

## DE STELLING

Voor promovendi zijn stellingen bij het proefschrift een gelegenheid om hun persoonlijke en professionele overtuigingen voor het voetlicht van wetenschap en maatschappij te brengen. In deze rubriek lichten zij hun meest prikkelende stelling toe. Dit keer Hanan Tadele Dessalegn, die op 21 februari promoveerde bij Water Resources Management.



‘Voor een succesvol promotietraject is emotiemanagement belangrijker dan intelligentie’

‘Natuurlijk zijn intelligentie en technische expertise belangrijk om succesvol te promoveren, maar ik denk dat emotiemanagement een cruciale factor is. Als promovendus kom je vaak voor onverwachte uitdagingen te staan, zoals experimenten die niet gaan zoals gepland, problemen met data-analyse of afwijzingen van publicaties. Goed emotiemanagement is dan essentieel om je PhD te halen, gemotiveerd te blijven en focus te houden op je eigen doelen.

Daarnaast moet je als promovendus op een duidelijke en bondige manier communiceren met collega's, begeleiders en andere belanghebbenden. Het begrijpen en beheersen van je eigen emoties én die van anderen is heel belangrijk voor effectieve communica-

tie, het opbouwen van positieve relaties en het omgaan met conflicten.

Ik heb twee kinderen, allebei geboren tijdens mijn promotietraject. Als beurspromovendus krijg je geen kinderopvangtoeslag, dus ik moest een extra baan nemen. Het was eigenlijk te veel: een PhD van 36 uur per week, een bijbaan van 28 uur en de zorg voor de kinderen en het huishouden. Ik ben blij dat het me is gelukt. Gelukkig steunt mijn man mij, zonder hem was het onmogelijk geweest. Het is mijn mentaliteit om nooit op te geven, ook niet als het stressvol en problematisch is. Ik vind het belangrijk het goede voorbeeld te geven aan mijn kinderen, daar haalde ik mijn inspiratie uit. Ik wilde mijn PhD afmaken om ze te laten zien dat het wel kan, ook al is het moeilijk.’ ❧