

Anhang

	Seite
A1. Gründe für die Entscheidung zur Promotion	2
A2. Inhalte des eintägigen kompetenzorientierten Workshops (ausführliche Version)	2
A3. Rückmeldungen der Teilnehmer zur Erfüllung ihrer Erwartungen zum Zeitpunkt t2	7
A4. Rückmeldungen der Teilnehmer über Schritte, die sie zum Erreichen ihres Zieles zu t3 unternommen haben.	8
A5. Rückmeldungen der Teilnehmer zu Hindernissen, auf die sie beim Versuch des Erreichens ihres Zieles stießen sowie zu Dingen, die ihnen bei der Zielerreichung geholpen haben.	9
A6. Verwendete Fragebögen und Infomails	9

Tabelle A1. Gründe für die Entscheidung zur Promotion.

<i>Mehrfachnennungen möglich</i>	Treatmentgruppe (%)	Kontrollgruppe (%)
<i>alle Unterschiede n.s.(chi²)</i>		
Berufung	7,7	33,3
Möglichkeiten der Spezialisierung	23,1	40
Menschen helfen	23,1	20
Interesse	61,5	66,7
Entspricht Fähigkeiten	46,2	66,7
Familie/Bekannte auch promoviert	7,7	20
Arbeitsmarkt	53,8	40
Verdienstmöglichkeiten	53,8	20
Prestige	15,4	40
Rat von Umfeld	38,5	40
Note nutzen	38,5	33,3
Anderer Grund	23,1	26,7

Tabelle A2. Inhalte des eintägigen kompetenzorientierten Workshops (ausführliche Version).

1. Biografische Sammlung

Das Arbeitsblatt Biografische Sammlung umfasst zwölf offene Fragen zu verschiedenen Bereichen des Lebens, z.B. „Wovon habe ich in meiner Kinder- und Jugendzeit geträumt?“, „Welche Aktivitäten mache ich in meiner Freizeit ganz besonders gern, was habe ich dabei gelernt?“, „Für welche Dinge setze ich mich besonders ein?“ und „Was war meinen Eltern besonders wichtig?“. Im Wesentlichen sollen diese Fragen annähern, wie ein Individuum die Person geworden ist, die sie heute ist. Die Teilnehmer hatten zur Bearbeitung der Fragen etwa 15 Minuten Zeit und wurden informiert, dass die Inhalte nicht im Plenum besprochen werden. Anschließend wurde in einer kurzen Feedbackrunde besprochen, wie die Teilnehmer sich bei der Auseinandersetzung mit diesen Fragen gefühlt haben und welche Prozesse durch diese

ausgelöst wurden. Diese erste Aufgabe diente der Einführung in die Thematik und der Anregung zur Selbstreflexion, die für die kompetenzorientierte Intervention grundlegend ist (Lang-von Wins & Triebel, 2012).

2. Lebenslinie

Die Lebenslinie dient der Darstellung der Biografie in strukturierter Form. Auf einem Blatt trugen die Teilnehmer wichtige Ereignisse chronologisch ein und orientierten sich dabei an den drei Lebensbereichen Familie/enge Beziehungen, Arbeit/Beruf/Ausbildung, Interessen/Sonstiges. Weiterhin wurde zu jeder Lebensphase das persönliche Befinden angegeben sowie wichtige Entscheidungen hervorgehoben. Die Form der Gestaltung der Lebenslinie war den Teilnehmern überlassen. Nach dem etwa 30minütigen Ausfüllen der Lebenslinie fanden sich die Teilnehmer in Paaren zusammen und besprachen während einer weiteren Stunde ihre Lebenslinien. Dabei sprach jeweils eine halbe Stunde lang einer der Partner, während das Gegenüber Fragen stellte und zusammenfasste. Auch hiernach folgte eine kurze Reflexion der Übung in der Gesamtgruppe. Entscheidend ist bei dieser Aufgabe die geleitete Reflexion des Teilnehmers und das resultierende strukturierte biografische Material, anhand dessen das Zusammenspiel von Ereignissen aus verschiedenen Lebensbereichen sichtbar gemacht werden (Lang-von Wins & Triebel, 2012).

Wirkfaktoren Lebenslinie & Biografische Sammlung: Die Biografische Sammlung sowie die Lebenslinie erfordern eine Bezugnahme auf Erlebtes, die in vielen psychologischen Interventionen zu finden ist und deren Wirkfaktoren noch relativ unerforscht sind (Lang-von Wins & Triebel, 2012). Die Lebenslinie ermöglicht besonders, die „roten Fäden“ einer Biografie aufzuspüren. Durch Rückfragen des Gegenübers kann dem Teilnehmenden bewusst werden, an welchen Stellen sich frühere Erfahrungen wiederholten oder Betätigungsfelder wieder aufgegriffen wurden. Durch den Prozess des Erzählens erfährt der Erzählende bestimmte Einsichten, die zur Modifikation bzw. Reorganisation seiner Sicht auf sein Leben und damit seiner bisherigen, meist latenten biographischen Gesamtsicht führen können (Fischer-Rosenthal & Rosenthal, 2007). Durch das Erzählen kann ein Gefühl von Kontinuität entstehen, indem was vorher als willkürlich wahrgenommen wurde, durch die Erzählung einen Platz in der Entwicklung erhält und als unverzichtbarer Teil der Biografie wahrgenommen wird (Lang-

von Wins & Triebel, 2012). Durch die Reflexion narrativ explizit gemachter Erfahrungen können diese für eine konsistente Identitätskonzeption zurückgewonnen werden (Fischer-Rosenthal & Rosenthal, 2007; Schütze, 1984). Ziel ist es, eine Kohärenz in der Entwicklung und in den dahinterstehenden Entscheidungen und Lebenserfahrungen zu empfinden, das heißt, die eigene Biografie zu verstehen und als kohärent zu erleben (Lang-von Wins & Triebel, 2012). Dabei wird durch das Augenmerk auf wichtige Entscheidungen des Erzählenden entsprechend der lösungsorientierten Ausrichtung des Verfahrens hervorgehoben, was dieser bei entsprechenden Ereignissen gelernt hat.

3. Interessen

Nach der Mittagspause waren die Teilnehmer angehalten, sich mit ihren Interessen zu beschäftigen. Dazu konnten sie aus einer Liste mögliche Interessensgebiete auswählen (z.B. Sport, Pflanzen, Computer, Engagement, Glaube) oder eigene Interessensgebiete zu notieren. Zu diesen Interessen beantworteten die Teilnehmer in Notizpunkten dann die Fragen „Was machen Sie genau, wenn Sie sich diesem Interesse widmen?“, „Was gefällt Ihnen dabei besonders?“ und „Was können Sie aufgrund Ihrer Interessen?“. Schließlich fanden die Teilnehmer sich wieder zu Paaren zusammen und befragten sich gegenseitig mithilfe einer Fragensammlung zu jeweils zwei ausgewählten Interessen (z.B. „Welche Seiten von Ihnen kommen zutage, wenn Sie diese Tätigkeit ausüben?“, „Wenn Sie jemandem erklären sollten, was er/sie tun muss, um diese Tätigkeit gut ausüben zu können, was wären die wichtigsten Dinge, auf die er/sie achten muss?“). Die gesamte Übung wurde während etwa 30 durchgeführt. Ziel dieser Herangehensweise ist es, den Teilnehmer auf die Reichhaltigkeit der eigenen, auch nicht-beruflichen, Tätigkeiten aufmerksam zu machen (Lang-von Wins & Triebel, 2012).

4. Von Tätigkeitsrahmen zu Fertigkeiten

Die Teilnehmer erarbeiteten dann mithilfe einer vorstrukturierten Tabelle (s. Arbeitsblatt X im Anhang) die Fertigkeiten, die hinter den von ihnen angegebenen Tätigkeitsbereichen standen. Dazu wurde die Struktur des Arbeitsblattes ihnen durch den Workshopleiter erklärt: Der Tätigkeitsrahmen konnte z.B. „Hobby“ oder „Familie“ sein, dem Tätigkeitsbereich entsprach dann „Reisen“ oder „Großmutter pflegen“. Im Fokus der Aufgabe stand die Analyse der

Fertigkeiten, die in einem bestimmten Tätigkeitsbereich benötigt werden. Die Teilnehmer analysierten ihre Tätigkeitsbereiche daraufhin, was eine Person genau können muss, um die Aufgaben zu bearbeiten oder ein Projekt abzuwickeln, und in welcher Weise gehandelt werden muss, um die Aufgabe zu erfüllen. Dabei wurde betont, dass diese Spalte möglichst nur mit Verben zu füllen ist (z.B. „Zeit flexibel planen“ anstelle von „Flexibilität“ notieren). Es galt also Formulierungen zu finden, die nicht eine Eigenschaft einer Person bezeichnen, sondern das Können oder Handlungen beschreiben. Ziel war dabei, dass die Teilnehmer Einblick in die Lernhaltigkeit der eigenen Tätigkeiten und die genutzten Ressourcen gewinnen, die sie vorher als selbstverständlich empfanden (Lang-von Wins & Triebel, 2012). Nach 30 Minuten Eigenarbeit wurde diese Aufgabe im Plenum reflektiert. Anschließend folgte eine kurze theoretische Vorstellung des Konzepts der „Kompetenz“ durch den Workshopleiter. Die Teilnehmer wurden dafür sensibilisiert, dass sich wiederholende Fertigkeiten in der bearbeiteten Aufgabe Hinweise auf das Vorhandensein bestimmter Kompetenzen darstellen (Lang-von Wins & Triebel, 2012).

