



**Angewandte  
Psychologie**

Psychologisches Institut

# Summer School Doktoratskooperation

**28. bis 30. August 2024**

**Dorint Parkhotel Bad Zurzach, Bad Zurzach**

**Wertvolle Tipps  
zur erfolgreichen  
Promotion**



## Summer School 28. bis 30. August 2024

Jutta Stahl übt mit den Teilnehmenden anhand eines Fallbeispiels aus der Praxis die Anwendung des interaktiven Stressmodells von Gert Kaluza. Die Teilnehmenden setzen sich mit ihrem persönlichen Stresserleben und hilfreichen Bewältigungsstrategien auseinander. Von Michael P. Hengartner erhalten die Teilnehmenden Tipps wie sie als Gutacher:in gute Reviews schreiben, wie sie als Autor:in mit Reviews umgehen und mit den Herausgebern von Fachzeitschriften einen guten Kontakt pflegen. Mit Marc Schreiber erarbeiten die Teilnehmenden ihre persönliche Identitätskarte zu Lebensthemen, Eigenschaften & Charakterstärken, Motiven und Interessen sowie konkreten Strategien. Auf der Basis dieser Selbstreflexion stellen die Teilnehmenden Überlegungen zu ihrer beruflichen Zukunft an. Im Anschluss berichtet Silvia Deplazes von ihren Erfahrungen während ihres Doktoratsstudiums und schildert ihren beeindruckenden Karriereweg bis zu ihrer heutigen Funktion als Prorektorin Weiterbildung und Dienstleistung der PH Graubünden. Sandra Ulrich, frisch promoviert, gibt ebenfalls aktuelle Tipps rund ums Doktoratsstudium.

### Zielpublikum

Die Angebote richten sich in erster Linie an Doktorand:innen und angehende Doktorand:innen im Rahmen des von swissuniversities finanziell unterstützten Kooperationsprojekts. Es sind auch Professoren/innen und Dozierende, die am Kooperationsprojekt mitwirken, Doktorand:innen ausserhalb des Kooperationsprojekts und interessierte Mitarbeitende herzlich willkommen. Doktorierende, die ihr Doktorat im Rahmen des Kooperationsprojekts absolvieren, haben Vorrang. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

### Struktur

Der Arbeitsaufwand für das dreitägige Programm umfasst 18 Kontaktstunden und ca. 42 Stunden begleitetes Selbststudium. Das entspricht 2 ECTS. Die Teilnehmenden erhalten eine Teilnahmebestätigung, auf der die absolvierten Workshops ausgewiesen sind. Es wird vorausgesetzt, dass die unter Moodle angegebenen Vor- und Vertiefungsarbeiten im Selbststudium durchgeführt werden. Der Entscheid zur Anrechenbarkeit der ECTS-Punkte im Rahmen der Doktoratsvereinbarung liegt bei der Programmkoordination des jeweiligen Instituts der Universität.

### Kosten

Die Kurse werden grösstenteils aus den Mitteln von swissuniversities zur Förderung des Kooperationsprojekts zwischen Fachhochschulen und Universitäten im Bereich der Doktoratsausbildung finanziert. Für die Übernachtung im Einzelzimmer und die Verpflegung werden den Teilnehmenden die Hälfte der zwei Übernachtungen, der Seminarpauschale plus Kurtaxe verrechnet, d.h. insgesamt CHF 317. Die Spesen der Dozierenden werden vom Doktoratsprogramm getragen.

### Ort

Dorint Parkhotel Bad Zurzach, Badstrasse 44, 5330 Bad Zurzach, Tel. 056 269 88 11,  
<https://hotel-bad-zurzach.dorint.com>

### Anmeldung

Bis 30. Juni 2024 unter <https://www.zhaw.ch/de/psychologie/studium/doktorat/fortbildungen/>

## Informationen zur Doktoratskooperation

Die Summer School ist eines der Angebote, welches im Rahmen des von swissuniversities finanziell unterstützten Kooperationsprojekts angeboten wird. Die wichtigsten Informationen zum Kooperationsprogramm sind nachfolgend zusammengefasst. Siehe auch <https://www.zhaw.ch/de/psychologie/studium/doktorat>

### Ziele

**Personalentwicklung:** Förderung des wissenschaftlichen Nachwuchses an Fachhochschulen.

**Forschung:** Durch die Doktoratsprojekte sollen innovative und gesellschaftlich bedeutsame Forschungsfelder in folgenden vier thematischen Clustern weiterentwickelt werden:

- 1) Erleben, Verhalten und Lernen im Kontext sozialer und technologischer Innovationen
- 2) Psychische Gesundheit und Wohlbefinden
- 3) Umgang mit Risiken und Entscheidungsprozessen
- 4) Vielfalt von menschlichen Entwicklungen, Arbeits- und Lebensformen

Im Mittelpunkt stehen Themen des Wandels psychologischer und kommunikativer Phänomene und ihrer wissenschaftlichen Analysen im Hinblick auf aktuelle Anwendungsfelder.

