

# Bewerbungsbogen – Förderprogramm „DocYouMent\_CAREPAKET“

## Antragstellung

---

### 1. Persönliche Angaben

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Institut/Klinik: \_\_\_\_\_

Position (z. B. wissenschaftliche\*r Mitarbeiter\*in, Arzt oder Ärztin in Weiterbildung, Studierende, MTV etc.):

\_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse: \_\_\_\_\_

Telefonnummer (dienstlich): \_\_\_\_\_

---

### 2. Angaben zur familiären Lebenssituation

Bitte schildern Sie kurz Ihre derzeitige familiäre Situation (z. B. Mutterschutz, Elternzeit, Pflege von Angehörigen, besondere Belastungen durch Betreuungspflichten).

### 3. Angaben zur beruflichen Lebenssituation

Bitte schildern Sie kurz Ihre derzeitige berufliche Situation (z. B. Tätigkeitsumfang und Tätigkeitsbereich).

---

### 4. Möchten sie uns noch etwas mitteilen?

### 5. Welche der folgenden Unterstützungsmaßnahmen möchten Sie gerne in Anspruch nehmen?

(Mehrfachnennungen möglich)

- Unterstützung durch ein Einzelcoaching (bis zu 3 Coaching-Sitzungen)
- Unterstützung durch eine temporäre Studentische Hilfskraft

Für den Fall, dass Sie sich eine Unterstützung durch ein **Einzelcoaching** wünschen, fügen Sie bitte die ausgefüllte **Anlage A** Ihrer Bewerbung bei.

Für den Fall, dass Sie sich eine Unterstützung durch ein **Studentische Hilfskraft** wünschen, fügen Sie bitte die ausgefüllte **Anlage B** Ihrer Bewerbung bei.

*! Beachten Sie bitte: Das Unterstützungsangebot einer Studentischen Hilfskraft richtet sich an alle Personen, die **derzeitig promovieren oder bereits promoviert sind und wissenschaftlich** an der Medizinischen Fakultät der RUB inklusive der Universitätsklinik tätig sind (einschließlich Ärzt\*innen an den Kliniken)*

# Bewerbungsbogen – Förderprogramm „DocYouMent\_CAREPAKET“

ANLAGE A: Unterstützung durch ein Einzelcoaching

---

## 1. Haben Sie bereits Erfahrungen mit Coaching?

- nein
- ja, ich weiß, was Coaching bedeutet
- ja, ich habe bereits ein Coaching wahrgenommen

### Kurze Definition Coaching:

Coaching ist ein ziel- und lösungsorientierter Prozess, bei dem eine Person (Coach) eine andere Person (Coachee) durch Fragen, Impulse und Reflexion unterstützt, eigene Potenziale zu erkennen, Entscheidungen zu treffen, Lösungsansätze zu finden und im besten Fall gesetzte Ziele zu erreichen.



## 2. Welche Themen bringen Sie im Themenkomplex der Vereinbarkeit von Beruf und Familie für ein Einzelcoaching mit?

Für den Fall, dass wir Sie für ein Einzelcoaching in Betracht ziehen, werden wir Sie für ein **kurzes Gespräch** kontaktieren, um gemeinsam einen geeigneten Coach für Sie zu finden.

## 3. Bestätigung und Unterschrift

Mit meiner Unterschrift bestätige ich die Richtigkeit der Angaben.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift:

# Bewerbungsbogen – Förderprogramm „DocYouMent\_CAREPAKET“

ANLAGE B: Unterstützung durch eine studentische Hilfskraft

---

## 1. Wie kann Ihnen eine studentische Hilfskraft weiterhelfen?

Beschreiben Sie bitte, welche konkreten Herausforderungen in der Vereinbarkeit von Beruf und Familie aktuell bestehen und weshalb die Unterstützung durch eine SHK notwendig ist.

---

## 2. Geplanter Einsatz der SHK

### Wie wird die SHK zum Einsatz kommen?

Bitte erläutern Sie die geplanten Tätigkeitsbereiche (z. B. Literatur- und Datenrecherche, Unterstützung im Labor, organisatorische Tätigkeiten, Lehrunterstützung).

---

## 3. Stundenumfang und Zeitraum

- Geplanter Stundenumfang pro Woche: \_\_\_\_\_
- Gewünschter Förderzeitraum (von/bis): \_\_\_\_\_

#### 4. Voraussichtliche Kosten

*Sofern Sie an einer Klinik beschäftigt sind: Da die Kosten für eine Hilfskraft an den Kliniken im Vergleich zum Campus abweichen, möchten wir Sie bitten, die zu erwartenden Arbeitgeberkosten anzugeben.*

- Geplanter Stundenlohn: \_\_\_\_\_
  - Erwartete Gesamtkosten: \_\_\_\_\_
- 

#### 5. CV

Bitte fügen Sie einen **kurzen CV** (max. 2 Seiten) bei.

---

#### 6. Bestätigung und Unterschrift

Mit meiner Unterschrift bestätige ich die Richtigkeit der Angaben.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: