

יציאה לפוסט-דוקטורט לאופק של קריירה באקדמיה

פרופ' איריס שי
הפקולטה למדעי הבריאות



מסלול הסגל הבכיר באקדמיה

מעבר לעמדת עצמאות ומנהיגות

- מרצה
- מרצה בכיר
- קביעות
- פרופ' חבר
- פרופ' מן המניין

משולש הזהב : מאמרים, הוראה, מענקי מחקר



אז איך מתכוננים לפוסטדוקטורט?

- אסטרטגיה משפחתית
- דוקטורט מצוין
- מאמרים, מאמרים, מאמרים
- השתתפות והרצאות בכנסים בארץ ובחו"ל networking
- פרסים
- אימון בהוראה/ תרגול
- למידה אישית של מקורות מימון
- מנחה מפרגן/ת
- רושם טוב על כלל צוות הפקולטה בארץ
- פירוט על חיפוש מעבדה, פנייה וראיון קבלה בהמשך..



איך להפוך את הפוסט-דוק למעולה?

מה עושים כדי שזה באמת יהיה ה"פוסט" הנחוץ לקריירה באקדמיה?

- להעריך את החוויה המשפחתית
- פרסום מאמרים עם המנחה מחו"ל
- לצאת מהמעבדה: קורסים, סמינרים, הרצאות
- השתתפות בכנסים בחו"ל
- לנסות להיות מעורב/ת בהגשת מענק מחקר
- קשרים בינאישיים עם הקולגות והמנחים
- עבודה על שיתופי פעולה תוך כדי הפוסט-דוק
- יצירת קשרים בחו"ל למחקר ולהמלצות בהמשך

Improve your English



איך מכוונים לקליטה חזרה במוסד אקדמי בארץ?

- שמירה על קשר עם המוסדות בארץ לטובת קליטה באקדמיה
- מעקב אחר פניות, פנייה אקטיבית לראשי מחלקות רלוונטיים.

- הצעה לבוא ולתת הרצאה

- מכתב מקדים יחד עם CV

- במכתב המקדים: מה למדתי, מה השגתי, כיצד אני (בענווה) יכולה לתרום למחלקה

- להתחיל לאחר הישג פרסומי או מחקרי, לא להמתין יותר מידי שנים

- אין לנו ארץ אחרת

- עמותת BioAbroad לסיוע למדענים ויזמים ישראלים השוהים בחו"ל לחזור לישראל <http://www.bioabroad.org.il/>



**פוסט-דוקטורט:
חיפוש מעבדה, פנייה וראיון קבלה**



Thanks to : Prof Maya Schuldiner



Step 1: Decide on your tactic

Tactic 1: choose by person/lab

Tactic 2: choose by field



Tactic 1: Choosing by person/lab

1. Ask **scientists** that you appreciate
2. Look at **websites**
3. Or, first choose **city/country/university**



Tactic 2: Choosing by Topic

1. Go to a conference on that topic
2. Ask the best people in Israel from that field
3. See who publishes in good journals in that field



KNOW YOURSELF

- **What is your personality and work style?**
 - Close mentoring OR independence
 - Large rowdy lab OR small & quiet
 - Fast track OR slow paced
 - Do work hours matter to you?

- **What are your research interests?**
 - Basic research/ applied science
 - theoretic work/visual person/manual work



Researching a lab

- Read several **abstracts** of their latest work
- Go for **interviews** (even if the PI accepts you by phone etc.)
- Talk to **students** in the lab or to **people** who know that lab



Know the PI...

- Choosing a mentor is like marrying –**make sure you LIKE her/him**
- A good advisor will serve as a mentor as well as a source of technical assistance.
- **Trust your instincts**



Applying for labs

- Before you send a letter **have someone put in a good word for you**. Most good labs might not even open your CV.
- Send a **polite letter**, **NOT GENERAL**, give enough background on yourself and be specific about your interests.
- Read the **labs recent papers**. In your request letter, state what **particular aspect of their research/ experiment** it is that **caught your attention**.
- **ALWAYS** attach a **CV** (in pdf format).
- Make sure your CV is perfect.
- If you **make life easy for the PI** there is a greater chance they will take the time to consider you.



Make sure to actually get an answer and not assume that you've been rejected.

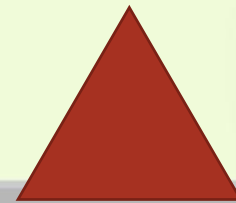


Interviewing

- Prepare a 3 minute talk about your previous lab project/experience or about who you are
- Think of 2/3 reasons why this is the right lab for you.
- **KNOW THE LAB!**
- Don't be afraid to ask questions
- Ask if you can talk to people in the lab and hear about their projects



- **BE YOURSELF**
- **BE ENTHUSIASTIC**



קבלת ביקורת בחו"ל

האם אני יודע/ת לקבל ביקורת?

