großen Entscheidungen und bei der individuellen Planung Ihrer weiteren Karriere zur Seite.

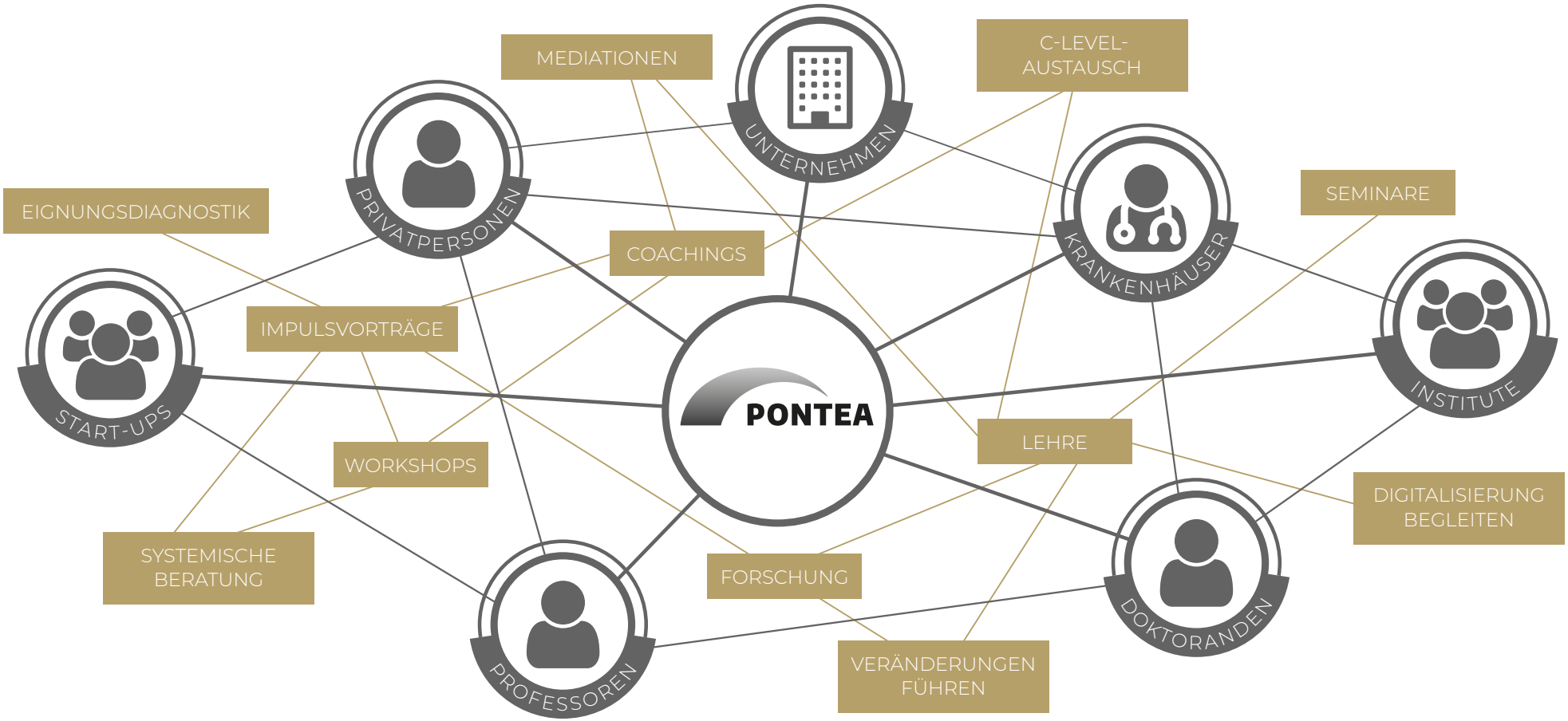
- **Analyse** der persönlichen Ziele, Stärken und Werte
- **Reflexion** der eigenen Selbstführung
- **Steigerung** der individuellen Führungskompetenzen
- Eignungsdiagnostische **Auswertungen** zur eigenen Wirkung und Weiterentwicklung
- Reflexionspartner, um die eigenen Ziele und Ängste auf **Augenhöhe** zu besprechen
- **Begleitung** von Veränderungsprozessen
- Persönliche, individuelle **Entwicklung**
- Beratung zu **Karriereoptionen** – Was passt zu Ihnen?
- Begleitung bei den Vorbereitungen auf die **nächste Karrierestation**
- **Unterstützung** bei der Erstellung von Anträgen für Stipendien und Fördergelder
- Vertrauensvoller **Austausch** innerhalb des PONTEA-Netzwerks

Ausblick –
die PONTEA-Promovierenden-Plattform

Unsere Vision ist eine Lernplattform, die Promovierende weltweit vernetzt. Hier sollen Doktoranden verschiedenster Fachrichtungen die Möglichkeit erhalten, sich mit den Themen Selbstführung, Führung und Kommunikation in der Promotion zu beschäftigen und sich durch die Vernetzung mit anderen Promovierenden gemeinsam weiterzuentwickeln. Das Forum dient dem Austausch zwischen den Promovierenden, aber auch mit den Trainern und Experten der PONTEA AG.