5. Stärkenkärtchen

Das letzte Arbeitsblatt befasst sich mit den Stärken der Teilnehmer. Aus einer Liste möglicher Stärken (z.B. „andere in eine Gruppe integrieren“, „Protokolle schreiben“, „Musik machen“) sollten fünf eigene Stärken ausgewählt werden. Noch nicht aufgeführte Stärken konnten ergänzt werden. Weiterhin sollten fünf Stärken markiert werden, die dem bisherigen Workshop-Gesprächspartner zugeschrieben wurden. Anschließend stellten die Gesprächspartner sich die ausgewählten Stärken gegenseitig vor und diskutierten sie. Für die Aufgabe standen 25 Minuten zur Verfügung. Ziel dieser Aufgabe war die Auseinandersetzung mit Kompetenzfeldern, die sich in den in der vorherigen Aufgabe analysierten Fertigkeiten andeuteten

6. Kollegiale Einzelfallberatung

Zum Abschluss des Workshop-Tages wurden in Vierergruppen (unter Teilnahme des Workshopleiters und der Autorin dieser Arbeit) Kollegiale Fallberatungen durchgeführt. Das Konzept wurde durch den Workshopleiter erläutert: Zunächst schilderte der Falleinbringer seine Situation oder Fragestellung. Anschließend befragten die anderen Gruppenmitglieder

den Falleinbringer zur Situation. Dann analysierten sie die Situation ohne Teilnahme des Falleinbringers. Nach der Rückmeldung des Falleinbringers zum Gesagten wurden Lösungsmöglichkeiten entwickelt und diskutiert. Am Ende des jeweils etwa 20minütigen Prozess gab der Falleinbringer der Gruppe Rückmeldung über das für ihn Erreichte. Im Plenum konnten die Teilnehmer schließlich diskutieren, wie sie die Kollegiale Fallberatung empfunden haben. Ziel dieser Intervention war es, Aufgaben der kommenden Monate für die Teilnehmenden zu benennen und zu strukturieren sowie zu erarbeiten, auf welche Weise sie die Erkenntnisse des zurückliegenden Prozesses als Ressource, zum Beispiel für die ersten Schritte in Bezug auf ein eventuelles Ziel, nutzen können.

Tabelle A3. Rückmeldungen der Teilnehmer zur Erfüllung ihrer Erwartungen zum Zeitpunkt t2

Wurden Ihre Erwartungen an den Workshop Karrieremanagement erfüllt?

Die hier wiedergegebenen Daten wurden ohne Korrektur aus den Angaben der Teilnehmer übernommen.

Wenn ja, inwiefern?

- um mir über meine Fähigkeiten und den Sinn der Promotion klar zu werden
 - mir sind meine Kompetenzen nun klarer
 - da dieser Impulse für eigene Gedanken und Anstöße für neue Wege gab
 - weil man sich intensiv mit den eigenen Fähigkeiten und dem eigenen Kompetenzprofil auseinandersetzen konnte.
 - denn ich hatte im Vorfeld keine Erwartungen mit der Veranstaltung verbunden
 - Selbstreflexion - tat gut
 - durch Übungen und Materialien
 - viel Arbeitszeit, insbesondere die Biographiearbeit
 - Denkanstöße wurden gegeben, Gleichgesinnte getroffen
 - durch die 2 und 4 Gespräche
-

Wenn nein, warum nicht?

- da mir Ziele schon klar sind wären für mich Hilfen bei der Planung und Umsetzung (sowie Kontrolle und Steuerung) der Ziele sinnvoller gewesen.
 - ich hätte mir mehr Coaching und persönliche Beratung gewünscht
-

Tabelle A4. Rückmeldungen der Teilnehmer über Schritte, die sie zum Erreichen ihres Zieles zu t3 unternommen haben.

Haben Sie seit Ende des Workshops Schritte unternommen, um Ihrem Ziel (Ihren Zielen) näher zu kommen?	
	<i>k</i>
Kommunikation der Ziele an Freunde und Familie, Kollegen, Vorgesetzte	3
Relevante Kontakte geknüpft/ausgebaut	2
Informationen zu Weiterbildungsmöglichkeiten und Finanzierungsmöglichkeiten recherchiert	1
Stellenanzeigen durchsucht	1
Bewerbung abgeschickt	1
An Weiterbildung teilgenommen	1
Unterbindung von weiteren Bewerbungen	1

Anmerkung. *k* = Anzahl der Teilnehmer, die die entsprechende Äußerung machten.

Tabelle A5. Rückmeldungen der Teilnehmer zu Hindernissen, auf die sie beim Versuch des Erreichens ihres Zieles stießen sowie zu Dingen, die ihnen bei der Zielerreichung geholfen haben.

Was waren die größten Schwierigkeiten und Hindernisse bei der bisherigen Bearbeitung des Ziels (der Ziele)?	
	<i>k</i>
Zeitmangel	3
Konsequenzen des Zielzustands	3
Motivationsschwierigkeiten/innerer Schweinehund	2
Selbstvertrauen	2
Entscheidungsunfähigkeit/alle Türen offen halten	1
Arbeitsumfeld/Betreuende Person	1
Realisieren welche Ziele ich habe/Nachdenken über negative Probleme bei Entscheidungen bzgl. konkreter Umsetzung von Schritten zum Ziel	1
Was hat Ihnen am meisten dabei geholfen, an der Erreichung Ihres Ziels (Ihrer Ziele) zu arbeiten?	
Darüber reden, Unterstützung von Familie und Freunden, Vorgesetzten	5
Relevante Kontakte knüpfen/ausbauen	2
Neues Vertrauen in eigene Fähigkeiten	1
Sammeln von konkreten Informationen	1
Arbeitsmethoden und -techniken zur Priorisierung und besseren Zeitplanung	1

Anmerkung. *k* = Anzahl der Teilnehmer, die die entsprechende Äußerung machten.

A6. Verwendete Fragebögen und Infomails.

Reihenfolge: Infomails, Fragebogen Treatmentgruppe t1, t2, t3, Kontrollgruppe t1 und t3.

Liebe Promovierende, lieber Promovierender,

Sie haben sich entschieden am Workshop Karrieremanagement an der JLU Gießen teilzunehmen. Im Rahmen des Workshops werden Sie sich mit Ihrem Kompetenzprofil und weiteren Schritten Ihrer beruflichen Entwicklung beschäftigen.

Um Ihre Zufriedenheit mit dem Workshop und die Auswirkungen des Workshops auf Ihr Erleben Ihrer beruflichen Entwicklung zu untersuchen, haben wir einen Fragebogen entwickelt. Wir laden Sie herzlich ein, diesen Fragebogen vor Beginn des Workshops auszufüllen. Den Fragebogen finden Sie unter folgendem Link:

[www.linkzumfragebogen.de]

Am Ende des Workshops sowie etwa drei Wochen nach Ihrer Teilnahme wird Ihnen noch einmal ein Fragebogen zugesandt.

Da die Teilnehmerzahl des Workshops begrenzt ist, zählt Ihre Teilnahme für uns in besonderem Maße. Das Ausfüllen des Fragebogens nimmt nur etwa 15 Minuten in Anspruch. Ihre Daten werden vertraulich und anonym behandelt, Rückschlüsse auf einzelne Personen sind dabei nicht möglich.

Vielen Dank, dass Sie mit Ihrer Teilnahme helfen, Bedürfnisse zu erkennen und die Qualität des Workshops zu sichern und zu optimieren!

Arbeitsbereich Arbeits-, Organisations- und Berufspsychologie
Freie Universität Berlin
Claudia Apel, M. Sc.

Für Rückfragen und Anregungen stehen wir Ihnen gerne jederzeit unter claudia.apel@fu-berlin zur Verfügung.

Betreff: Studie mit Verlosung von amazon-Gutschein!

Liebe Promovierende, lieber Promovierender,

wir möchten Sie zur Teilnahme an einer Studie zur Entwicklung beruflicher Ziele bei Doktoranden und Doktorandinnen der JLU Gießen einladen. Sie helfen uns mit Ihrer Teilnahme, Ihre Bedürfnisse zu erkennen und Programme zur Unterstützung Ihres beruflichen Werdegangs zu entwickeln und zu optimieren. Den Fragebogen zur Studie finden Sie unter folgendem Link:

http://ww3.unipark.de/uc/MA_Apel/9e12/

Das Ausfüllen des Fragebogens nimmt nur etwa 15 Minuten in Anspruch. Ihre Antworten werden selbstverständlich vertraulich und anonym behandelt.

