

Schreiben. Vernetzen. Vorankommen.

Der Writing-Retreat für Promovendinnen

16.-19. März 2026

im Landhotel Karrenberg im Hunsrück
für Promovendinnen in Rheinland-Pfalz

mit **Prof. Dr. Carmen Ulrich**

Bewerbungsfrist 02.02.2026

Du bist eine Frau und promovierst in Rheinland-Pfalz?
Du willst deinen Schreibprozess reflektieren und neue
Motivation finden?

Dann bist du hier genau richtig!

Wir bieten dir drei Tage fokussiertes Arbeiten,
professionelle Inputs und gezielten Austausch mit
anderen Promovendinnen.

Finde jetzt Fokus und Motivation, um deiner
Dissertation neuen Schwung zu geben.

Wir freuen uns auf dich!



Schreiben. Vernetzen. Vorankommen.

Worum geht es?

Der Writing-Retreat richtet sich an **Promovendinnen aller Fachrichtungen**, die ihren Schreibprozess aktiv voranbringen möchten. Dabei spielt es keine Rolle, in welcher Phase deiner Promotion du dich befindest oder was dich gerade umtreibt. Ob du an einer Schreibblockade festhängst, deinen wissenschaftlichen Schreibstil weiterentwickeln möchtest oder dir einen Motivationsschub wünschst: Der Retreat unterstützt dich dabei, wieder ins Schreiben zu kommen und nachhaltige Schreibstrategien zu entwickeln.

Im Mittelpunkt steht dabei sowohl dein **individuelles Projekt** als auch der **Austausch** mit anderen Promovendinnen. In einer fokussierten und wertschätzenden Atmosphäre habt ihr die Möglichkeit, euch zu vernetzen, voneinander zu lernen und gemeinsam in eurer Promotion voranzukommen.

Der Writing-Retreat wird von **Prof. Dr. Carmen Ulrich** gestaltet und kombiniert fachliche Inputs mit praxisnahen Übungen und begleiteten Schreibphasen. Carmen Ulrich ist seit 2020 apl. Professorin für Neuere deutsche Literatur an der LMU München und seit 2021 Referentin für Internationales und Qualitätssicherung an der Bergischen Universität Wuppertal. Seit 2019 ist sie selbstständige Coachin und Trainerin im akademischen Kontext und unterstützt v.a. Promovierende in allen Phasen des Dissertationsprojekts.

Es handelt sich um eine Maßnahme des **Landesgleichstellungsprogramms an Hochschulen in Rheinland-Pfalz** zur Förderung von Frauen in der Wissenschaft. Die Ausschreibung richtet sich daher ausschließlich an Frauen, die an einer staatlichen Hochschule in Rheinland-Pfalz promovieren.

Ablaufplan – was erwartet dich?

Montag, 16.03. – Ankommen & Einstimmen (Anreise bis 14 Uhr)

14-18	<ul style="list-style-type: none">• Begrüßung, Kennenlernen, Ziele setzen• Input: Vom großen Ziel zum SMART-Ziel• Einführung: Arbeitsplatz einrichten – mental und lokal
ab 19	<ul style="list-style-type: none">• Elevator-Pitches & Peer-to-Peer-Feedback

Dienstag, 17.03. – Flow & Fokus

9-12	<ul style="list-style-type: none">• Input: In den Flow kommen• Persönliche Schreibzeit• Parallel: Einzelcoachings (je 30 min.)
14-18	<ul style="list-style-type: none">• Persönliche Schreibzeit• Parallel: Kurzworkshop Prokrastination überwinden
ab 19	<ul style="list-style-type: none">• Elevator-Pitches & Peer-to-Peer-Feedback

Mittwoch, 18.03. – Strategien & Stil

9-12	<ul style="list-style-type: none">• Input: Schreibtypen & Schreibstrategien• Persönliche Schreibzeit• Parallel: Einzelcoachings (je 30 min.)
14-18	<ul style="list-style-type: none">• Persönliche Schreibzeit• Parallel: Kurzworkshop Akademisches Schreiben – was ist ein guter Stil?
ab 19	<ul style="list-style-type: none">• Elevator-Pitches & Peer-to-Peer-Feedback

Donnerstag, 19.03. – Abschluss & Ausblick (Abfahrt ab 13 Uhr)

9-12	<ul style="list-style-type: none">• Workshop: Karrierestrategien & Self-Empowerment• Gemeinsamer Ausblick
------	--

Wann und Wo?