Eine Plattform, die auch das Knüpfen von Kontakten für die spätere Karriere oder für Kooperationen ermöglicht. Ein Netzwerk, in dem sich Gleichgesinnte treffen, die an ihren Selbstführungskompetenzen arbeiten wollen, um stets ihren nächsten Entwicklungsschritt zu gehen.

Zugegeben, noch ist der Weg zu dieser Vision ein weiter, doch wir sind bereits heute bestrebt, den Promovierenden in unseren Seminaren die Möglichkeit zu bieten, von unserem PONTEA-Netzwerk zu profitieren – beispielsweise, um wertvolle Kontakte in Wissenschaft und Industrie zu knüpfen. Währenddessen arbeiten wir weiter an der Realisierung unserer Vision und freuen uns darauf, Ihnen das Ergebnis vorzustellen und Sie auf unserer Plattform willkommen zu heißen.



Unser Ziel ist es, ein breites Netzwerk zwischen Promovierenden untereinander, aber auch zwischen Doktoranden, Instituten, Professoren und Wirtschaftsunternehmen zu generieren. Der Austausch soll die Kompetenzen jedes Einzelnen beflügeln und somit eine Potenzierung der Fähigkeiten bewirken.

Eindrücke und Referenzen

«Durch Atilla Vuran ist mir bewusst geworden, dass wirkungsvolles Kommunizieren und Führen auch bedeutet, ein offenes Ohr und Auge für den Gesprächspartner zu haben und nicht nur den eigenen Bedürfnissen zu folgen.»

PROF. DR. SC. NAT. ETH MARKUS BISCHOFF
Institut für Medizinische Mikrobiologie und Hygiene
Institute für Infektionsmedizin
Universitätsklinikum des Saarlandes

«Die Seminare von Atilla Vuran sind anders als alles, was ich je kennengelernt habe.»

DR. THORSTEN ANDERS
Projektmanager
AIXTRON SE

«Das Buch öffnet gleich eine ganze Reihe von Fenstern zu Selbsterkenntnis und Selbsthilfe, und das nicht nur während der Promotion. Ein Buch, an das sich der Leser sicherlich auch im späteren Berufsleben noch erinnern wird.»

PROF. DR. MARTIN PAUL
Präsident der
Maastricht University

«Ich kenne kein anderes Buch, das so wie dieses mit typischen Situationen konfrontiert, denen Sie während Ihres Promotionsvorhabens begegnen könnten, und Ihnen dann eine Anleitung dazu gibt, mit solchen Situationen konstruktiv umzugehen und dabei auch über die Bewältigung des eigentlichen Problems hinaus etwas zu lernen.»

PROF. DR. FERDI SCHÜTH
Vizepräsident der
Max-Planck-Gesellschaft

«Die Idee der Umsetzung von ›Damit Sie am Scheitern nicht scheitern‹ hat mich begeistert.»

PROF. DR. MED. STEFAN JOCKENHÖVEL
Dept. Biohybrid & Medical Textiles (BioTex)
Institut für Angewandte Medizintechnik
Helmholtz Institut Aachen
Uniklinik Aachen RWTH Aachen University
AACHEN-Maastricht-Institute for Biobased Materials (AMIBM) Maastricht University

«Das Seminar hat geholfen, meine Dissertation schneller zu beenden.»

DR. BAYRAM ASLAN
Institutsleiter TFI – Institut für Bodensysteme an der RWTH Aachen e.V.

«Atilla Vuran kann man nicht beschreiben – man muss ihn erlebt haben. Extrem kompetent und erfahren in Kommunikation und (Selbst-)Führung, kombiniert mit einem punktgenauen Gespür für Menschen und Situationen. Sein Modell der emotionalen Aufnahmebereitschaft und Berechtigung, in all seinen Facetten, erscheint mir genial und generisch einsetzbar. Ich bin dankbar, dass er mich bei der Umsetzung dieses Prinzips begleitet, sowohl die Telefonate als auch die Treffen mit ihm sind individuell zugeschnitten und enorm hilfreich.»

PROF. DR. JÜRGEN GROLL
Lehrstuhl für Funktionswerkstoffe der Medizin und der Zahnheilkunde
Universität Würzburg, BPI Leitungsgremium, KeyLab Koordinator

«Atilla Vuran bringt mit viel Intelligenz, Kreativität und Gespür für Kommunikation und Führung wichtige psychologische Konzepte in seinem Modell der emotionalen Aufnahmebereitschaft zusammen. Er hebt damit im Alltag oft vernachlässigte Aspekte hervor, die für die effiziente Steigerung von Produktivität unerlässlich sind. Durch das Vorleben seines Modells schafft es Atilla Vuran, diese wichtigen Aspekte für andere einfach zugänglich zu machen.»