In etwa drei Wochen werden wir Sie noch einmal mit einem kurzen Fragebogen kontaktieren. Danach ist die Studienteilnahme für Sie beendet.

Unter allen Teilnehmern verlosen wir einen amazon-Einkaufsgutschein in Höhe von 25 Euro!

Herzlichen Dank für Ihre Mithilfe!

Arbeitsbereich Arbeits-, Organisations- und Berufspsychologie

Freie Universität Berlin

Claudia Apel, M. Sc.

Für Rückfragen und Anregungen stehen wir Ihnen gerne jederzeit unter claudia.apel@fu-berlin zur Verfügung.

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

vielen Dank, dass Sie sich dazu entschieden haben, an dieser Studie teilzunehmen. Sie helfen uns damit, den Workshop Karrieremanagement wissenschaftlich abzusichern und weiter zu optimieren.

Achten Sie bei Ausfüllen des Fragebogens darauf, dass Sie nicht zu lange über einzelne Fragen nachdenken. Kreuzen Sie die Antwort an, die Ihnen spontan als passend erscheint und gehen Sie gleich zur nächsten Frage über.

Unter Umständen werden Ihnen manche der folgenden Fragen ähnlich vorkommen. Bitte nehmen Sie unbedingt auch zu diesen Fragen Stellung.

Ihre Antworten werden selbstverständlich vertraulich und anonym behandelt. Alle Angaben werden nur in generalisierter Form ausgewertet, so dass keine Rückschlüsse auf einzelne Personen möglich sind.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

Damit wir Ihre Daten über die verschiedenen Zeitpunkte der Studie hinweg einander zuordnen können, bitten wir Sie hier einen Identifizierungscode anzugeben.

Der Code ist so gewählt, dass eine Zuordnung zu Ihrer Person nicht möglich ist. Er besteht aus folgenden Elementen:

- **Erster Buchstabe der Straße, in der Sie wohnen**
- **Letzter Buchstabe Ihres Geburtsortes**
- **Die letzten drei Ziffern Ihrer Handynummer**

Welche beruflichen Ziele streben Sie mittelfristig an? Denken Sie kurz darüber nach und formulieren Sie diese Ziele dann schriftlich.

Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Mir ist es schwergefallen, meine beruflichen Ziele schriftlich zu formulieren.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe einen starken Willen, diese Ziele zu erreichen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe klare Vorstellungen von meiner beruflichen Zukunft nach der Promotion.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn es um meinen Beruf geht, weiß ich genau was ich will.	☐	☐	☐	☐	☐
Eine klare berufliche Zielsetzung fehlt bisher in meinem Lebenskonzept.	☐	☐	☐	☐	☐
Oft vermag ich wenig Sinn in dem zu sehen, was ich den ganzen Tag über tue.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal habe ich den Eindruck, mein berufliches Ziel aus den Augen verloren zu haben.	☐	☐	☐	☐	☐
Meine Berufsziele ändern sich häufig.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte denken Sie an das für Sie wichtigste der beruflichen Ziele, die Sie oben formuliert haben und beantworten Sie die folgenden Fragen.

	Völlig unbedeutend				Sehr bedeutsam
Wie bedeutsam ist es für Sie, dieses Ziel zu erreichen?	☐	☐	☐	☐	☐



	Überhaupt nicht				Sehr stark
Wie sehr würde es Sie belasten, wenn Sie dieses Ziel nicht weiterverfolgen könnten und stattdessen etwas anderes machen müssten?	☐	☐	☐	☐	☐

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich bin sicher, dass dieses Ziel für mich geeignet ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin zuversichtlich, dass dieses Ziel für mich sinnvoll ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin unsicher, ob dieses Ziel realistisch ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke, dass ich dieses Ziel erreichen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte geben Sie bezüglich der folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese für Sie persönlich zutreffen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich bin noch dabei herauszufinden, was ich beruflich wirklich will.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne meine beruflichen Interessen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich wüsste gerne mehr darüber, wo genau meine beruflichen Stärken liegen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke, ich muss noch mehr über mich selbst lernen, bevor ich eine Berufsentscheidung treffen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte denken Sie an das von Ihnen angestrebte Berufsfeld und geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese für Sie persönlich zutrifft.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich weiß genau, dass ich die an meinen zukünftigen Beruf gestellten Anforderungen erfüllen kann, wenn ich nur will.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß nicht, ob ich die für meinen zukünftigen Beruf erforderlichen Fähigkeiten wirklich habe.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß nicht, ob ich genügend Interesse für alle mit meinem zukünftigen Beruf verbundenen Anforderungen habe.	☐	☐	☐	☐	☐
Schwierigkeiten im zukünftigen Beruf sehe ich gelassen entgegen, da ich meinen Fähigkeiten vertrauen kann.	☐	☐	☐	☐	☐



Es bereitet mir keine Schwierigkeiten meine beruflichen Absichten und Ziele zu verwirklichen.

☐☐☐☐☐

Ich glaube nicht, dass ich für meinen zukünftigen Beruf genügend motiviert bin, um große Schwierigkeiten zu meistern.

☐☐☐☐☐

Welche Erwartungen und Zielsetzungen haben Sie an den Workshop Karrieremanagement?

Wovon glauben Sie hängt das Ergebnis des Workshops vor allem ab?

- ☐ Ausschließlich von mir selbst
- ☐ Vor allem von mir
- ☐ Zu gleichen Teilen von mir und meinem Coach/den anderen Teilnehmern.
- ☐ Vor allem von meinem Coach/den anderen Teilnehmern.
- ☐ Ausschließlich von meinem Coach/den anderen Teilnehmern.

Bitte geben Sie an, in welchem Ausmaße die folgenden Aussagen Promovierender auf Sie persönlich zutreffen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Mein Promotionsstudium gibt mir persönlich etwas.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin mit meinem Promotionsstudium insgesamt zufrieden.	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Promotionsstudium macht mir Spaß.	☐	☐	☐	☐	☐
Mit meinen Leistungen im Promotionsstudium bin ich zufrieden.	☐	☐	☐	☐	☐



Ich habe schon öfter in Erwägung gezogen, nach der Promotion erst einmal in einem anderen Berufsfeld Erfahrungen zu sammeln.

☐☐☐☐☐

Nach der Promotion möchte ich weiter in der Forschung arbeiten.

☐☐☐☐☐

Auf der folgenden Seite werden Sie gebeten zu einigen Aussagen Stellung zu nehmen. Markieren Sie bitte jeweils das Antwortkästchen, das *Ihrer persönlichen Meinung* am besten entspricht.

	Sehr falsch	Falsch	Eher falsch	Eher richtig	Richtig	Sehr richtig
Es hängt hauptsächlich von mir ab, ob sich andere Menschen nach meinen Wünschen richten oder nicht.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe das Gefühl, dass vieles von dem, was in meinem Leben passiert, von anderen Menschen abhängt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich komme mir manchmal taten- und ideenlos vor.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ob ich einen Unfall habe oder nicht, hängt alleine von mir und meinem Verhalten ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich Pläne schmiede, bin ich mir ganz sicher, dass das Geplante auch Wirklichkeit wird.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mehrdeutige Situationen mag ich nicht, da ich nicht weiß, wie ich mich verhalten soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Andere Menschen verhindern oft die Verwirklichung meiner Pläne.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann mich am besten selbst durch mein Verhalten vor Krankheiten schützen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß oft nicht, wie ich meine Wünsche verwirklichen soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Leben und Alltag werden in vielen Bereichen von anderen Menschen bestimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne viele Möglichkeiten, mich vor Erkrankungen zu schützen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe nur geringe Möglichkeiten, meine Interessen gegen andere Leute durchzusetzen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Um das zu bekommen, was ich will, muss ich zu anderen Menschen freundlich und zuvorkommend sein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
In unklaren oder gefährlichen Situationen weiß ich immer, was ich tun kann.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Wohlbefinden hängt in starkem Maße vom Verhalten anderer Menschen ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann sehr viel von dem, was in meinem Leben passiert, selbst bestimmen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐





Manchmal weiß ich überhaupt nicht, was ich in einer Situation machen soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gewöhnlich kann ich meine Interessen selbst vertreten und erreiche dabei das, was ich will.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ob ich einen Unfall habe oder nicht, hängt in starkem Maße von dem Verhalten anderer ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich bekomme, was ich will, so ist das immer eine Folge meiner Anstrengung und meines persönlichen Einsatzes.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Auch in schwierigen Situationen fallen mir immer viele Handlungsalternativen ein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Damit meine Pläne eine Chance haben, richte ich mich beim Planen nach den Wünschen anderer Leute.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Lebenslauf und mein Alltag werden alleine durch mein Verhalten und meine Wünsche bestimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Für die Lösung von Problemen fallen mir immer viele Möglichkeiten ein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Im Folgenden bitten wir Sie um einige Angaben zu Ihren Studien- und Arbeitserfahrungen.

