

Coaching voor jonge wetenschappers

Voor wie? Je bent enthousiast als promovendus, post-doc of UD aan een wetenschappelijke loopbaan begonnen en je merkt dat het nog niet meevalt hiervan een succes te maken.

- ✓ Misschien gaat het onderzoek niet snel genoeg of voel je je onzeker of het wel goed genoeg wordt? (Of vindt jouw supervisor dat.) Hoe zorg je ervoor dat je desondanks effectief doorwerkt?
- ✓ Misschien werk je dag en nacht, lijdt je privéleven eronder, en heb je bovendien het gevoel tekort te schieten? Je vraagt je af hoe je je werk beter kunt organiseren.
- ✓ Misschien vraag je je af waarvoor of voor wie je het eigenlijk doet? Of voel je je onzeker over je toekomst?
- ✓ Of misschien gaat het gewoon niet lekker en weet je niet waar het aan ligt? Dan is het tijd om uit te zoeken wat je dwars zit.

Je wilt uitzoeken hoe je meer plezier en vertrouwen in jouw werk en toekomst kunt krijgen.

Hoe? In vijf à zes sessies verhelderen we je vraag, bekijken we welke oorzaken eraan ten grondslag liggen en ontwikkel jij doelgerichte strategieën. Jij bepaalt aan welke vragen je (verder) wilt werken. In de slotsessie evalueren we en kunnen vervolgafspraken gemaakt worden.

Wil je snel resultaat, dan kun je ook kiezen voor een impulsessie van een hele middag. In drie à vier uur onderzoek je je probleem en maak je een plan voor concrete acties in de gewenste richting. Naderhand hebben we minimaal één keer contact over hoe het gaat. Desgewenst maken we een vervolgafpraak.

Wie ben ik? Ik startte mijn loopbaan als onderzoeker/universitair docent bij de RUG. In 1994 promoveerde ik. Daarna werkte ik aan de ontwikkeling en uitvoering van HRM en faculteitsbeleid, onder andere rond promovendi en het tenure track. Internationale ervaring deed ik op als 'visiting fellow' in Londen. In 2008 verliet ik de universiteit. Onderzoek bleef een belangrijk deel van mijn werkzaamheden. Ik vind mezelf een 'echte academicus'. Dat is niet altijd gemakkelijk. Ik stel hoge eisen aan mezelf en vraag me continu af: Klopt dit wel? Wie zegt dat? Heb ik wel alles bekeken? Goede vragen, die ook een uitstekende voedingsbodem zijn voor onzekerheid, uitstelgedrag en andere zaken waarvan ik soms last heb. In mijn loopbaan heb ik geleerd daarmee om te gaan. Sinds enkele jaren deel ik met veel plezier mijn ervaringen in de vorm van individuele coaching.

Opleiding

- ✓ PhD, Gedrags- en Maatschappijwetenschappen, Rijksuniversiteit Groningen
- ✓ Coachopleiding (NTI NLP), gecertificeerd lid van het NTI-NLP Gilde, verbonden aan de ethische code van het gilde
- ✓ Leergangen Appreciative inquiry (Noorderlink) en Systemisch waarnemen in organisaties (Anjo van der Wal)



Naam Ellen Offers
Contact info@ellenoffers.nl
Informatie +31 (0) 6 5757 6811
www.ellenoffers.nl
LinkedIn: <https://www.linkedin.com/in/ellenoffers/>

Counselling for young scientists

For whom? As a PhD, post-doc or assistant professor, you started your academic career very inspired and now you experience that it is not an easy job to make it a success.

- ✓ Maybe your research shows some delay or you feel insecure about its quality? (Or your supervisor thinks so.) How do you keep on working effectively?
- ✓ Maybe you work many hours, you neglect your personal life, and, on top of that, you have a sense of (potential) failure? You wonder how you can improve the organisation of your work.
- ✓ Maybe you wonder why or for whom you are working so hard? Or you feel uncertain about your future?
- ✓ Or maybe you just feel stuck, but you don't know why? It is time to find out what bothers you.

You want to find out how to regain pleasure and confidence in your work and future.

How? In five or six sessions we clarify your problem and investigate its causes. You determine your goal(s) and develop goal-oriented actions. In the last session, we evaluate the process. If necessary, continuing counselling can be planned.

If you want a quick solution, you can also ask for an impulse-session of one afternoon. In three to four hours, you investigate your problem and develop goal-oriented actions. Afterwards, at least once we will contact each other about how you succeeded in your actions. If you want to, a follow-up session can be planned.

Who am I? My career started at the University of Groningen. In the beginning I worked as a researcher/assistant professor. In 1994 I finished my PhD. Then, I contributed to the development and execution of HRM and faculty policy, in particular of PhD-students and tenure track. International experience I gained as a visiting fellow in London. In 2008 I left the university. Research have remained to be an important part of my activities.

I think of myself as a 'real academic'. Being this, is not always easy. I set myself high standards and ask all the time questions such as: Is this right? Whose opinion is this? Did I take everything into account? Good questions, that sometimes erode my self-confidence, make me postpone and create other annoying behaviour. During my career I have learned to cope with these habits. Since a few years, I share these experiences, with great pleasure, as a personal counsellor.

Education

- ✓ PhD, Behavioural and Social Sciences, University of Groningen
- ✓ Coach-training (NTI NLP). Certified member of the NTI-NLP Guild, kept to the ethic code of the guild
- ✓ Courses Appreciative inquiry (Noorderlink) and Systemic work in organisations (Anjo van der Wal)



Name Ellen Offers
Contact Information info@ellenoffers.nl
+31 (0) 6 5757 6811
www.ellenoffers.nl
LinkedIn: <https://www.linkedin.com/in/ellenoffers/>

