



”

MENTORING-PROGRAMM

für Doktorandinnen

KarriereWegeMentoring

Landesweites Mentoring
für Doktorandinnen in M-V

Programm

Oktober 2020 – Dezember 2021



• Oktober 2020	Einführung in das Mentoring	Willkommen im Mentoringprogramm, Kennenlernen der Gruppe, Vorstellung der Programmabläufe, organisatorische Absprachen, Konkretisierung der persönlichen Mentoring-Ziele, Entwicklung von Auswahlkriterien für die Mentor*innen, Impulse zur Mentor*innensuche, Klärung der Mentee- und Mentor*innenrolle, Vorbereitung des Erstgesprächs, Verabredungen über die Zusammenarbeit in der Gruppe und mit der Programmleitung, Ausgangsevaluation. Referentinnen: Annette Ehmler, Angela Hoppe Greifswald: Do. 15.10.2020, 09:00-16:30 Uhr Festsaal und Erkerraum des IBZ, Bahnhofstraße 2-3
• Oktober 2020	Einführung in die Kollegiale Beratung	Die „Kollegiale Beratung“ wird durch Input und Übungen vorgestellt, um dieses Instrument nachhaltig für die Zusammenarbeit in den Peer-Gruppen kompetent und eigenständig anzuwenden. Sie hilft dabei, Konflikte im Arbeitskontext zu bearbeiten, Hürden leichter zu nehmen und die persönlichen Ziele zu erreichen. Die Bildung von kleinen Peer-Gruppen wird empfohlen. Referentinnen: Annette Ehmler, Angela Hoppe Greifswald: Fr. 16.10.2020, 09:00-13:00 Uhr Festsaal im IBZ, Bahnhofstr. 2-3
• Oktober 2020	Zusatzangebot Angekommen! Berufliche Optionen promovierter Mentees	Für Interessierte: Mit diesem neuen digitalen Format wollen wir den Wissenstransfer zu Feldern außerhalb der Wissenschaft für Mentees und Alumnae unserer Mentoring-Programme anschaulich und lebendig erschließen. Im Gespräch mit interessierten Mentees berichten die beiden Gesprächspartnerinnen und ehemaligen Mentees <u>Anica Graf</u> , Medical Science Liaison Manager beim Pharmaunternehmen Eisai Oncology und <u>Maria Nordengrün</u> , Medical Advisor bei der auf Gesundheitskommunikation spezialisierte Netzwerkagentur greyhealth group, von ihren Erfahrungen, geben Einblicke und lassen sich gerne ausfragen. Referentinnen: Anica Graf und Maria Nordengrün Digital: Do. 29.10.2020, 15:00-16:30 Uhr
• Dezember 2020	Seminar Karriereplanung – Karrierewege innerhalb und außerhalb der Hochschule	Die Planung der eigenen beruflichen Laufbahn steht im Mittelpunkt dieses Seminars. Die Teilnehmerinnen reflektieren zunächst ihre bisherigen beruflichen Stationen und ziehen Bilanz über das Erreichte. Das Seminar bietet dann Raum für die Zielsetzung und Ableitung der nächsten Schritte. Referentin: Dr. Dieta Kuchenbrandt, Leipzig Greifswald: Di. 01.12.2020 10:00 – 15 Uhr, Online Rostock: Mi. 02.12.2020 09:00–17.00 Uhr, Beratungsraum Schwaansche Straße 2
• Januar 2021	Matchingphase	Mentor*innensuche durch die Mentee, Akquise durch Programmverantwortliche, Erstkontakt und Erstgespräch zwischen Mentee und Mentor*in. Bis 31.01.2021
• Februar 2021	Zusatzangebot Karrieretag Berlin - Berufsfelder und Berufslaufbahnen kennenlernen	Seit Jahren empfehlen wir (ehemaligen) Mentees gerne die Teilnahme am Karrieretag der Humboldt-Graduate School Berlin. Etwa 20 meist promovierte Berufstätige geben Einblicke in ihre Berufslaufbahnen und Berufsfelder. Sie berichten sehr persönlich über Einstiege, Umstiege, Hürden, Chancen, sowie Herausforderungen im Arbeitsalltag und stellen sich den Fragen des Publikums. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, die Referent*innen persönlich zu sprechen. Mentees unseres Programms erhalten eine kostenlose Einladung zur Teilnahme. Online: Di. 23.02.2021, 09:00 – 16:30 Humboldt Graduate School und FU Berlin
• März 2021	Netzwerkveranstaltung Gesprächsrunde mit DFG-Kollegiat*innen	Für Interessierte: Welche Kriterien muss ein DFG Antrag erfüllen, um erfolgreich zu sein? Und welche Chancen verbinden sich damit? Eine Gesprächsrunde mit DFG Fachgutachter*innen der Uni Greifswald soll sich mit diesen und anderen Fragen zu DFG-Anträgen beschäftigen. Mentees werden Gelegenheit haben, sich mit verschiedenen Expert*innen auszutauschen und diese nach ihren individuellen DFG-Biographien zu befragen. Referentinnen: Prof. Barbara Bröker, Prof. Katharina Riedel und Prof. Gabriele Uhl Online: Mo. 01.03.2021, 14:00 – 16:00 Uhr