Der Writing-Retreat findet vom **16.03. bis 19.03.2026** statt.

Landhotel Karrenberg

Straßheck 3

55481 Kirchberg

An- und Abreise müssen von den Teilnehmerinnen selbstständig organisiert werden.

Kosten

Die Kosten für die Referentin und Unterkunft werden vollständig vom Landesgleichstellungsprogramm übernommen.

Für die Teilnehmerinnen fällt lediglich eine **Tagungspauschale von 65 Euro pro Tag** an (insgesamt 195 Euro) an, die direkt vor Ort an das Hotel zu entrichten ist.

Bewerbung

Die Plätze sind auf maximal 12 Teilnehmerinnen begrenzt. Zur Bewerbung sende bitte eine PDF-Datei mit den folgenden Inhalten (insgesamt max. 1 eine Seite) in einer formlosen E-Mail an

heyneeuni-trier.de.

- Angabe von Namen, Hochschule und Fach
- Kurze Skizze des Promotionsprojekts und des konkreten Textes (z.B. Abschnitt der Dissertation, Paper, Forschungsantrag etc.) der im Rahmen des Retreats bearbeitet werden soll
- Persönliche Zielsetzung: Warum ist dieser Retreat genau jetzt das Richtige für dich? Was möchtest du dort erreichen?

Bewerbungsschluss ist der 02.02.26. Verbindliche Zusagen werden am 09.02.26 verschickt.

Hinweise zur Teilnahme

Mehrfach marginalisierte Personen, insbesondere Promovendinnen mit Migrationshintergrund und Erstakademikerinnen werden besonders zur Bewerbung ermutigt. Sollte es mehr Bewerbungen als Plätze geben, wird eine Warteliste geführt.

Die **Anmeldung ist verbindlich**. Bitte überdenke daher bereits bei Ihrer Bewerbung, ob du den Termin auch wirklich einhalten kannst. Erfolgt der Rücktritt so spät, dass wir den Platz nicht über die Warteliste füllen können, werden der Teilnehmerin die Gesamtkosten der Teilnahme (inkl. Unterbringung) in Rechnung gestellt.

Zusagen stehen unter folgendem **Vorbehalt**: Falls die Mindestteilnahmezahl unterschritten wird, die Referentin erkrankt ist oder andere nicht zu beeinflussende wichtige Gründe vorliegen, kann das Seminar abgesagt oder verschoben werden. Falls das Seminar abgesagt wird, besteht kein Anspruch auf dessen Durchführung.

Mit Ihrer Anmeldung erklärt sich die Bewerberin einverstanden, dass ihre **Daten** elektronisch gespeichert und zweckbestimmt verarbeitet werden. Die Daten werden von der Gleichstellungsmanagerin für die Dauer des Zwecks der Datenerhebung gespeichert und können nur von dazu berechtigten Personen eingesehen werden.

Damit Bewerberinnen auch künftig über die Angebote des zentralen Landesgleichstellungsprogramms informiert bleiben, nehmen wir sie automatisch in unsere **Mailingliste** auf. Eine Abmeldung hiervon kann jederzeit per E-Mail an heyne@uni-trier.de erfolgen.

Es handelt sich um eine Veranstaltung der Universität Trier im Rahmen des Gleichstellungsprogramms vom Landesministerium für Wissenschaft und Gesundheit Rheinland-Pfalz. **Für weitere Fragen steht die Gleichstellungsmanagerin Ragna Heyne unter heyne@uni-trier.de zur Verfügung.**

Ein Retreat, in dem Schreiben Raum bekommt,
Vernetzung entsteht und Fortschritt möglich wird.

Wir freuen uns auf euch!