Wenn Sie sich mit einer Zeit- oder Mengenangabe nicht sicher sind, geben Sie bitte einen ungefähren Wert an.

Wenn Sie eine Arbeitserfahrung in Teilzeit absolviert haben, geben Sie deren Dauer bitte so umgerechnet an, als haben Sie sie in Vollzeit absolviert (z.B. Sie haben 2 Monate Praktikum in Teilzeit absolviert: Bitte geben Sie als Dauer 1 Monat an).

Im wievielten Semester Ihrer Promotion befinden Sie sich?

An welchem Fachbereich promovieren Sie?

In wie vielen Semestern haben Sie ihr vorheriges Studium absolviert?



Aus welchen Gründen haben Sie die Entscheidung zur Promotion getroffen?

- ☐ Ich sehe mein Fach als Berufung.
- ☐ Ich schätze die Möglichkeiten der Spezialisierung.
- ☐ Ich habe den Wunsch, durch meine Forschung Menschen zu helfen.
- ☐ Ich interessiere mich einfach für mein Fach.
- ☐ Mein Fach entspricht meinen eigenen Fähigkeiten und Interessen.
- ☐ Personen in meinem Familien-/Bekanntenkreis promovieren auch/haben auch promoviert.
- ☐ Ich denke, durch die Promotion habe ich bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt
- ☐ Ich denke, die Promotion eröffnet bessere Verdienstmöglichkeiten
- ☐ Ich schätze das Prestige, das mit der Promotion einhergeht.
- ☐ Personen in meinem Umfeld/ein Mentor haben/hat dazu geraten.
- ☐ Ich wollte meine gute Studienabschlussnote nutzen.

Weitere Gründe:

Haben Sie eine Berufsausbildung absolviert?

- ☐ Nein
- ☐ Ja, und zwar zum/zur:

Wie viele Monate hat Ihre Ausbildung in Anspruch genommen?

Wie viele Monate haben Sie nach Beendigung der Ausbildung noch in Ihrem Beruf gearbeitet?

Wie viele verschiedene Praktika haben Sie im Laufe Ihres Lebens absolviert?

Wie viele Monate Praktikum haben Sie bislang insgesamt absolviert?

Wie viele von Ihren Praktika haben Sie in der Forschung absolviert?

Haben Sie während Ihrer Studienzeit als Werkstudent/in in einem Unternehmen gearbeitet?

☐ Nein

☐ Ja, während insgesamt %sMonaten.

Waren Sie als Werkstudent/in in mehreren verschiedenen Unternehmen angestellt?

☐ Nein

☐ Ja, und zwar in %s verschiedenen Unternehmen.

Haben Sie während Ihrer Schüler- und Studenzeit Nebenjobs innegehabt?

☐ Nein

☐ Ja, ich habe insgesamt %sverschiedene Schüler-/Studentenjobs gehabt.

Während wie vieler Monate insgesamt haben Sie Schüler-/Studentenjobs innegehabt?

Haben Sie auf anderem Wege (nicht durch Praktika, Werkstudententätigkeiten oder Schüler-/Studentenjobs) Arbeitserfahrungen gemacht (z.B. Freiwilligenarbeit)?

Bitte geben Sie Art und Dauer der Arbeitserfahrung an.

Zum Schluss bitten wir Sie noch um einige Angaben zu Ihrer Person.

Sind Sie ...

- ☐ Männlich
☐ Weiblich

Wie alt sind Sie?

Bitte geben Sie Ihre Muttersprache(n) an:

- ☐ Deutsch
☐ Andere, nämlich:

Das war's!

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

Bei Rückfragen und Anregungen stehen wir jederzeit unter claudia.apel@fu-berlin.de zu Ihrer Verfügung.



Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

wie bereits vor dem Workshop Karrieremanagement, möchten wir Sie bitten auch unmittelbar nach Abschluss des Workshops einen kurzen Fragebogen auszufüllen.

Dieser Fragebogen dient in Kombination mit dem ersten Fragebogen der kontinuierlichen Qualitätssicherung und Verbesserung des Workshops. Es ist deshalb für uns und für alle Personen, die in Zukunft den Workshop durchlaufen, sehr wichtig, dass Sie diesen Fragebogen gewissenhaft ausfüllen.

Der Fragebogen dauert diesmal nur etwa 10 Minuten. Unter Umständen werden Ihnen manche der folgenden Fragen ähnlich vorkommen. Bitte nehmen Sie unbedingt auch zu diesen Fragen Stellung. Selbstverständlich werden Ihre Angaben weiterhin streng vertraulich behandelt.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Bitte geben Sie Ihren Identifizierungscode an.

Zur Erinnerung noch einmal die Elemente des Codes:

- **Erster Buchstabe der Straße, in der Sie wohnen**
- **Letzter Buchstabe Ihres Geburtsortes**
- **Die letzten drei Ziffern Ihrer Handynummer**

Welche beruflichen Ziele streben Sie mittelfristig an? Denken Sie kurz darüber nach und formulieren Sie diese Ziele dann schriftlich.



Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Mir ist es schwergefallen, meine beruflichen Ziele schriftlich zu formulieren.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe einen starken Willen, diese Ziele zu erreichen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe klare Vorstellungen von meiner beruflichen Zukunft nach der Promotion.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn es um meinen Beruf geht, weiß ich genau was ich will.	☐	☐	☐	☐	☐
Eine klare berufliche Zielsetzung fehlt bisher in meinem Lebenskonzept.	☐	☐	☐	☐	☐
Oft vermag ich wenig Sinn in dem zu sehen, was ich den ganzen Tag über tue.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal habe ich den Eindruck, mein berufliches Ziel aus den Augen verloren zu haben.	☐	☐	☐	☐	☐
Meine Berufsziele ändern sich häufig.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte denken Sie an das für Sie wichtigste der beruflichen Ziele, die Sie oben formuliert haben und beantworten Sie die folgenden Fragen.

	Völlig unbede- utsam				Sehr bedeuts- am
Wie bedeutsam ist es für Sie, dieses Ziel zu erreichen?	☐	☐	☐	☐	☐
	Überhaupt nicht				Sehr stark
Wie sehr würde es Sie belasten, wenn Sie dieses Ziel nicht weiterverfolgen könnten und stattdessen etwas anderes machen müssten?	☐	☐	☐	☐	☐
	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich bin sicher, dass dieses Ziel für mich geeignet ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin zuversichtlich, dass dieses Ziel für mich sinnvoll ist.	☐	☐	☐	☐	☐



Ich bin unsicher, ob dieses Ziel realistisch ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke, dass ich dieses Ziel erreichen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte geben Sie bezüglich der folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese für Sie persönlich zutreffen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich bin noch dabei herauszufinden, was ich beruflich wirklich will.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne meine beruflichen Interessen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich wüsste gerne mehr darüber, wo genau meine beruflichen Stärken liegen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke, ich muss noch mehr über mich selbst lernen, bevor ich eine Berufsentscheidung treffen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte denken Sie an das von Ihnen angestrebte Berufsfeld und geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese für Sie persönlich zutrifft.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich weiß genau, dass ich die an meinen zukünftigen Beruf gestellten Anforderungen erfüllen kann, wenn ich nur will.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß nicht, ob ich die für meinen zukünftigen Beruf erforderlichen Fähigkeiten wirklich habe.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß nicht, ob ich genügend Interesse für alle mit meinem zukünftigen Beruf verbundenen Anforderungen habe.	☐	☐	☐	☐	☐
Schwierigkeiten im zukünftigen Beruf sehe ich gelassen entgegen, da ich meinen Fähigkeiten vertrauen kann.	☐	☐	☐	☐	☐
Es bereitet mir keine Schwierigkeiten meine beruflichen Absichten und Ziele zu verwirklichen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich glaube nicht, dass ich für meinen zukünftigen Beruf genügend motiviert bin, um große Schwierigkeiten zu meistern.	☐	☐	☐	☐	☐



Wurden Ihre Erwartungen an den Workshop Karrieremanagement erfüllt?

☐ Ja,

☐ Nein,

Haben Sie im Rahmen des Workshops ein Ziel, welches Sie früher schon einmal angedacht hatten, für sich bestätigt?

- ☐ Ja
- ☐ Nein

Haben Sie im Rahmen des Workshops ein ganz neues Ziel (mehrere neue Ziele) für sich formuliert?

- ☐ Ja
- ☐ Nein

Fanden Sie den Workshop Karrieremanagement ...