**Vernetzung:** Die Doktorierenden erhalten diverse Möglichkeiten, sich zu vernetzen und sich über ihr Dissertationsprojekt in einem inspirierenden Forschungsökosystem auszutauschen.

**Synergien nutzen:** Besondere Stärken beider Hochschultypen werden verbunden – z. B. experimentelle Forschung am Institut für Kommunikationswissenschaft und Medienforschung der Universität Zürich und anwendungsorientierte Grundlagenforschung in den Bereichen Umwelt- und Gesundheitspsychologie und Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen an der ZHAW.

### Zulassungsvoraussetzungen für Doktorierende

- Die Doktorierenden arbeiten in der Regel an einer der beteiligten FH.
- Einzelne externe Doktorierende können zugelassen werden, wenn ihre Dissertationsthemen zu den Forschungsfeldern des Projektes passen.
- Die Arbeiten entstehen im Rahmen von Drittmittelprojekten und Projekten, die an Forschungsschwerpunkte der FHs gekoppelt sind. Die Forschung ist anwendungsorientiert.
- Die Zulassungsbedingungen für ein Doktoratsstudium an der jeweiligen Universität müssen erfüllt sein. Die Doktorierenden immatrikulieren sich an der Universität.
- Doktorierende verpflichten sich, im Rahmen des allgemeinen Doktorats mind. 12 ECTS-Punkte zu erbringen: durch entsprechende Module im Vorlesungsverzeichnis der Universität und/oder Angebote aus dem Kooperationsprojekt.

### Programmleitung

**Prof. Dr. Daniel Süss**, Psychologisches Institut der ZHAW, Institutsleiter und Professor für Medienpsychologie / Professor für Mediensozialisation und Medienkompetenz am IKMZ – Institut für Kommunikationswissenschaft und Medienforschung der Universität Zürich

### Programmkoordination und Kontakt

**PD Dr. Michael J. Burtscher** und **Brigitte Eich-Stierli, lic. phil.**

# Programm am Mittwoch, 28.08.2024

Zeitblock	Inhalt	Leitung
ab 10.00	Eintreffen (Anreise individuell), einchecken, Begrüssungskaffee, Früchte und Gebäck	
11.00-12.15	Begrüssung und Erläuterungen zum Programm  Kennenlernrunde	Prof. Dr. Daniel Süss  PD Dr. Michael J. Burtscher
12.30-13.30	<b>Mittagessen</b>	
13.30-18.00 inkl. Pause	Stressbewältigung	Jutta Stahl, Fachpsychologin für Klinische Psychologie und Psychotherapie am IAP, Institut für Angewandte Psychologie der ZHAW
18.30-20.00	<b>Abendessen Dorint Parkhotel Bad Zurzach</b>	

# Programm am Donnerstag, 29.08.2024

Zeitblock	Inhalt	Leitung
09.00-12.30 inkl. Pause	Wie schreibe ich gute Reviews? Tipps aus Editorensicht	PD Dr. Michael P. Hengartner, Projektleiter, Dozent und Klinischer Psy- chologe, Psychologisches Institut, ZHAW
12.30-13.30	<b>Mittagessen</b>	
13.30-17.00 inkl. Pause	Wie schreibe ich gute Reviews? Tipps aus Editorensicht	PD Dr. Michael P. Hengartner, Projektleiter, Dozent und Klinischer Psy- chologe, Psychologisches Institut, ZHAW
18.00-19.30	<b>Abendessen Dorint Parkhotel Bad Zurzach</b>	
19.45	<b>Spaziergang und gemütliches Beisammensein bei einem Drink</b>	

# Programm am Freitag, 30.08.2024

Zeitblock	Inhalt	Leitung
09.00-12.15 inkl. Pause	Meine berufliche Identität – Und was hat diese mit meinem Dissertationsprojekt zu tun?	Prof. Dr. Marc Schreiber, Professor für Persönlichkeits- und Laufbahnpsychologie, IAP, ZHAW
12.30-13.30	<b>Mittagessen</b>	
13.30-14.30	Karrierewege	Dr. Silvia Deplazes, Prorektorin Weiterbildung und Dienstleistung, PHGR
14.30-14.50	<b>Pause</b>	
14.50-15.50	Karrierewege	Dr. sc. med. Sandra Ulrich, wissenschaftl. Mitarbeiterin, Psychologisches Institut, ZHAW
16.00-16.45	Kurzes Fazit im Plenum und Schlusswort	Prof. Dr. Daniel Süss und PD Dr. Michael J. Burtscher

