

## Profil

Coach & Trainerin im Wissenschaftsbereich

### **Dr. rer. nat. Julia Lindenmair**

Jahrgang 1969

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 Selbstpräsentation.

Sie hat neben ihrer wissenschaftlichen Laufbahn eine professionelle Ausbildung zum systemischen Coach und 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 für Promovierende 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**

Dunckerstraße 4

10437 Berlin

Mobil ++49-175-4252999

Email: [julia.lindenmair@gmail.com](mailto:julia.lindenmair@gmail.com)

### **Coachingschwerpunkte:** Gruppen- und Einzelcoaching

- Karrierecoaching  
Karriereplanung  
Karrierestrategien für Wissenschaftler/innen  
Berufliche Umorientierung und Wechsel des wissenschaftlichen Arbeitsumfeldes  
Selbstpräsentation und Profilbildung  
Selbstmarketing und Positionierung  
Netzwerkaufbau
- Promotions- und Habilitationscoaching
- Coaching für Nachwuchsgruppenleiter/innen und neuberufene Professor/innen
- Work-Life-Coaching und Selbstmanagement  
Karriere mit Kindern  
Dual Career Couples
- Projekt- und Zeitmanagement
- Peer-Coaching-Gruppen

#### Methodik

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

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  
Leitung von Workshops z.B. zu den Themen:  
Erfolgreich promovieren  
Karrierestrategien und Laufbahnplanung  
Selbstmanagement und Work-Life-Balance im Wissenschaftsalltag
- Wissenschaftliche Präsentation  
Leitung von Workshops z.B. zu den Themen:  
Effektive Selbstpräsentation & Selbstmarketing in Wissenschaft und Forschung  
Professionelle Posterpräsentation – Forschungsarbeiten kurz und prägnant präsentieren  
Erfolgreich kommunizieren in Forschung und Lehre

#### 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**

- 2007-heute Koordinatorin für Schlüsselqualifikations-Trainings und Karriereentwicklungsmaßnahmen für Promovierende an der Humboldt Graduate School, Humboldt-Universität zu Berlin
- 2003-2006 Nachwuchsgruppenleiterin im Bereich Umweltwissenschaften am Institut Phytosphäre, Forschungszentrum Jülich
- 2001-2003 Projektmanagement BMBF-Projekt am Lehrstuhl für Bodenökologie, BITÖK, Universität Bayreuth
- 1998-2001 Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Bodenökologie, BITÖK, Universität Bayreuth
- 1989-1997 Geografiestudium an den Universitäten Heidelberg und Frankfurt/Main an der Schnittstelle Geistes-/Sozial- und Natur-/Lebenswissenschaften
- 1993 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
- European Platform of Women Scientists EPWS
- Verband berufstätiger Mütter e.V.
- Trainernetzwerk Arbeit, Bildung und Forschung Berlin e.V.