	Überhaupt nicht				Sehr
... anregend?	☐	☐	☐	☐	☐
... hilfreich?	☐	☐	☐	☐	☐
... ermutigend?	☐	☐	☐	☐	☐
... interessant?	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte geben Sie an, in welchem Ausmaße die folgenden Aussagen Promovierender auf Sie persönlich zutreffen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Mein Promotionsstudium gibt mir persönlich etwas.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin mit meinem Promotionsstudium insgesamt zufrieden.	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Promotionsstudium macht mir Spaß.	☐	☐	☐	☐	☐
Mit meinen Leistungen im Promotionsstudium bin ich zufrieden.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe schon öfter in Erwägung gezogen, nach der Promotion erst einmal in einem anderen Berufsfeld Erfahrungen zu sammeln.	☐	☐	☐	☐	☐
Nach der Promotion möchte ich weiter in der Forschung arbeiten.	☐	☐	☐	☐	☐

Auf der folgenden Seite werden Sie gebeten zu einigen Aussagen Stellung zu nehmen. Markieren Sie bitte jeweils das Antwortkästchen, das *Ihrer persönlichen Meinung* am besten entspricht.

	Sehr falsch	Falsch	Eher falsch	Eher richtig	Richtig	Sehr richtig
Es hängt hauptsächlich von mir ab, ob sich andere Menschen nach meinen Wünschen richten oder nicht.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe das Gefühl, dass vieles von dem, was in meinem Leben passiert, von anderen Menschen abhängt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich komme mir manchmal taten- und ideenlos vor.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ob ich einen Unfall habe oder nicht, hängt alleine von mir und meinem Verhalten ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich Pläne schmiede, bin ich mir ganz sicher, dass das Geplante auch Wirklichkeit wird.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mehrdeutige Situationen mag ich nicht, da ich nicht weiß, wie ich mich verhalten soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Andere Menschen verhindern oft die Verwirklichung meiner Pläne.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann mich am besten selbst durch mein Verhalten vor Krankheiten schützen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß oft nicht, wie ich meine Wünsche verwirklichen soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Leben und Alltag werden in vielen Bereichen von anderen Menschen bestimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne viele Möglichkeiten, mich vor Erkrankungen zu schützen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe nur geringe Möglichkeiten, meine Interessen gegen andere Leute durchzusetzen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Um das zu bekommen, was ich will, muss ich zu anderen Menschen freundlich und zuvorkommend sein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
In unklaren oder gefährlichen Situationen weiß ich immer, was ich tun kann.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Wohlbefinden hängt in starkem Maße vom Verhalten anderer Menschen ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann sehr viel von dem, was in meinem Leben passiert, selbst bestimmen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal weiß ich überhaupt nicht, was ich in einer Situation machen soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gewöhnlich kann ich meine Interessen selbst vertreten und erreiche dabei das, was ich will.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ob ich einen Unfall habe oder nicht, hängt in starkem Maße von dem Verhalten anderer ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Wenn ich bekomme, was ich will, so ist das immer eine Folge meiner Anstrengung und meines persönlichen Einsatzes.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Auch in schwierigen Situationen fallen mir immer viele Handlungsalternativen ein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Damit meine Pläne eine Chance haben, richte ich mich beim Planen nach den Wünschen anderer Leute.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Lebenslauf und mein Alltag werden alleine durch mein Verhalten und meine Wünsche bestimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Für die Lösung von Problemen fallen mir immer viele Möglichkeiten ein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Wenn Sie möchten, können Sie hier Rückmeldung dazu geben, wie wir den Workshop Karrieremanagement noch verbessern können.

Das war's!

In wenigen Wochen hören Sie das nächste (und letzte) Mal von uns.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

Bei Rückfragen und Anregungen stehen wir weiterhin jederzeit unter claudia.apel@fu-berlin.de zu Ihrer Verfügung.

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

vor ungefähr drei Wochen haben Sie am Workshop Karrieremanagement an der JLU Gießen teilgenommen.

Wie angekündigt erhalten Sie nun nochmals einen Fragebogen von uns. Dieser Fragebogen dient in Kombination mit den ersten zwei Fragebögen der kontinuierlichen Qualitätssicherung und der Verbesserung des Workshops Karrieremanagement.

Nach dem Ausfüllen dieses Fragebogens ist die Studienteilnahme für Sie beendet.

Hinweise zur Bearbeitung:

- Manche Fragen werden Ihnen aus den ersten Fragebögen bekannt vorkommen; wir müssen diese Fragen wiederholen, um Anhaltspunkte über mögliche Veränderungen zu bekommen.
- Denken Sie bei der Beantwortung nicht zu lange über einzelne Fragen nach. Der Aufwand für den gesamten Fragebogen beträgt etwa 10 Minuten.

Ihre Daten werden natürlich weiterhin vertraulich und anonym behandelt. Rückschlüsse auf einzelne Personen sind nicht möglich.

Vielen Dank für Ihre Teilnahme!

Bitte geben Sie Ihren Identifizierungscode an.

Zur Erinnerung noch einmal die Elemente des Codes:

- **Erster Buchstabe der Straße, in der Sie wohnen**
- **Letzter Buchstabe Ihres Geburtsortes**
- **Die letzten drei Ziffern Ihrer Handynummer**

Welche beruflichen Ziele streben Sie mittelfristig an? Denken Sie kurz darüber nach und formulieren Sie diese Ziele dann schriftlich.



Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Mir ist es schwergefallen, meine beruflichen Ziele schriftlich zu formulieren.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe einen starken Willen, diese Ziele zu erreichen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe klare Vorstellungen von meiner beruflichen Zukunft nach der Promotion.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn es um meinen Beruf geht, weiß ich genau was ich will.	☐	☐	☐	☐	☐
Eine klare berufliche Zielsetzung fehlt bisher in meinem Lebenskonzept.	☐	☐	☐	☐	☐
Oft vermag ich wenig Sinn in dem zu sehen, was ich den ganzen Tag über tue.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal habe ich den Eindruck, mein berufliches Ziel aus den Augen verloren zu haben.	☐	☐	☐	☐	☐
Meine Berufsziele ändern sich häufig.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte denken Sie an das für Sie wichtigste der beruflichen Ziele, die Sie oben formuliert haben und beantworten Sie die folgenden Fragen.

	Völlig unbedeutend				Sehr bedeutsam
Wie bedeutsam ist es für Sie, dieses Ziel zu erreichen?	☐	☐	☐	☐	☐





	Überhaupt nicht				Sehr stark
Wie sehr würde es Sie belasten, wenn Sie dieses Ziel nicht weiterverfolgen könnten und stattdessen etwas anderes machen müssten?	☐	☐	☐	☐	☐

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich bin sicher, dass dieses Ziel für mich geeignet ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin zuversichtlich, dass dieses Ziel für mich sinnvoll ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin unsicher, ob dieses Ziel realistisch ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke, dass ich dieses Ziel erreichen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte geben Sie bezüglich der folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese für Sie persönlich zutreffen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich bin noch dabei herauszufinden, was ich beruflich wirklich will.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne meine beruflichen Interessen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich wüsste gerne mehr darüber, wo genau meine beruflichen Stärken liegen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke, ich muss noch mehr über mich selbst lernen, bevor ich eine Berufsentscheidung treffen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte denken Sie an das von Ihnen angestrebte Berufsfeld und geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese für Sie persönlich zutrifft.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich weiß genau, dass ich die an meinen zukünftigen Beruf gestellten Anforderungen erfüllen kann, wenn ich nur will.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß nicht, ob ich die für meinen zukünftigen Beruf erforderlichen Fähigkeiten wirklich habe.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß nicht, ob ich genügend Interesse für alle mit meinem zukünftigen Beruf verbundenen Anforderungen habe.	☐	☐	☐	☐	☐
Schwierigkeiten im zukünftigen Beruf sehe ich gelassen entgegen, da ich meinen Fähigkeiten vertrauen kann.	☐	☐	☐	☐	☐



Es bereitet mir keine Schwierigkeiten meine beruflichen Absichten und Ziele zu verwirklichen.

☐☐☐☐☐

Ich glaube nicht, dass ich für meinen zukünftigen Beruf genügend motiviert bin, um große Schwierigkeiten zu meistern.

☐☐☐☐☐

Hatten Sie *zum Zeitpunkt* des Workshops Karrieremanagement ein neues Ziel (oder mehrere neue Ziele) formuliert, oder hatten Sie ein Ziel, welches Sie früher schon einmal angedacht hatten, für sich bestätigt?

☐ Ja

☐ Nein

Haben Sie seit Ende des Workshops Schritte unternommen, um Ihrem Ziel (Ihren Zielen) näher zu kommen?

☐ Ja, nämlich folgende Schritte:

☐ Nein

Was waren die größten Schwierigkeiten und Hindernisse bei der bisherigen Bearbeitung des Ziels (der Ziele)?