## **Stressbewältigung**

Stress! Wer kennt das nicht? Aber was genau ist das eigentlich? Im Grunde ist Stress ein wahrgenommenes Ungleichgewicht zwischen Anforderungen auf der einen und zur Verfügung stehender Ressourcen auf der anderen Seite. Das interaktive Stressmodell von Gert Kaluza (2015) ist ein nützliches Instrument, um in der Beratungspraxis, aber auch zur Selbsthilfe, das komplexe Zusammenspiel zwischen Belastungsfaktoren, persönlichen Bewertungs- und Bewältigungsmustern sowie Reaktionen auf der körperlichen, psychischen, sozialen und Handlungsebene zu analysieren und alle Einflussfaktoren, strukturiert darzustellen. Auf der Grundlage einer solchen Analyse lassen sich bereits praktizierte Strategien zur Reduktion des Erlebens von Stress systematisch erfassen und unter Rückgriff auf die zur Verfügung stehenden personellen Ressourcen und Ressourcen der Umwelt weitere Massnahmen entwickeln.

### Ziele

Anhand eines vorgegebenen Fallbeispiels aus der Beratungspraxis lernen die Teilnehmer:innen, wie das Modell angewendet werden kann, setzen sich mit ihrem persönlichen Stresserleben auseinander, reflektieren bereits angewendete Bewältigungsstrategien und entwickeln gemeinsam Ideen, welche Strategien darüber hinaus hilfreich sein könnten.

### Zielpublikum

Doktorand:innen, Doktoratsinteressierte. Mitarbeitende sowie am Kooperationsprojekt mitwirkende Dozierende/Professor:innen sind ebenfalls willkommen.

### Methodik

Selbststudium, Kurzreferat der Dozentin, Bearbeitung eines Falls aus der Beratungspraxis, Übungen in Kleingruppen zur Selbstreflexion sowie Austausch im Plenum

### Leitung

Jutta Stahl, Fachpsychologin für Klinische Psychologie und Psychotherapie am IAP, Institut für Angewandte Psychologie der ZHAW

### Datum/Zeit

Mittwoch, 28.08.2024, 13.30-18.00 Uhr, inkl. Pause

### Ort

Dorint Parkhotel Bad Zurzach

### Selbststudium

Wird in Moodle bekannt gegeben.

## Wie schreibe ich gute Reviews? Tipps aus Editorensicht

Der Workshop gibt eine vertiefte Einführung in das Schreiben von Reviews als Gutachter:in, dem Umgang mit Reviews als Autor:in und der damit verbundenen Beziehungspflege mit den Herausgebern der Fachzeitschriften. Die Teilnehmer:innen lernen den Umgang mit Reviews durch Inputs, Gruppendiskussionen und Übungen.

### Ziele

Das Ziel des Workshops ist die Grundlagen und den Umgang mit Reviews zu erlernen und wichtige Einsichten in diesen komplexen Prozess zu erhalten.

### Zielpublikum

Dokorand:innen, welche selbst Artikel publizieren und dadurch auch als Gutachter:innen von wissenschaftlichen Studien in Frage kommen.

### Methodik

Inputs, Diskussionen und Gruppenübungen

### Leitung

PD Dr. Michael P. Hengartner ist habilitierter Projektleiter am Departement Psychologie der ZHAW. Er hat über 160 peer-reviewte Artikel in wissenschaftlichen Fachzeitschriften publiziert und hat jahrelange Erfahrung als Reviewer und Editor.

### Datum/Zeit/Ort

Donnerstag, 29.08.2024, 09.00-17.00 Uhr (inkl. Pausen)

### Ort

Dorint Parkhotel Bad Zurzach

### Selbststudium

Wird in Moodle bekannt gegeben.

## **Meine berufliche Identität – Und was hat diese mit meinem Dissertationsprojekt zu tun?**

Im Workshop erarbeiten die Teilnehmenden ihre persönliche Identitätskarte. Diese beinhaltet wichtige «Lebensthemen», «Eigenschaften & Charakterstärken», «Motive und Interessen» sowie «Konkrete Strategien». Auf der Basis dieser Selbstreflexion stellen die Teilnehmenden Überlegungen bezüglich der beruflichen Zukunft an. Diese können sich auf das Dissertationsprojekt oder auch auf die berufliche Zukunft nach der Promotion beziehen. Der Workshop basiert auf narrativen Verfahren und ermöglicht eine Reflexion bezüglich des eigenen Menschenbildes sowie der Vor- und Nachteile qualitativer und quantitativer Forschungsmethoden.