PROF. DR. STEPHAN DE LA ROSA
Professor für Wirtschaftspsychologie
FOM Hochschule, Augsburg

Das PONTEA-Team für Doktoranden

Atilla Vuran

Dr. Nina Harbers

Johannes Rascher

Prof. Dr. Gunnar H. Seide

Bereits seit vielen Jahren machen wir uns für die Themen Selbstführung, Führung und Kommunikation in der Promotion stark. Unsere Seminare sind die ersten, die spezifisch auf Promovierende zugeschnitten und dennoch fachübergreifend anwendbar sind.

Dr. Laura Steinkopf

Moritz Weilandt

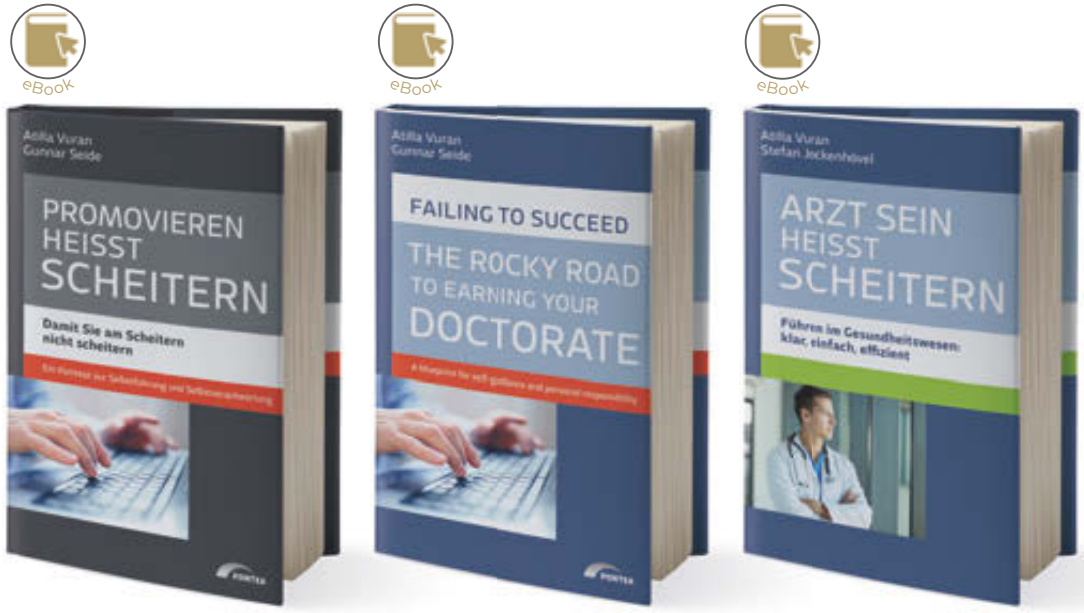
Lars Czerwonka

Arian Steinkopf

Bücher

Seit vielen Jahren widmen wir uns der Frage, wie das Thema emotionale Aufnahmebereitschaft in zwischenmenschlichen Beziehungen umgesetzt werden kann. In unseren interdisziplinären Büchern beleuchten wir dies in unterschiedlichen Kontexten.

Unsere Bücher erhalten Sie in unserem Onlineshop **www.pontea.ch/shop** oder über den Buchhandel.
Die gekennzeichneten Bücher sind auch als **eBook** verfügbar.


eBook
Atilla Vuran
Gunnar Seide
PROMOVIEREN HEISST SCHEITERN
Damit Sie am Scheitern nicht scheitern
eBook
Atilla Vuran
Gunnar Seide
FAILING TO SUCCEED
THE ROCKY ROAD TO EARNING YOUR DOCTORATE
eBook
Atilla Vuran
Stefan Jockenhövel
ARZT SEIN HEISST SCHEITERN
Führen im Gesundheitswesen: klar, einfach, effizient

eBook
Atilla Vuran Gunnar Seide
MENSCH
PROFESSOR
ROMAN
eBook
Atilla Vuran Moritz Missig
MENSCH
CHEF
Nach einer wahren Geschichte
myPONTEA
myLEADERSHIP
Führung individuell entwickelt und umgesetzt
ATILLA VURAN
MORITZ WEILANDT
ERFAHREN
WAS VERBINDET
WARUM UND WOFÜR

PONTEA AG
Ebnatstrasse 65
CH – 8200 Schaffhausen

+41 (0)52 525 35 52
info@pontea.ch
www.pontea.ch

PONTEA