Was hat Ihnen am meisten dabei geholfen, an der Erreichung Ihres Ziels (Ihrer Ziele) zu arbeiten?

Haben Sie *seit dem Ende* des Workshops Karrieremanagement ein neues Ziel (mehrere neue Ziele) für sich formuliert?

- ☐ Ja
- ☐ Nein

Haben Sie nach dem Workshop mit einem oder mehreren der erhaltenen Arbeitsblätter weitergearbeitet?

- ☐ Ja - Geben Sie wenn möglich hier die von Ihnen verwendeten Arbeitsblätter an:

- ☐ Nein

Wenn Sie heute zurückblicken, fanden Sie den Workshop Karrieremanagement ...

	Überhaupt nicht				Sehr
... anregend?	☐	☐	☐	☐	☐
... hilfreich?	☐	☐	☐	☐	☐
... ermutigend?	☐	☐	☐	☐	☐
... interessant?	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte geben Sie an, in welchem Ausmaße die folgenden Aussagen Promovierender auf Sie persönlich zutreffen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Mein Promotionsstudium gibt mir persönlich etwas.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin mit meinem Promotionsstudium insgesamt zufrieden.	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Promotionsstudium macht mir Spaß.	☐	☐	☐	☐	☐
Mit meinen Leistungen im Promotionsstudium bin ich zufrieden.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe schon öfter in Erwägung gezogen, nach der Promotion erst einmal in einem anderen Berufsfeld Erfahrungen zu sammeln.	☐	☐	☐	☐	☐
Nach der Promotion möchte ich weiter in der Forschung arbeiten.	☐	☐	☐	☐	☐

Auf der folgenden Seite werden Sie gebeten zu einigen Aussagen Stellung zu nehmen. Markieren Sie bitte jeweils das Antwortkästchen, das *Ihrer persönlichen Meinung* am besten entspricht.

	Sehr falsch	Falsch	Eher falsch	Eher richtig	Richtig	Sehr richtig
Es hängt hauptsächlich von mir ab, ob sich andere Menschen nach meinen Wünschen richten oder nicht.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe das Gefühl, dass vieles von dem, was in meinem Leben passiert, von anderen Menschen abhängt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich komme mir manchmal taten- und ideenlos vor.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ob ich einen Unfall habe oder nicht, hängt alleine von mir und meinem Verhalten ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich Pläne schmiede, bin ich mir ganz sicher, dass das Geplante auch Wirklichkeit wird.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mehrdeutige Situationen mag ich nicht, da ich nicht weiß, wie ich mich verhalten soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Andere Menschen verhindern oft die Verwirklichung meiner Pläne.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann mich am besten selbst durch mein Verhalten vor Krankheiten schützen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß oft nicht, wie ich meine Wünsche verwirklichen soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Leben und Alltag werden in vielen Bereichen von anderen Menschen bestimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne viele Möglichkeiten, mich vor Erkrankungen zu schützen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe nur geringe Möglichkeiten, meine Interessen gegen andere Leute durchzusetzen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Um das zu bekommen, was ich will, muss ich zu anderen Menschen freundlich und zuvorkommend sein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
In unklaren oder gefährlichen Situationen weiß ich immer, was ich tun kann.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Wohlbefinden hängt in starkem Maße vom Verhalten anderer Menschen ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann sehr viel von dem, was in meinem Leben passiert, selbst bestimmen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal weiß ich überhaupt nicht, was ich in einer Situation machen soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gewöhnlich kann ich meine Interessen selbst vertreten und erreiche dabei das, was ich will.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ob ich einen Unfall habe oder nicht, hängt in starkem Maße von dem Verhalten anderer ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Wenn ich bekomme, was ich will, so ist das immer eine Folge meiner Anstrengung und meines persönlichen Einsatzes.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Auch in schwierigen Situationen fallen mir immer viele Handlungsalternativen ein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Damit meine Pläne eine Chance haben, richte ich mich beim Planen nach den Wünschen anderer Leute.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Lebenslauf und mein Alltag werden alleine durch mein Verhalten und meine Wünsche bestimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Für die Lösung von Problemen fallen mir immer viele Möglichkeiten ein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Wenn Sie möchten, können Sie hier Rückmeldung dazu geben, wie wir aus Ihrer heutigen Sicht den Workshop Karrieremanagement noch verbessern können.

Das war's!

Wir wünschen Ihnen alles Gute für Ihre berufliche und private Zukunft und danken Ihnen sehr herzlich für Ihre Unterstützung!



Sehr geehrte Teilnehmerin, sehr geehrter Teilnehmer,

vielen Dank, dass Sie sich dazu entschieden haben, an dieser Studie teilzunehmen. Sie helfen uns damit, die Bedürfnisse von Promovierenden an der JLU Gießen zu erkennen und Programme zur Unterstützung Ihrer beruflichen Werdegänge zu entwickeln und zu optimieren.

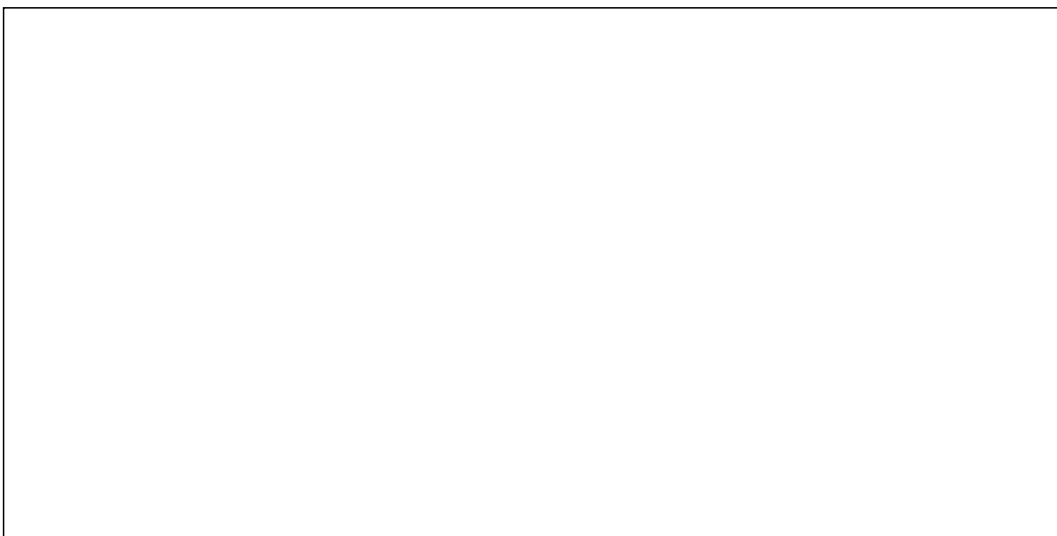
Das Ausfüllen des Fragebogens nimmt etwa 15 Minuten in Anspruch. Ihre Antworten werden selbstverständlich vertraulich und anonym behandelt.

Kreuzen Sie beim Ausfüllen des Fragebogens die Antwort an, die Ihnen spontan als passend erscheint. Gehen Sie gleich zur nächsten Frage über, ohne zu lange nachzudenken. Unter Umständen werden Ihnen manche der folgenden Fragen ähnlich vorkommen. Bitte nehmen Sie unbedingt auch zu diesen Fragen Stellung.

Unter allen Teilnehmern verlosen wir einen amazon-Einkaufsgutschein in Höhe von 25 Euro. Am Ende des zweiten Fragebogens werden Sie die Möglichkeit haben, sich für die Verlosung einzutragen.

Herzlichen Dank für Ihre Mithilfe!

Welche beruflichen Ziele streben Sie mittelfristig an? Denken Sie kurz darüber nach und formulieren Sie diese Ziele dann schriftlich.



Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Mir ist es schwergefallen, meine beruflichen Ziele schriftlich zu formulieren.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe einen starken Willen, diese Ziele zu erreichen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe klare Vorstellungen von meiner beruflichen Zukunft nach der Promotion.	☐	☐	☐	☐	☐

Wenn es um meinen Beruf geht, weiß ich genau was ich will.	☐	☐	☐	☐	☐
Eine klare berufliche Zielsetzung fehlt bisher in meinem Lebenskonzept.	☐	☐	☐	☐	☐
Oft vermag ich wenig Sinn in dem zu sehen, was ich den ganzen Tag über tue.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal habe ich den Eindruck, mein berufliches Ziel aus den Augen verloren zu haben.	☐	☐	☐	☐	☐
Meine Berufsziele ändern sich häufig.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte denken Sie an das für Sie wichtigste der beruflichen Ziele, die Sie oben formuliert haben und beantworten Sie die folgenden Fragen.