• März 2021	Seminar Zeitmanagement	Wissenschaftlerinnen stehen im ständigen Spannungsfeld zwischen Kooperation und Konkurrenz innerhalb eines Teams, zwischen persönlicher Zielverfolgung, Team- und Projektinteressen. Hinzu kommen verschiedene Rollenverständnisse, mit denen man im wissenschaftlichen Alltag Kolleg*innen und Vorgesetzten begegnet. Anhand introspektiver Methoden und Simulationsübungen erlernen die Mentees, Konflikte zu erkennen, darüber zu kommunizieren und Lösungen in die Wege zu leiten. Es wird eine anschließende individuelle Prozessbegleitung angeboten. Referentin: Dr. <u>Dieta Kuchenbrandt</u> , Leipzig Online: Di. 09.03.2021, 09:00-17:00 Uhr: Workshop Zeitmanagement, 10.03.: Themenoffene Einzelcoachings für interessierte Mentees
• März 2021	Netzwerkveranstaltung Side by side – Gleichberechtigte Karriere in der Partnerschaft	Für Interessierte: Was bedeutet es für ein Paar, wenn die Frau plötzlich viel mehr arbeitet und verdient als der Partner? Wie kommen Paare zum Thema gleichberechtigte Karriere ins Gespräch? Die Psychologin Martina Lackner hat mit den Männern gesprochen und stellt ihr Buch "Männer an der Seite erfolgreicher Frauen - Side by Side an die Spitze" vor. Im Anschluss an die Buchvorstellung möchten wir uns gemeinsam mit Ihnen zu Ihren Erfahrungen austauschen. Wie bringen Sie die Familie und Partnerschaft mit der eigenen Karriere in Einklang? Wie kommen Sie ins Gespräch und wie verhandeln andere Paare eine gleichberechtigte Karriereentwicklung untereinander aus? Fragen, die Sie betreffen, können in dieser Gesprächsrunde an die Referentin gestellt werden. Wir freuen uns auf Sie und Ihren/Ihre Partner*in! Referentin: Dipl.-Psych. Martina Lackner, Eltville Online: 23.03.2021, 14:00 – 16:00 Uhr via Zoom Anmeldung erfolgt online
• März 2021	Moderiertes Menteetreffen	Austausch über Erstgespräche und bisherige Erfahrungen mit Mentor*innen, Klärung von Fragen. Referentin: Annette Ehmler Greifswald: Termin wird noch bekannt gegeben
• April 2021		Zwischenevaluation Online
• April 2021	Angekommen! Berufliche Option promovierter Mentees	Für Interessierte: Welche Möglichkeiten gibt es für promovierte Wissenschaftlerinnen außerhalb der klassischen Wissenschaftskarriere? In unserer Veranstaltungsreihe „Angekommen“ Berufliche Optionen promovierter Mentees wollen wir ehemalige Mentees vorstellen, die eine Karriere abseits des traditionellen Wissenschaftskontexts gemacht haben. Dieses Mal berichtet Frau Dr. Franziska Tanneberger, Leiterin des Greifswalder Moorzentrums und ehemalige Mentee des Post-Doktorandinnen Programms (2013) von ihren Erfahrungen im Zukunftsrat Mecklenburg-Vorpommern, von welchem sie seit September 2020 Vorsitzende ist. Referentin: Frau Dr. Franziska Tanneberger Greifswald: 20.04.2021, 14:00 – 15:30 Uhr digital
• April/ Mai 2021	Zwischenevaluation und Auswertung	Reflexion der individuellen Entwicklung und des bisherigen Nutzens des Mentoring-Programms für die berufliche Laufbahn, Austausch über Erfahrungen in den Mentoring-Tandems, Vorstellung der Evaluations-Ergebnisse, Planung der Schritte für die verbleibende Programmzeit. Referentinnen: Annette Ehmler, Angela Hoppe Greifswald: Termin wird noch vereinbart
• Mai 2021	Netzwerkveranstaltung Erasmus für Wissenschaftlerinnen	Für Interessierte: Ob für Absolventinnen, Doktorandinnen oder als wissenschaftliche Mitarbeiterin – das Erasmusprogramm oder Gastdozenturen bieten (finanziell) attraktive Möglichkeiten Auslandsaufenthalte zu realisieren. Beantragung, Ablauf und mögliche Inhalte der unterschiedlichen Erasmus-Mobilitätsoptionen werden vorgestellt. Referentinnen: Roberta Wirminghaus und Nadine Voigt, International Office Universität Greifswald Online: Fr. 07.05.2021, 10:00 – 11:30 Uhr
• Mai 2021	Zusatzangebot: Gute wissenschaftliche Praxis – Publikation und Autorschaft	Für Interessierte: In der Veranstaltung geht es um Fragen wie: Was müssen Sie als Forscherinnen getan haben, um die Autorschaft zu verdienen? Was reicht nicht aus, um Autorin zu sein? Welche Rechte und Pflichten ergeben sich für Sie als Autorinnen? Wer legt fest, wer Autor bzw. Autorin sein darf? Wie können Sie sich im Konfliktfall verhalten? Bei welchen Stellen können Sie Hilfe finden? Referent: Dr. Michael Schöner Graduiertenakademie Greifswald: Mi. 26.05.2021, 09:00 – 13:00 Uhr Festsaal im IBZ, Bahnhofstraße 2-3, eventuell online
• Juni 2021	Festwoche 10 Jahre Mentoring	Online Auftakt zu 10 Jahre Mentoring. Veranstaltungen anlässlich des Jubiläums finden bis Ende des Jahres an der Uni Greifswald statt. Gastvortrag: Stefanie Drese, Sozialministerin des Landes Mecklenburg-Vorpommern