### Ziele

- Reflexion der eigenen beruflichen Identität
- Erarbeiten der eigenen beruflichen Identitätskarte
- Ableiten von Strategien und Handlungen für die berufliche Zukunft

### Zielpublikum

Doktorand:innen, Doktoratsinteressierte. Mitarbeitende sowie am Kooperationsprojekt mitwirkende Dozierende/Professor:innen sind ebenfalls willkommen.

### Methodik

- Selbstreflexion und Austausch in der Gruppe
- Theorieinput mit Bezug zu drei Paradigmen der beruflichen Entwicklung

### Leitung

Prof. Dr. Marc Schreiber, Professor für Persönlichkeits- und Laufbahnpsychologie, IAP, ZHAW

### Datum/Zeit

Freitag, 30.08.2024, 09.00-12.15 Uhr, (inkl. Pause)

### Ort

Dorint Parkhotel Bad Zurzach

### Selbststudium

Wird in Moodle bekannt gegeben.

## **Karrierewege**

Vorbilder können für die eigene Karriere sehr inspirierend sein. Es ist uns eine grosse Freude und Ehre, dass sich Dr. Silvia Deplazes und Dr. sc. med. Sandra Ulrich bereit erklärt haben, ihre Erfahrungen während des Doktorats und bei ihren anschliessenden Karriereschritten weiterzugeben.

### Ziele

Inspiration und Motivation für die eigene Karriereplanung erhalten und das eigene Netzwerk erweitern.

### Zielpublikum

Doktorand:innen, Doktoratsinteressierte. Mitarbeitende sowie am Kooperationsprojekt mitwirkende Dozierende/Professor:innen sind ebenfalls willkommen.

### Methodik

Erfahrungsbericht mit anschliessender Diskussion

### Leitung

Dr. Silvia Deplazes, Prorektorin Weiterbildung und Dienstleistung, PHGR  
Dr. sc. med. Sandra Ulrich, wissenschaftliche Mitarbeiterin, Psychologisches Institut,  
ZHAW

### Datum/Zeit

Freitag, 30.08.2024

13.30 - 14.30 Uhr: Dr. Silvia Deplazes

14.50 - 15.50 Uhr: Dr. sc. med. Sandra Ulrich

### Ort

Dorint Parkhotel Bad Zurzach

### Selbststudium

Es werden keine speziellen Vorbereitungen verlangt.

## Anfahrt

### Mögliche Verbindung

09.06 Uhr	ab Zürich HB mit IR 16 (Richtung Bern) , Gleis 15
09.21 Uhr	an Baden, Gleis 3
3'	Umsteigen
09.24 Uhr	ab Baden mit S27 (Richtung Bad Zurzach), Gleis 4
09.54 Uhr	an Bad Zurzach, Gleis 1
2'	Fussweg
09.58 Uhr	ab Bad Zurzach, Bahnhof mit Bus 3
10.01 Uhr	an Bad Zurzach, Dorint Parkhotel Bad Zurzach

## Rückfahrt

### Mögliche Verbindung

ca. 6'	zu Fuss vom Dorint Parkhotel Bad Zurzach zum Bahnhof Bad Zurzach
17.33 Uhr	ab Bahnhof Bad Zurzach mit S36 (Richtung Koblenz), Gleis 1
17.41 Uhr	an Bahnhof Koblenz, Gleis 3
3'	Umsteigen
17.44 Uhr	ab Bahnhof Koblenz mit S27 (Richtung Baden), Gleis 4
18.03 Uhr	an Baden, Gleis 4
5'	Umsteigen
18.08 Uhr	ab Baden mit IR36 (Richtung Zürich), Gleis 1
18.24 Uhr	an Zürich HB, Gleis 16



Zürcher Hochschule  
für Angewandte Wissenschaften

# Angewandte Psychologie

Psychologisches Institut  
Pfingstweidstrasse 96  
Postfach  
CH-8037 Zürich

Telefon +41 58 934 83 10  
Fax +41 58 935 83 10

E-Mail [info.psychologie@zhaw.ch](mailto:info.psychologie@zhaw.ch)  
Web [zhaw.ch/psychologie/pi](http://zhaw.ch/psychologie/pi)



[blog.zhaw.ch/iap](http://blog.zhaw.ch/iap)