



UNIVERSITÄT  
ZU KÖLN



Vielfalt &  
Chancen  
gerechtigkeit

# DEIN RAUM!

Moderierte Gespräche für Betroffene und Beobachter\*innen von  
Machtmissbrauch und Diskriminierung im akademischen  
Kontext der Universität zu Köln

Sehr geehrte Interessent\*innen, liebe Promovierende und Postdocs,  
herzlich willkommen bei **Dein Raum!**

Gern möchten wir Ihnen das Projekt vorstellen.

## WARUM DEIN RAUM!?

An der Universität zu Köln existieren zahlreiche Beratungs-, Unterstützungs- und Beschwerdeangebote für Betroffene von Diskriminierung und Machtmissbrauch.

Eine Übersicht über einige dieser Angebote finden Sie in dem Infoblatt anbei.

Trotzdem dauern missbräuchliche Machtbeziehungen oft lange an, bevor Betroffene ihr Schweigen brechen und aktiv Unterstützung suchen.

Von ehemals Betroffenen wissen wir, dass diese Zeit des Schweigens mit sehr großem Leidensdruck belastet sein kann:

Mit der Angst vor einer Eskalation der Situation und eventuellen beruflichen oder akademischen Konsequenzen mischten sich häufig ein Gefühl der Isolation, Selbstzweifel, Schuldgefühle und eine große Verunsicherung.

Betroffene berichten, dass sie sich oft sehr schwertaten, missbräuchliche oder diskriminierende Erfahrungen am Arbeitsplatz oder im Betreuungsverhältnis klar als solche zu identifizieren, und sie suchten den Grund für die erlebten Schikanen in eigenen Unzulänglichkeiten. Sie stellten ihr Erleben und ihre emotionale Reaktion auf diese Erlebnisse in Frage: „Übertreibe ich? Bin ich überempfindlich? Selbst schuld? Wissenschaftlich ungeeignet?“

In einer solchen Lage ist es schwer, das passende Unterstützungsangebot für den Umgang mit der Situation zu finden: Egal ob Gegenwehr, Aushalten, Abbruch der Promotion, Wechsel des Betreuungs- oder Arbeitsverhältnisses oder ganz andere Optionen: Jede Strategie hat ihre Herausforderungen und besonderen Konsequenzen, die allein, in Angst und unter Druck, ohne Rückhalt und die notwendigen Informationen, nur schwer einzuschätzen sind.

Wenn Sie selbst betroffen sind oder solche Situationen in Ihrem Arbeitsumfeld beobachten, möchten wir Ihnen deshalb ein zusätzliches Entlastungs- und Orientierungsangebot machen, das in Abstimmung mit ehemals Betroffenen entwickelt wurde und vom Diversity-Projekt-Fonds der Universität finanziert wird.

Es ergänzt die bestehenden Beratungs- und Unterstützungsangebote an der Universität zu Köln zwar, findet praktisch aber außerhalb des Uni-Kontexts statt.

## WAS BIETEN WIR AN?

Das Pilotprojekt **Dein Raum!** soll als freiwilliger, vertraulicher und von einer geschulten Person moderierter Gesprächskreis nach dem Modell einer Betroffenen-Selbsthilfegruppe funktionieren. Bis zu 12 von Machtmissbrauch und Diskriminierung betroffene Promovierende und Postdocs sollen hier einen sicheren Raum zur Reflexion und zum Erfahrungsaustausch untereinander vorfinden.

Geplant sind für das akademische Jahr 2024/25 zunächst sechs Termine in ca. zweimonatigem Abstand.  
Die Termine dauern jeweils (je nach Gruppengröße) max. 2 Stunden und finden am Spätnachmittag statt.

## DAS BESONDERE:

**Dein Raum!** richtet sich zwar ausschließlich an Promovierende (auch extern Promovierende) und Postdocs der Universität zu Köln.

**Dein Raum!** soll Ihnen aber räumlich und organisatorisch größtmögliches Inkognito ermöglichen.

Auch wir als Organisations-Team werden Ihren Namen nicht erfahren. Eine Kommunikation über ein Pseudonym und neutrale E-Mail ist möglich.

## WIE FUNKTIONIERT DAS?

Die Treffen werden moderiert von Dipl.-Psych. Claudia Viganske, selbstständige Psychotherapeutin, Mediatorin und psychologische Coachin (BDP) mit eigener Praxis.

Claudia Viganske ist eigens für die Moderation von **Dein Raum!** beauftragt und gemäß § 203 StGB zur Verschwiegenheit über alle ihr in Ausübung ihres Berufes anvertrauten oder bekannt gewordenen Geheimnisse verpflichtet.

Sie ist in ihrer Funktion unabhängig und niemandem berichtspflichtig. Sie ist, über diesen Auftrag hinaus, nicht an der Universität zu Köln oder dem Universitätsklinikum beschäftigt, hat keine weiteren Aufträge für Universität oder Uniklinik und forscht, lehrt oder prüft nicht hier.

Die Treffen finden in einem Raum in 50937 Köln statt, der nicht zur Universität zu Köln gehört und barrierefrei zugänglich ist.

Der Treffpunkt für die Gesprächsrunden wird den angemeldeten Teilnehmenden von Claudia Viganske bekanntgegeben; er ist darüber hinaus nur dem Organisationsteam bekannt. Mitglieder des Organisationsteams werden nicht an den Sitzungen teilnehmen.

Um die Identität der Teilnehmenden vor den übrigen Mitarbeitenden der Universität incl. des Orga-Teams zu schützen, erfolgt die Anmeldung deshalb direkt bei Claudia Viganske, die mit jeder\*jedem Interessierten ein kurzes, persönliches Vorgespräch führt zur Information über das Konzept der Gesprächsgruppe sowie individuelle und allgemeine Teilnahmevoraussetzungen (Vertraulichkeit, Besonderheiten der Gruppensituation, No-Gos für Teilnehmende, Ausschluss unberechtigter Teilnahmewünsche, Termine, etc.).

Das Orga-Team erhält Informationen nur in anonymisierter Form (Teilnehmendenzahl, Anliegen); Claudia Viganske vermittelt auch bei eventuellen Rückfragen im Vorfeld oder verbleibenden Restplätzen.

## WAS IST UNSER ZIEL?

Machtmissbrauch und Diskriminierung zu erleben, schädigt Betroffene nicht zuletzt auch durch die damit einhergehende praktische und subjektiv-emotionale Verunsicherung über die eigene Situation und über mögliche Auswege.

Wir möchten, dass Sie mit dieser Verunsicherung nicht allein bleiben.

Der vertrauliche und empathische Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen soll an Ihre Bedürfnisse angepasst sein und Ihnen mehr Sicherheit in der Analyse Ihrer konkreten Situation bieten. Er soll Sie dabei unterstützen, Souveränität im Umgang mit der Situation zu erlangen, und dabei helfen, Ihre eigenen sowie die Ressourcen der Gruppe für eine konstruktive Auseinandersetzung und für die Wahl der für Sie individuell geeigneten Bewältigungs- bzw. Lösungsstrategien zu nutzen.

## ERGEBNISOFFENHEIT:

Die Teilnahme an **Dein Raum!** ist ergebnisoffen und soll einen geschützten Freiraum für Orientierung und Selbstklärung bieten. Dies kann ein erster Schritt aus der oft erlebten Isolation und Hilflosigkeit sein.

Das Angebot zielt nicht darauf, Sie zu einer bestimmten Handlungsoption zu bewegen oder Sie von einem bestimmten Vorgehen abzuhalten; es beinhaltet auch keine Rechtsberatung.

Es ist völlig in Ordnung, nach den Gesprächen zunächst nichts Weiteres folgen zu lassen. Sie haben auch später zu jedem Zeitpunkt weiterhin Gelegenheit, die Beratungs- und Unterstützungsangebote an der Universität zu nutzen.

Solche Entscheidungen brauchen Zeit. Nehmen Sie sich diese Zeit!

Als Teilnehmende\*r erhalten Sie eine Info-Sammlung über die Angebote der Universität zu Köln; Sie entscheiden aber jederzeit selbst, ob Sie es bei den Gesprächen belassen, weitere Beratung in Anspruch nehmen, die Situation allein weiter überdenken oder auch weitere private, institutionelle oder rechtliche Schritte unternehmen möchten.

## WAS BIETEN WIR NICHT?

Bei besonders belastenden Erlebnissen kann es vorkommen, dass ein Austausch unter Betroffenen nicht ausreicht, um das Erlebte zu bewältigen.

Hier kann es daher ratsam sein, zusätzlich eine reguläre psychotherapeutische Unterstützung in Anspruch zu nehmen, die über das hinausgeht, was **Dein Raum!** bieten kann und will.