		Keynote: Prof. Dr. Marieke van den Brink, Radboud University Nijmegen, Niederlande Greifswald: Mo. 21.06.2021, 14:00-16:30 Uhr
• Juni 2021	Zusatzangebot: Ich bin dann mal weg! Wege aus der Wissenschaft	Für Interessierte: In diesem Vortrag werden Strategien und Perspektiven besprochen für einen erfolgreichen Übergang von der Wissenschaft zu den beruflichen Möglichkeiten außerhalb universitärer Mauern. Den eigenen „Marktwert“ für alternative Karrierewege zu identifizieren soll die Teilnehmer/innen außerdem darin unterstützen, Zuversicht und Gelassenheit auch für die beruflichen Möglichkeiten innerhalb des Wissenschaftsbetriebs zu entwickeln Referentin: Dr. Dieta Kuchenbrandt, Leipzig Online: Di. 22.06.2021, 17:00 – 19:00 Uhr Anmeldung: erfolgt online über die Graduiertenakademie.
• Juni 2021	Zusatzangebot Verhandeln – Gehalt. Ressourcen. Interessen.	Für Interessierte: Am Beispiel der Gehaltsverhandlung möchte Susan J. Moldenhauer dazu einladen, die Haltung zum Thema Geld und Gehalt zu hinterfragen und dies als selbstverständlich anzusehen. Es wird eine ganzheitliche und fundierte Strategie entwickelt, um bei nächsten Verhandlungen zu punkten. Erfahren Sie, wie Sie Ihren Marktwert und Gehälter recherchieren und wie Sie Tipps aus der Verhandlungspsychologie nutzen können. Ein Exkurs in Sprache und Körpersprache rundet die ganzheitliche Vorbereitung auf die Gehaltsfrage ab. Referentin: Susann J. Moldenhauer, Finanzwirtin, Karriere- u. Finanzcoach Online: Fr., 25. Juni 2021, 8:30 – 10:00 Uhr
• Juli 2021	Netzwerkveranstaltung Bewerbungsmappen-Check	Für Interessierte: Im vertraulichen Kreis regen wir einen Austausch an zu einzelnen Fragen in Bezug auf Bewerbungen und bringen gute Beispiele für Lebensläufe und Anschreiben mit. Referentinnen: Annette Ehmler, Angela Hoppe Greifswald: Di. 06.07.2021, 14:00 – 16:00 Uhr
• August 2021	Zusatzangebot: Umgang mit wissenschaftlichen Daten	Für Interessierte: Die Veranstaltung zielt darauf ab, was im Umgang mit wissenschaftlichen Daten zu beachten ist und klärt Fragen wie: Wem gehören die wissenschaftlichen Daten? oder Was passiert mit „meinen“ Daten im Falle eines Orts- oder Betreuungswechsels? Referent: Dr. Michael Schöner, Graduiertenakademie Greifswald: Mi. 18.08.2021, 09:00 – 13:00 Uhr Festsaal im IBZ, Bahnhofstraße 2-3, eventuell online
• August 2021	Seminar Präsenztraining und Selbstmarketing für Wissenschaftlerinnen	Wie lassen sich Sprache und Körpersprache gezielt als wirkungsvolle Rhetorik für einen souveränen Auftritt einsetzen? Dieses Seminar mit Cornelia Beckmann thematisiert die Kunst, den ersten Eindruck zu bestimmen und beleuchtet Einflussfaktoren auf die persönliche Überzeugungskraft. Die Teilnehmerinnen erhalten Tipps zum Umgang mit Nervosität sowie Sprech- und Stimmtraining. Weitere Programmpunkte sind der Vergleich vom Selbst- und Fremdbild, Reden ohne Vorbereitung, die Verteidigung des eigenen Standpunktes sowie das souveräne Argumentieren und Antworten auf schwierige Fragen, emotionale Einwände oder Provokationen. Referentin: Cornelia Beckmann, Berlin Greifswald: Mi. 25.08.2021 von 11:00-17:00 Uhr und Do. 26.08.2021 von 09:00-16:30 Uhr, Konferenzsaal, Uni Hauptgebäude, Domstraße 11 Rostock: Do. 29.04.2021 10:00–17:00 Uhr & Fr.30.04.2021 09:00–16:00 Uhr
• September 2021	Netzwerkveranstaltung Berufsoption FH-Professur	Für Interessierte: Von Anfang an im Blick – die berufliche Alternative einer FH-Professur. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Hochschule Neubrandenburg statt. Interessierte erhalten die Gelegenheit, die Hochschule zu besuchen und dort mit einzelnen Professorinnen ins Gespräch zu kommen. Sie berichten von ihren beruflichen Erfahrungen und Karriereverläufen. Dabei geben sie wertvolle und persönliche Tipps bezüglich einer FH-Professur. Neubrandenburg: Di. 14.09.2020, 14:00-16:00 Uhr
• September 2021	Forum 100 Tage Professur	Für Interessierte: Ehemalige Mentees, die Professuren angenommen haben und frisch berufene Frauen an der UG, berichten über ihre Anfangszeit, was sie dabei unterstützt hat und geben Empfehlungen für Interessierte. Referentinnen: neue Professorinnen Greifswald: Mo. 06.09.2021, 16:00-18:30 Uhr, Pommersches Landesmuseum



