

# plan m – Mentoring in Science



Für geschlechtergerechte  
Karrierewege in  
der Wissenschaft

## Mit plan m Ihren Weg in der Wissenschaft gestalten

**Sie sind Promovendin, Post-Doktorandin  
oder Habilitandin und wollen Ihre Zukunft  
in der Wissenschaft gestalten?**

In dem Mentoringprogramm »plan m – Mentoring in Science« können Sie gemeinsam mit Professor\*innen und Expert\*innen die nächsten Schritte Ihrer Laufbahn planen. Sie lernen die zentralen Kompetenzfelder des Karrieremanagements in der Wissenschaft kennen und entwickeln wichtige Handlungsstrategien. Dazu gehört auch eine Auseinandersetzung mit strukturellen Hürden für bestimmte Personengruppen in der Wissenschaft, in der tendenziell weiße unbeeinträchtigte Wissenschaftler begünstigt werden, die vermeintlich ausschließlich in der Forschung aufgehen. Ein zentraler Fokus dieses Programms ist die Anerkennung, Stärkung und Sichtbarmachung von verschiedenen Lebensrealitäten innerhalb der Scientific Community.

**Im Rahmen von plan m werden Sie gemeinsam  
folgende Themen bearbeiten:**

- Individuelle Karriereplanung und Strategieentwicklung
- Umgang mit strukturellen Karrierehindernissen im Hochschulsystem
- Sichtbarkeit in der Scientific Community
- Gender- und Diversitätskompetenz
- Kommunikation und Konfliktbearbeitung
- Machtkritische Perspektiven auf die Wissenschaftskultur
- Drittmittelstrategieentwicklung

## plan m – das Programm

**Das Mentoringprogramm besteht aus drei  
Säulen, die sich gegenseitig ergänzen: Das one-  
to-one Mentoring, das Workshop-Programm  
und die kollegiale Beratung in der Peer Group.**

### **Workshop-Programm**

Das Programm umfasst sowohl Workshops zu karriererelevanten Schlüsselkompetenzen als auch zur Reflexion von und zum Umgang mit gender- und diversitätsspezifischen Erfahrungen in der Wissenschaft. Alle Trainer\*innen verfügen über eine breite Expertise über das Wissenschaftssystem. Sie bringen zudem unterschiedliche Kompetenzen und Lebensrealitäten hinsichtlich der Dimensionen von Diversität mit ein. In den Workshops unterstützen unsere Trainer\*innen Sie dabei, individuelle Handlungsstrategien für Ihre weitere Verortung in der Wissenschaft zu entwickeln. Dabei haben Sie die Möglichkeit, eigene Beratungsanliegen und Lernziele einzubringen. Hierfür ist Ihre Bereitschaft zur Selbstreflexion, zum Lernen in der Gruppe und ein vertrauensvoller Umgang miteinander notwendig.

### **Peer Group**

In der Wissenschaft erleben viele von Ihnen Konkurrenzdruck und Vereinzelung. Sie kennen vielleicht sogar das Gefühl, nicht dazu zu gehören? Dem wollen wir mit plan m etwas entgegensetzen. In der Peer Group der Mentees haben Sie die Möglichkeit, sich zu vernetzen und gegenseitig zu stärken. In selbstorganisierten Kleingruppen können Sie Erfahrungen austauschen, gemeinsam Herangehensweisen im Umgang mit Problemen

entwickeln und sich karriererelevante Informationen weitergeben. Wir führen Sie an die Methode »Kollegiale Beratung« heran, damit Sie sich bei beruflichen Entscheidungsfragen oder Konflikten am Arbeitsplatz gegenseitig kompetent beraten können.

### **Mentoring**

Eine hervorragende Qualifikation allein reicht meist nicht aus, um in der Wissenschaft erfolgreich Fuß zu fassen. Informelle Förderbeziehungen spielen eine entscheidende Rolle für den Zugang zu relevanten Netzwerken und Ressourcen. Vielen Nachwuchswissenschaftlerinnen fehlt diese persönliche Förderung. Sie müssen sich für ihre Einbindung in die Scientific Community mit hohem Aufwand selbst einsetzen. Tradierte Idealbilder von Wissenschaftlern erschweren zusätzlich einen gleichberechtigten Zugang zu Führungspositionen in der Wissenschaft.

Das plan m Mentoring ermöglicht es, eine mangelnde informelle Förderung auszugleichen und trägt so zu mehr Chancengleichheit in der Wissenschaft bei.

Mit einer\*inem von Ihnen gewählten Wissenschaftler\*in als Mentor\*in entwickeln Sie gemeinsam Karrierestrategien und profitieren von ihren\*seinen Erfahrungen. Im Mentoring können Sie im persönlichen Austausch über Ihre individuellen Anliegen sprechen:

- Wie plane ich die nächsten Schritte meiner wissenschaftlichen Laufbahn?
- Wie vereinbare ich Beruf und Privatleben?
- Wie vernetze ich mich erfolgreich in der Scientific Community?
- Wie gehe ich mit gender- und diversitätsspezifischen Hürden in der Wissenschaft um?

### **Informationen zur Teilnahme**

Wir möchten das Programm für möglichst viele Interessentinnen zugänglich machen. Teilnehmen können alle Frauen, Trans-, Inter-, nicht-binäre und agender Personen in der wissenschaftlichen Qualifizierungsphase.

Die Benachteiligung auf Grund geschlechtlicher Identität verstehen wir nicht losgelöst von weiteren Diskriminierungsdimensionen wie Rassismus, Homophobie, Ableismus, Klassismus. Das Programm ist entsprechend mit einer intersektionalen Perspektive auf die Wissenschaft konzipiert. BIPoC-Wissenschaftlerinnen, Wissenschaftlerinnen mit Beeinträchtigung(en), Erstakademikerinnen, Wissenschaftlerinnen mit und ohne Care-Aufgaben laden wir herzlich ein, sich für eine Teilnahme bei plan m zu bewerben.

Um an plan m erfolgreich teilzunehmen, sollten Sie bereit sein, Ihre Erfahrungen aus dem wissenschaftlichen Arbeitsalltag ins Programm einzubringen und sich mit ausreichend Zeit für Mentoring, Workshops und Gruppentreffen zu engagieren.

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine institutionelle Anbindung an die Universität Bremen.

Bei Unsicherheiten hinsichtlich Ihrer Teilnahme kontaktieren Sie uns gerne.

**Ausführliche Informationen zu plan m – Mentoring in Science finden Sie auf unserer Website:**

[www.uni-bremen.de/plan-m-mentoring](http://www.uni-bremen.de/plan-m-mentoring)



### **Kontakt**

**Universität Bremen**

**Arbeitsstelle Chancengleichheit**

**Referat 042 | plan m – Mentoring in Science**

Dr.in Lisa Spanka

**Tel.** 0421 218-60186

[lisa.spanka@vw.uni-bremen.de](mailto:lisa.spanka@vw.uni-bremen.de)

[www.uni-bremen.de/plan-m-mentoring](http://www.uni-bremen.de/plan-m-mentoring)