- **הקשב** לביקורת- אל תפריע באמצע
- **אל תנסה להוכיח למה הוא טועה.** גם אם אתה צודק- חשוב למה זה לא התבטא כהלכה
- **נסה לחזור על הביקורת** במילותיך כדי לראות אם הבנת
- **כתוב את דברי הביקורת** לחשיבה מאוחרת
- אמור **"תודה רבה"** ואל תיתן ביקורת על הביקורת



נקודות אפשריות להצלחה בקריירה אקדמית

- בעירה פנימית
- Aim high הפוך ל"מומחה" בנושא
- ניהול זמן Stay focused, be open minded
- אני והמנחה שלי - אקטיביות, טכניקה מול חשיבה מדעית
- משולש הזהב : מאמרים, הוראה, מענקי מחקר
- פוסט דוקטורט
- Networking
- אופן פנייה, אופן קבלת ומתן ביקורת
- אין טיסות סולו



A white bird, possibly a seagull, is shown in flight against a bright blue sky with scattered white clouds. The bird is positioned in the upper half of the frame, with its wings spread wide. The overall scene is bright and clear.

ב ה צ ל ח ה

רשימת קרנות חלקית לפוסט-דוק



רשימת קרנות לסיוע במימון פוסט-דוקטורט בחו"ל (רשימה חלקית)

קרנות ישראליות לסיוע לפוסט-דוק בחו"ל:

מלגות ות"ת-דוקטורנטיות מצטיינות	מי מגישה/מועמדות	תאריך הגשה	אוכלוסיית יעד	מס' מלגות בשנה	גובה מלגת בסיס	סיוע נוסף ו/או התחייבות נדרשת
מלגות ות"ת-דוקטורנטיות מצטיינות	אוני' המחקר בארץ	1.10.13	דוקטורנטיות מצטיינות מאוניברסיטאות המחקר בישראל	10	\$20,000 לשנה, למשך שנתיים לכל היותר	המלגה מיועדת לסיוע במימון הוצאות מחיה, כרטיסי טיסה למלאית ולמשפחה והוצאות בגין מעבר המשפחה לחו"ל
עמיתי רוטשילד	מוסד אקדמי	N/A	בוגרי אוני' ישראליות; עד 3 שנים לאחר קבלת הד"ר	• 12 במדויקים • 6 בחברה ורוח	שנה ראשונה, \$37,500	+ לבני זוג וילדים +מענקי נסיעה * מלגות נוספות-עד \$35,000
פולברייט	המועמד/ת	עד ינואר	עד שנתיים לאחר קבלת הד"ר; לארה"ב ; עדיפות לבני גיל עד 35;	16	שנה ראשונה, \$37,500	+ ביטוח בריאות נדרש מימון נוסף בחו"ל; התחייבות לשוב לארץ לשנתיים לפחות
ISEF	המועמד/ת	ההרשמה לשנה"ל 2013-2014 טרם נפתחה	סטודנטים מצטיינים מעוטי יכולת כלכלית, רקע חברתי-מנהיגותי מהפריפריה ; בוגרי צבא או שירות לאומי; ד"ר מהארץ	עד 4-5 בשנה	עד \$10,000 לשנה	נדרש מימון נוסף בחו"ל; ניתן להאריך משנה עד שלוש; התחייבות לשוב לארץ
קידום נשים במדע (ויצמן)	המועמדת	עד יוני	נשים מצטיינות שסיימו PhD במדעי טבע ומדויקים בישראל; עד 2 שנים אחרי קבלת הד"ר	10	-\$15,000 \$25,000 לשנה למשך שנתיים	גובה פרס לפי מצב משפחתי; חובה לקבל מלגה נוספת
הקרן לבריאות וסביבה	המועמד/ת	• דצמבר • אפריל (שני מחזורים)	חוקרים ורופאים המעוניינים להשתלם בתחומים הקשורים להשפעות זיהום סביבתי על בריאות האדם ; בוגרי ד"ר בארץ עד 3 שנים מקבלתו	עד 4	\$40,000 לשנה	+ לבני זוג וילדים +מענקי נסיעה * מלגות נוספות עד \$35,000



המועצה להשכלה גבוהה
COUNCIL FOR HIGHER EDUCATION
וועדה לתכנון ולקצוב | Planning & Budgeting Committee



קרנות בינלאומיות לסיוע לפוסט-דוק בחו"ל:

מי מגישה/ מועמדות	תאריך הגשה	אוכלוסיית יעד	מלגות בשנה	גובה מלגת בסיס	סיוע נוסף ו/או התחייבות נדרשת
הזכות בישראל תומלצנה לאונסקו	לישראל: עד מאי	נשים עד גיל 35; עד 4 שנים מקבלת הד"ר	15 מכל העולם	2 מלגות בסך 50,000 \$ כל אחת	הזכות במלגה הישראלית תומלצנה ע"י הוועד הישראלי לאונסקו לפרס בינ"ל של אונסקו-לוראל, פריס (בסך \$20,000 לכל זוכה).
HFSP	29.8.2013	חוקרים צעירים בביולוגיה; עד 4 שנים מקבלת הד"ר; העדפה למדינות חברות	כ-100	\$45,000 בשנה ל-3 שנים	+תמיכה למשפחה +תמיכה במעבר
Marie Curie	מלגות IEF, IOF: 14.8.2013 מלגת CIG: 18.9.2013	כולם; עדיפות לנשים; לפחות 4 שנות מחקר במשרה מלאה או ד"ר, מחוץ ל EU.	N/A	עד 58.5 אלף יורו בשנה, עד 3 שנים	+תמיכה למשפחה +נסיעות +התחייבות לחזור בשנה שלישית לישראל או אירופה
Newton	עד אפריל למלגות שנה שאחרי	חוקרים מצטיינים; צעירים; למוסדות בבריטניה	40	לשנתיים: £24,000 לשנה למחיה £8,000 + למחקר עד 10 שנים; מענק שנתי של £6,000	+מענקי נסיעה; + מחויבות להמשך קשר עם הקרן
NIH	כל הזמן	רפואה, ביולוגיה, מדעים והנדסה; צעירים; עד 5 שנים מאז קבלת ד"ר; למוסדות NIH בארה"ב	כ-500	\$44,000 - \$50,000 בשנה הראשונה; הולך וגדל	
JSPS	המוסד המארז	כולם; צעירים; עד 5 שנים מאז קבלת ד"ר; העדפה למוסדות ביפן	כ-270	שכר כ-4,500 \$ לחודש; עד \$19,000 לשנה לשת"פ בנ"ל; עד שנתיים	+נסיעות +התמקמות \$2,500



מי מגישה/ מועמדות	תאריך הגשה	אוכלוסיית יעד	מלגות בשנה	גובה מלגת בסיס	סיוע נוסף ו/או התחייבות נדרשת
LEIBNITZ-DAAD	מרץ	כולם; לגרמניה; עד 2 שנים מקבלת ד"ר		1,840 יורו לחודש; עד שנה	
MINERVA	ינואר יוני (שני מחזורים)	כולם, צעירים, לגרמניה; עד 4 שנים מקבלת ד"ר		2,100 – 2,300 יורו לחודש; 30.5- שנים	+סיוע למשפחה
HUMBOLDT	בכל זמן	כולם, לגרמניה; עד 4 שנים מקבלת ד"ר	כ-2	2,250 יורו לחודש + 500-800 יורו לחודש למחקר; 0.5-2 שנים	+סיוע למשפחה +נסיעות
FYSSEN	מרץ	תחומים מסוימים (פסיכו/ניורו, ארכיאולוגיה, אנתרופולוגיה...); במדעי הטבע עד גיל 35, אחרת עד 40; לצרפת		פוסט ראשון: 25,000 יורו פוסט מתקדם: עד 20,000 יורו; 1-2 שנים	
CHATEAU BRIAND	ינואר	מדעים והנדסה, צעירים, לצרפת; מיד אחרי קבלת הד"ר; לא לאזרחי צרפת		1,704 יורו בחודש; לשנה בלבד	+נסיעות
AXA	פברואר מרץ (שני מחזורים)	כולם, צעירים; מיד אחרי קבלת הד"ר; למוסדות שברשת	30	60,000 שנתיים	


 המועצה להשכלה גבוהה
 المجلس التعليمي العالي
 COUNCIL FOR HIGHER EDUCATION
 הוועדה לתכנון ולתקצוב | Planning & Budgeting Committee



חיזוקים חיוביים בניהול קריירה מדעית

- אם **המנחה** שלך הגיב מהר/ אפקטיבי
- אם שמעת **הרצאה** טובה
- אם קראת/ ביקרת **מאמר** טוב

חיזוק חיובי צריך להיות בזמן, ספציפי ופרופורציונאלי



האם אני יודע לתת ביקורת?

The Sandwich method

- 1st: what to keep
- 2nd: what to change
- 3rd: How to change it



The Do's and Don'ts of giving a 3-minute talk

DO (Science Tips)

- Give a broad introduction
- Use simple words
- End broad
- Summarize with the importance / implications



DO (General recommendations)

- Show enthusiasm
- Use body language
- Use examples and analogies

Try to enhance the chance of a conversation:

- Create a dialogue (ask questions)
- Make it personal (relating to the other persons experiences/science)



Do Not:

- Dive straight into the details
- Use Jargon, acronyms
- Go out of proportion
- Go too deep or spend time on technical details
- Exaggerate