	Völlig unbede- utsam				Sehr bedeuts- am
Wie bedeutsam ist es für Sie, dieses Ziel zu erreichen?	☐	☐	☐	☐	☐

	Überhaupt nicht				Sehr stark
Wie sehr würde es Sie belasten, wenn Sie dieses Ziel nicht weiterverfolgen könnten und stattdessen etwas anderes machen müssten?	☐	☐	☐	☐	☐

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich bin sicher, dass dieses Ziel für mich geeignet ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin zuversichtlich, dass dieses Ziel für mich sinnvoll ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin unsicher, ob dieses Ziel realistisch ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke, dass ich dieses Ziel erreichen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte geben Sie bezüglich der folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese für Sie persönlich zutreffen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich bin noch dabei herauszufinden, was ich beruflich wirklich will.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne meine beruflichen Interessen.	☐	☐	☐	☐	☐



Ich wüsste gerne mehr darüber, wo genau meine beruflichen Stärken liegen.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Ich denke, ich muss noch mehr über mich selbst lernen, bevor ich eine Berufsentscheidung treffen kann.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Bitte denken Sie an das von Ihnen angestrebte Berufsfeld und geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese für Sie persönlich zutrifft.

Stimmt
nicht

Stimmt
genau

Ich weiß genau, dass ich die an meinen zukünftigen Beruf gestellten Anforderungen erfüllen kann, wenn ich nur will.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Ich weiß nicht, ob ich die für meinen zukünftigen Beruf erforderlichen Fähigkeiten wirklich habe.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Ich weiß nicht, ob ich genügend Interesse für alle mit meinem zukünftigen Beruf verbundenen Anforderungen habe.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Schwierigkeiten im zukünftigen Beruf sehe ich gelassen entgegen, da ich meinen Fähigkeiten vertrauen kann.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Es bereitet mir keine Schwierigkeiten meine beruflichen Absichten und Ziele zu verwirklichen.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Ich glaube nicht, dass ich für meinen zukünftigen Beruf genügend motiviert bin, um große Schwierigkeiten zu meistern.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Bitte geben Sie an, in welchem Ausmaße die folgenden Aussagen Promovierender auf Sie persönlich zutreffen.

Stimmt
nicht

Stimmt
genau

Mein Promotionsstudium gibt mir persönlich etwas.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Ich bin mit meinem Promotionsstudium insgesamt zufrieden.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Mein Promotionsstudium macht mir Spaß.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Mit meinen Leistungen im Promotionsstudium bin ich zufrieden.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Ich habe schon öfter in Erwägung gezogen, nach der Promotion erst einmal in einem anderen Berufsfeld Erfahrungen zu sammeln.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Nach der Promotion möchte ich weiter in der Forschung arbeiten.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐


Auf der folgenden Seite werden Sie gebeten zu einigen Aussagen Stellung zu nehmen. Markieren Sie bitte jeweils das Antwortkästchen, das *Ihrer persönlichen Meinung* am besten entspricht.

	Sehr falsch	Falsch	Eher falsch	Eher richtig	Richtig	Sehr richtig
Es hängt hauptsächlich von mir ab, ob sich andere Menschen nach meinen Wünschen richten oder nicht.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe das Gefühl, dass vieles von dem, was in meinem Leben passiert, von anderen Menschen abhängt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich komme mir manchmal taten- und ideenlos vor.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ob ich einen Unfall habe oder nicht, hängt alleine von mir und meinem Verhalten ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich Pläne schmiede, bin ich mir ganz sicher, dass das Geplante auch Wirklichkeit wird.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mehrdeutige Situationen mag ich nicht, da ich nicht weiß, wie ich mich verhalten soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Andere Menschen verhindern oft die Verwirklichung meiner Pläne.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann mich am besten selbst durch mein Verhalten vor Krankheiten schützen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß oft nicht, wie ich meine Wünsche verwirklichen soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Leben und Alltag werden in vielen Bereichen von anderen Menschen bestimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne viele Möglichkeiten, mich vor Erkrankungen zu schützen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe nur geringe Möglichkeiten, meine Interessen gegen andere Leute durchzusetzen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Um das zu bekommen, was ich will, muss ich zu anderen Menschen freundlich und zuvorkommend sein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
In unklaren oder gefährlichen Situationen weiß ich immer, was ich tun kann.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Wohlbefinden hängt in starkem Maße vom Verhalten anderer Menschen ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann sehr viel von dem, was in meinem Leben passiert, selbst bestimmen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal weiß ich überhaupt nicht, was ich in einer Situation machen soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gewöhnlich kann ich meine Interessen selbst vertreten und erreiche dabei das, was ich will.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ob ich einen Unfall habe oder nicht, hängt in starkem Maße von dem Verhalten anderer ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Wenn ich bekomme, was ich will, so ist das immer eine Folge meiner Anstrengung und meines persönlichen Einsatzes.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Auch in schwierigen Situationen fallen mir immer viele Handlungsalternativen ein.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Damit meine Pläne eine Chance haben, richte ich mich beim Planen nach den Wünschen anderer Leute.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Mein Lebenslauf und mein Alltag werden alleine durch mein Verhalten und meine Wünsche bestimmt.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Für die Lösung von Problemen fallen mir immer viele Möglichkeiten ein.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Im Folgenden bitten wir Sie um einige Angaben zu Ihren Studien- und Arbeitserfahrungen.

Wenn Sie sich mit einer Zeit- oder Mengenangabe nicht sicher sind, geben Sie bitte einen ungefähren Wert an.

Wenn Sie eine Arbeitserfahrung in Teilzeit absolviert haben, geben Sie deren Dauer bitte so umgerechnet an, als haben Sie sie in Vollzeit absolviert (z.B. Sie haben 2 Monate Praktikum in Teilzeit absolviert: Bitte geben Sie als Dauer 1 Monat an).

Im wievielten Semester Ihrer Promotion befinden Sie sich?

An welchem Fachbereich promovieren Sie?

In wie vielen Semestern haben Sie ihr vorheriges Studium absolviert?

Aus welchen Gründen haben Sie die Entscheidung zur Promotion getroffen?

☐ Ich sehe mein Fach als Berufung.

☐ Ich schätze die Möglichkeiten der Spezialisierung.

☐ Ich habe den Wunsch, durch meine Forschung Menschen zu helfen.

- ☐ Ich interessiere mich einfach für mein Fach.
- ☐ Mein Fach entspricht meinen eigenen Fähigkeiten und Interessen.
- ☐ Personen in meinem Familien-/Bekanntenkreis promovieren auch/haben auch promoviert.
- ☐ Ich denke, durch die Promotion habe ich bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt
- ☐ Ich denke, die Promotion eröffnet bessere Verdienstmöglichkeiten
- ☐ Ich schätze das Prestige, das mit der Promotion einhergeht.
- ☐ Personen in meinem Umfeld/ein Mentor haben/hat dazu geraten.
- ☐ Ich wollte meine gute Studienabschlussnote nutzen.

Weitere
Gründe:

Haben Sie eine Berufsausbildung absolviert?

☐ Nein

☐ Ja, und zwar zum/zur:

Wie viele Monate hat Ihre Ausbildung in Anspruch genommen?

Wie viele Monate haben Sie nach Beendigung der Ausbildung noch in Ihrem Beruf gearbeitet?

Wie viele verschiedene Praktika haben Sie im Laufe Ihres Lebens absolviert?

Wie viele Monate Praktikum haben Sie bislang insgesamt absolviert?

Wie viele von Ihren Praktika haben Sie in der Forschung absolviert?

Haben Sie während Ihrer Studienzeit als Werkstudent/in in einem Unternehmen gearbeitet?

☐ Nein

☐ Ja, während insgesamt %sMonaten.

Waren Sie als Werkstudent/in in mehreren verschiedenen Unternehmen angestellt?

☐ Nein

☐ Ja, und zwar in %s verschiedenen Unternehmen.

Haben Sie während Ihrer Schüler- und Studentenzeit Nebenjobs innegehabt?

☐ Nein

☐ Ja, ich habe insgesamt %s verschiedene Schüler-/Studentenjobs gehabt.

Während wie vieler Monate insgesamt haben Sie Schüler-/Studentenjobs innegehabt?

Haben Sie auf anderem Wege (nicht durch Praktika, Werkstudententätigkeiten oder Schüler-/Studentenjobs) Arbeitserfahrungen gemacht (z.B. Freiwilligenarbeit)?

Bitte geben Sie Art und Dauer der Arbeitserfahrung an.

Damit wir Ihre Daten über die beiden Zeitpunkte der Studie hinweg einander zuordnen können, bitten wir Sie einen Identifizierungscode anzugeben.

Der Code ist so gewählt, dass eine Zuordnung zu Ihrer Person nicht möglich ist. Er besteht aus folgenden Elementen:

- **Erster Buchstabe der Straße, in der Sie wohnen**
- **Letzter Buchstabe Ihres Geburtsortes**
- **Die letzten drei Ziffern Ihrer Handynummer**

Zum Schluss bitten wir Sie noch um einige Angaben zu Ihrer Person.

Sind Sie ...

- ☐ Männlich
- ☐ Weiblich

Wie alt sind Sie?