**Dein Raum!** als psychosoziales Entlastungsangebot wird von einer

Psychologin moderiert, kann und soll aber kein Ersatz für eine Psychotherapie sein.

Sollten Sie von vornherein den Eindruck haben, dass eine Psychotherapie für Sie angeraten sein könnte, bitten wir Sie deshalb, sich parallel zu Ihrer Teilnahme an **Dein Raum!** auch um einen Psychotherapieplatz zu bemühen.

## WER IST „WIR“?

### MODERATION:



Dipl.-Psych. Claudia Viganske  
Einzel-, Paar- und Familientherapie (HPG)  
Psychoanalytisch-systemische Kinder-  
u. Jugendlichentherapeutin (APF)  
Psychologische Mediatorin (BAFM / BDP/  
QVM)  
Coachin (BDP)  
Ottostraße 29  
50823 Köln

<https://coaching-info.net/>

Neben ihrer freiberuflichen Praxistätigkeit ist Claudia Viganske in der Regionalstelle Psychosoziale Unterstützung beim Polizeipräsidium Düsseldorf beschäftigt.

Ein Fokus ihrer Aufgaben dort liegt auf der Präventionsarbeit und der Einzel-, Team- und Gruppensupervision für Polizeibeschäftigte mit einem hohen Risiko für aufgabenbezogene Traumakonfrontation.

### PROJEKT- UND ORGA-TEAM:

Prof. Dr. Jutta Stahl, Prodekanin für Akademische Karriere und Chancengerechtigkeit und Professorin für Differentielle Psychologie und Psychologische Diagnostik:

<https://www.hf.uni-koeln.de/33398>

Dr. Ira Maschmann, (M.Sc. Psych.), Differentielle Psychologie und Psychologische Diagnostik, Lehrkraft für besondere Aufgaben:

<https://www.hf.uni-koeln.de/33219>

Dr. Caroline Gaus, Graduiertenschule der Humanwissenschaftlichen Fakultät:

<https://hf-graduiertenschule.uni-koeln.de/ueber-uns>

**Dein Raum!** ist ein Pilotprojekt.

Aus diesem Grund soll **Dein Raum!** im Anschluss an das erste Jahr evaluiert werden.

In diesem Zusammenhang würden wir uns über Ihre Eindrücke und Ihre Verbesserungsvorschläge sehr freuen, dies wird in Form einer anonymen Teilnehmenden-Befragung erfolgen.

## SIE HABEN FRAGEN, MÖCHTEN ABER LIEBER ANONYM BLEIBEN?

Fragen (außer zu den konkreten Terminen) beantworten wir gerne über das Kontaktformular:

<https://dein-raum.uni-koeln.de/fragen-und-kontakt>

Hier können Sie auch anonym Ihre Fragen stellen, wenn sie uns eine neutrale E-Mail-Antwortadresse und ein Pseudonym hinterlegen.

Informationen zu den Terminen erhalten die angemeldeten Teilnehmenden exklusiv direkt von der Moderatorin.

## WIE KÖNNEN SIE TEILNEHMEN?

Sie überlegen, ob **Dein Raum!** Ihnen eine Hilfe sein könnte? Dann probieren Sie es aus und melden sich **ab dem 26.08.2024** an unter

[DeinRaum@Viganske.de](mailto:DeinRaum@Viganske.de) !

Das Projekt beinhaltet ein telefonisches oder persönliches Vorgespräch zur Klärung von Fragen und der allgemeinen Rahmenbedingungen.

Bitte geben Sie deshalb in Ihrer Anmeldung auch eine Telefonnummer an und ggf. Zeiten, in denen Sie erreichbar wären.

Diese Telefonnummer wird von Frau Viganske nicht an Dritte weitergegeben, sondern dient lediglich der Kontaktaufnahme.

Sie haben dann immer noch Gelegenheit, sich für oder gegen die Teilnahme zu entscheiden; das Gespräch und sein Ergebnis bleiben auf jeden Fall vertraulich.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie sich mit **Dein Raum!** Ihren Raum nehmen!

Mit herzlichen Grüßen

Claudia Viganske, Jutta Stahl, Ira Maschmann und Caroline Gaus

**VERANTWORTLICH**

Prof. Dr. Jutta Stahl  
Dr. Ira Maschmann  
Dr. Caroline Gaus

**KONTAKT**

<https://dein-raum.uni-koeln.de/>

**GEFÖRDERT DURCH DEN DIVERSITY-PROJEKT-FONDS DER  
UNIVERSITÄT ZU KÖLN**