• September/ Oktober 2021	Zusatzseminar Netzwerktraining in der Wissenschaft	Karrieren werden in Netzwerken gemacht! – Die Mentees werden eingeladen, ihr persönliches Netzwerk zu analysieren, Netzwerke als strategisches Karriereentwicklungsinstrument kennenzulernen und entsprechende Kompetenzen zu entwickeln bzw. zu erweitern. Referentin: <u>Deborah Ruggieri</u> , Berlin Greifswald: Do. 30.09.2021 , im IBZ, Bahnhofstraße 2-3 Rostock: 01.10.2021, BR Schwaansche Str. 2
• Oktober 2021	Netzwerkveranstaltung Gespräch mit Gleichstellungs- beauftragten	Für Interessierte: Welche Aufgaben übernimmt die zentrale Gleichstellungsbeauftragte? In welchen Situationen berät sie und an welchen Verfahren ist sie eingebunden? Über diese und andere Fragen geht es in der Netzwerkveranstaltung. Referentinnen: <u>Ruth Terodde</u> , zentrale Gleichstellungsbeauftragte der Uni Greifswald und Kolleginnen der Fakultäten Greifswald: Termin wird noch bekannt gegeben
• November 2021	Seminar Führungsanforderungen in der Wissenschaft	Die Teilnehmerinnen werden in diesem Training eingeladen, ihr Verständnis von Führung zu definieren, ihre eigene Rolle als Führungskraft zu entwickeln, Führungstechniken zu lernen und hiermit ihre berufliche Entwicklung erfolgreich zu erweitern. Dieses Training wird als Online-Seminar durchgeführt und die Teilnehmerinnen haben die folgenden Präsenzzeiten: 10:00-12:00 Uhr und 14:00-16:00 Uhr In der Zwischenzeit werden Aufgaben vorbereitet und durchgeführt, um die Ergebnisse in den Präsenzzeiten vorzustellen. Referentin: <u>Deborah Ruggieri</u> , Berlin Greifswald: Do. 11.11.2021 von 09:00-16:00 Uhr Rostock: 10.11.2021
• November 2021	Zusatzangebot der Graduiertenakademie Perspektiventag	Informationsveranstaltung für Interessierte und Promovierende. Angeboten werden Vorträge und Karriereforen von der Themenfindung über die Finanzierung einer Promotion bis zu beruflichen Perspektiven danach. Greifswald: Di. 23.11.2021 Alfried Krupp Wissenschaftskolleg, Martin-Luther-Str. 14
• Winter 2021		Abschlussevaluation Online
• Winter 2021	Individuelle Abschlussgespräche	Individuelle Abschlussgespräche zur Evaluation des Programms und Rückblick auf den Programmverlauf. Die persönlichen Erfahrungen für die berufliche Entwicklung werden ausgewertet und Programmeffekte identifiziert. Termine: werden individuell vereinbart
• Winter 2021	Abschlussveranstaltung	Verabschiedung und Aufnahme als Alumnae. Greifswald: Uhrzeit und Ort werden noch bekannt gegeben