Bitte geben Sie Ihre Muttersprache(n) an:

☐ Deutsch

☐ Andere, nämlich:

Das war's!

Bitte tragen Sie hier unbedingt eine Emailadresse ein, unter der wir Sie in wenigen Wochen für den zweiten Teil der Umfrage kontaktieren können. Dann werden Sie sich auch für die Verlosung des amazon-Gutscheins eintragen können. Danach wird Ihre Studienteilnahme abgeschlossen sein.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

Bei Anmerkungen und Rückfragen können Sie uns gerne unter *claudia.apel@fu-berlin.de* kontaktieren.

Sehr geehrte Teilnehmerin, sehr geehrter Teilnehmer,

vielen Dank, dass Sie erneut an unserer Studie teilnehmen. Nach dem Ausfüllen dieses zweiten Fragebogens ist die Studienteilnahme für Sie beendet.

Am Ende dieses Fragebogens haben Sie die Möglichkeit, Ihre Teilnahme an der Verlosung eines amazon-Einkaufsgutscheins im Wert von 25 Euro zu bestätigen.

Hinweise zur Bearbeitung:

- Manche Fragen werden Ihnen unter Umständen aus dem ersten Fragebogen bekannt vorkommen; wir müssen diese Fragen wiederholen, um Anhaltspunkte über mögliche Veränderungen zu bekommen.
- Beantworten Sie die Fragen spontan. Denken Sie nicht zu lange über einzelne Fragen nach. Der Aufwand für den gesamten Fragebogen beträgt weniger als 10 Minuten.

Ihre Daten werden natürlich weiterhin vertraulich und anonym behandelt.

Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme!

Bitte geben Sie Ihren Identifizierungscode an. Zur Erinnerung noch einmal die Elemente des Codes:

- **Erster Buchstabe der Straße, in der Sie wohnen**
- **Letzter Buchstabe Ihres Geburtsortes**
- **Die letzten drei Ziffern Ihrer Handynummer**

Welche beruflichen Ziele streben Sie mittelfristig an? Denken Sie kurz darüber nach und formulieren Sie diese Ziele dann schriftlich.

Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Mir ist es schwergefallen, meine beruflichen Ziele schriftlich zu formulieren.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe einen starken Willen, diese Ziele zu erreichen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe klare Vorstellungen von meiner beruflichen Zukunft nach der Promotion.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn es um meinen Beruf geht, weiß ich genau was ich will.	☐	☐	☐	☐	☐
Eine klare berufliche Zielsetzung fehlt bisher in meinem Lebenskonzept.	☐	☐	☐	☐	☐
Oft vermag ich wenig Sinn in dem zu sehen, was ich den ganzen Tag über tue.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal habe ich den Eindruck, mein berufliches Ziel aus den Augen verloren zu haben.	☐	☐	☐	☐	☐
Meine Berufsziele ändern sich häufig.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte denken Sie an das für Sie wichtigste der beruflichen Ziele, die Sie oben formuliert haben und beantworten Sie die folgenden Fragen.

	Völlig unbedeutend				Sehr bedeutsam
Wie bedeutsam ist es für Sie, dieses Ziel zu erreichen?	☐	☐	☐	☐	☐



	Überhaupt nicht				Sehr stark
Wie sehr würde es Sie belasten, wenn Sie dieses Ziel nicht weiterverfolgen könnten und stattdessen etwas anderes machen müssten?	☐	☐	☐	☐	☐

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich bin sicher, dass dieses Ziel für mich geeignet ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin zuversichtlich, dass dieses Ziel für mich sinnvoll ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin unsicher, ob dieses Ziel realistisch ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke, dass ich dieses Ziel erreichen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte geben Sie bezüglich der folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese für Sie persönlich zutreffen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich bin noch dabei herauszufinden, was ich beruflich wirklich will.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne meine beruflichen Interessen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich wüsste gerne mehr darüber, wo genau meine beruflichen Stärken liegen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke, ich muss noch mehr über mich selbst lernen, bevor ich eine Berufsentscheidung treffen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Bitte denken Sie an das von Ihnen angestrebte Berufsfeld und geben Sie für jede der folgenden Aussagen an, in welchem Ausmaß diese für Sie persönlich zutrifft.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Ich weiß genau, dass ich die an meinen zukünftigen Beruf gestellten Anforderungen erfüllen kann, wenn ich nur will.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß nicht, ob ich die für meinen zukünftigen Beruf erforderlichen Fähigkeiten wirklich habe.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß nicht, ob ich genügend Interesse für alle mit meinem zukünftigen Beruf verbundenen Anforderungen habe.	☐	☐	☐	☐	☐
Schwierigkeiten im zukünftigen Beruf sehe ich gelassen entgegen, da ich meinen Fähigkeiten vertrauen kann.	☐	☐	☐	☐	☐



Es bereitet mir keine Schwierigkeiten meine beruflichen Absichten und Ziele zu verwirklichen.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Ich glaube nicht, dass ich für meinen zukünftigen Beruf genügend motiviert bin, um große Schwierigkeiten zu meistern.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Bitte geben Sie an, in welchem Ausmaße die folgenden Aussagen Promovierender auf Sie persönlich zutreffen.

	Stimmt nicht				Stimmt genau
Mein Promotionsstudium gibt mir persönlich etwas.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin mit meinem Promotionsstudium insgesamt zufrieden.	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Promotionsstudium macht mir Spaß.	☐	☐	☐	☐	☐
Mit meinen Leistungen im Promotionsstudium bin ich zufrieden.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe schon öfter in Erwägung gezogen, nach der Promotion erst einmal in einem anderen Berufsfeld Erfahrungen zu sammeln.	☐	☐	☐	☐	☐
Nach der Promotion möchte ich weiter in der Forschung arbeiten.	☐	☐	☐	☐	☐

Auf der folgenden Seite werden Sie gebeten zu einigen Aussagen Stellung zu nehmen. Markieren Sie bitte jeweils das Antwortkästchen, das *Ihrer persönlichen Meinung* am besten entspricht.

	Sehr falsch	Falsch	Eher falsch	Eher richtig	Richtig	Sehr richtig
Es hängt hauptsächlich von mir ab, ob sich andere Menschen nach meinen Wünschen richten oder nicht.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe das Gefühl, dass vieles von dem, was in meinem Leben passiert, von anderen Menschen abhängt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich komme mir manchmal taten- und ideenlos vor.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ob ich einen Unfall habe oder nicht, hängt alleine von mir und meinem Verhalten ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich Pläne schmiede, bin ich mir ganz sicher, dass das Geplante auch Wirklichkeit wird.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mehrdeutige Situationen mag ich nicht, da ich nicht weiß, wie ich mich verhalten soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Andere Menschen verhindern oft die Verwirklichung meiner Pläne.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann mich am besten selbst durch mein Verhalten vor Krankheiten schützen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß oft nicht, wie ich meine Wünsche verwirklichen soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Leben und Alltag werden in vielen Bereichen von anderen Menschen bestimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne viele Möglichkeiten, mich vor Erkrankungen zu schützen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich habe nur geringe Möglichkeiten, meine Interessen gegen andere Leute durchzusetzen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Um das zu bekommen, was ich will, muss ich zu anderen Menschen freundlich und zuvorkommend sein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
In unklaren oder gefährlichen Situationen weiß ich immer, was ich tun kann.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Wohlbefinden hängt in starkem Maße vom Verhalten anderer Menschen ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann sehr viel von dem, was in meinem Leben passiert, selbst bestimmen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal weiß ich überhaupt nicht, was ich in einer Situation machen soll.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gewöhnlich kann ich meine Interessen selbst vertreten und erreiche dabei das, was ich will.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ob ich einen Unfall habe oder nicht, hängt in starkem Maße von dem Verhalten anderer ab.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich bekomme, was ich will, so ist das immer eine Folge meiner Anstrengung und meines persönlichen Einsatzes.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Auch in schwierigen Situationen fallen mir immer viele Handlungsalternativen ein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Damit meine Pläne eine Chance haben, richte ich mich beim Planen nach den Wünschen anderer Leute.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mein Lebenslauf und mein Alltag werden alleine durch mein Verhalten und meine Wünsche bestimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Für die Lösung von Problemen fallen mir immer viele Möglichkeiten ein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Das war's!

Wenn Sie an der Verlosung des amazon-Einkaufsgutscheins im Wert von 25 Euro teilnehmen möchte, tragen Sie bitte hier eine Emailadresse ein, unter der wir Sie kontaktieren können:





**Wir wünschen Ihnen alles Gute für Ihre berufliche und private Zukunft
und danken Ihnen herzlich für Ihre Unterstützung!**



Proaktive Laufbahngestaltung in dynamischen
Gesellschaften

Längsschnittliche Evaluation einer
kompetenzorientierten Kurzintervention

Apel, C.

2015, XVIII, 73 S. 5 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-08350-2