



UNIT FOR
FAMILY,
DIVERSITY
AND EQUALITY



UNIVERSITÄT
HEIDELBERG
ZUKUNFT
SEIT 1386

PERFEKTIONISMUS, PRODUKTIVITÄT UND SELBSTFÜRSORGE



Foto von John Schmörbich auf Unsplash

30.04.2026
10–16 Uhr
Raum 03.01
Voßstraße 5
69115 Heidelberg

WORKSHOP

mit dem Team des **Kompetenzzentrums Schreiben – für Frauen in der Wissenschaft**

Dr. Nina Fischer

Gründerin und Expertin in wissenschaftlicher Schreibberatung

Dr. Elisa von Minnigerode

Produktivitätsexpertin

Das Schreiben ist die wichtigste Währung in der Wissenschaft, aber zwischen zu vielen To-Dos und inneren Widerständen ist es eine große Herausforderung, das Schreiben in den Mittelpunkt zu stellen.

In diesem Workshop werden wir Strategien und Skills erarbeiten, die helfen, produktiver zu arbeiten, ohne uns im Perfektionismus zu verlieren und bis zur Erschöpfung zu arbeiten.

Wir wissen, wie wichtig Selbstfürsorge für unsere mentale und körperliche Gesundheit ist und nicht nur das – auch produktive und kreative Arbeit hängt von unserem Wohlbefinden ab. Lass uns gemeinsam in diese Themen einsteigen und neue Wege erkunden, wie sich das wissenschaftliche Leben nachhaltig effektiver, (selbst-)sicherer und gesünder gestalten lässt!

Weitere Informationen zum Thema und zu den Referentinnen gibt es beim **Kompetenzzentrum Schreiben – für Frauen in der Wissenschaft**. Der Workshop richtet sich an **FINTA*Personen**¹, die sich in der Promotion, Postdoc Phase oder einer Juniorprofessur befinden. Es wird bis spätestens **12. Juni 2026** um Anmeldung unter unify@uni-heidelberg.de gebeten. Die Plätze sind begrenzt.

¹ Frauen, Inter-, Nichtbinäre-, Trans- und Gender-Personen

Hier geht es zum
Kompetenzzentrum
Schreiben ▶