WEITERE VERANSTALTUNG

• 2021	Netzwerkveranstaltung Berufsoption Öffentlicher Dienst	Für Interessierte: Die Option "Öffentlicher Dienst" ist für viele promovierende und promovierte Frauen eine interessante, berufliche Perspektive. Zu dieser Veranstaltung eingeladen sind fünf Frauen aus dem öffentlichen Dienst in Mecklenburg-Vorpommern mit Promotionen aus den Bereichen der Geisteswissenschaften, Psychologie, Agrarwissenschaft oder Jura. Sie werden von ihrem Werdegang und den damit verbundenen Erfahrungen berichten und mit den Teilnehmerinnen ins Gespräch kommen. Greifswald: Termin wird noch bekannt gegeben
--------	--	--

Die **Seminare** finden ganztägig für die ausgewählte Mentoring-Gruppe an der Universität Greifswald statt. Bei Terminschwierigkeiten gibt es die Möglichkeit, die Seminare nach Absprache an der Universität Rostock zu besuchen.

Bei den **Netzwerkveranstaltungen** treffen die Mentees auf andere junge Wissenschaftlerinnen und geladene Gäste zum fachübergreifenden thematischen Austausch. Diese Veranstaltungen finden an unterschiedlichen Orten, zumeist in Greifswald oder Rostock statt.

Im **Peer-Mentoring** setzen sich die Mentees mit Hilfe der Kollegialen Beratung intensiv mit eigenen Zielen und Fortschritten auseinander. In Kleingruppen entsteht ein konkurrenzfreier, disziplinübergreifender Austausch.



Coaching bietet professionelle Beratung: Die Mentees thematisieren aktuelle Herausforderungen in Bezug auf ihre Arbeitssituation und Karriere in Einzelberatungen mit einer professionellen Coach (auf Nachfrage). Das Coaching wird individuell organisiert.

Programmverantwortung: Annette Ehmler - KarriereWegeMentoring