



Landesweites Mentoring  
für Postdoktorandinnen und  
Juniorprofessorinnen in M-V

## Programm

Dezember 2025 – Mai 2027

|                         |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dezember 2025           | Online-Seminar<br>Karriereplanung                                                                                     | <p>Für Postdocs ist es wichtig, ihre beruflichen Ziele mit der Realität gut abzugleichen, sei es für das Ziel einer Lebensprofessur, der Fachhochschul- oder Juniorprofessur oder weitere Optionen wie z. B. attraktive Stellen in Forschungs- und Entwicklungsabteilungen in der Wirtschaft, in einem Think-Tank oder für eine verantwortungsvolle Leitungsposition in Wirtschaft, Staat oder Gesellschaft. Die Entwicklung eines Zukunftsszenarios über die beruflich-private Situation in 2 – 5 – 10 Jahre hilft dabei sehr, die nächsten gewünschten und notwendigen Schritte in der Gesamtschau zu reflektieren. Basierend auf diesen Vorüberlegungen und Zeitkalkulationen ergibt sich ein Handlungsplan für einen möglichen Plan A, B und C. Mithilfe der UNIWIND Kompetenzcluster sollen zudem erforderliche Kompetenzen reflektiert werden.</p> <p><b>Referentin:</b> Dr. Antje Schultheis, Bonn<br/> <b>Online:</b> Dienstag, 09.12.2025, 9:30 – 15:30 Uhr</p> |
| Januar 2026             | Auftakt und Einführungsseminar<br>in das Mentoring                                                                    | <p>Willkommen im Mentoring-Programm, Kennenlernen der Gruppe, Vorstellung der Programmabläufe, organisatorische Absprachen, Ausgangsevaluation, Konkretisierung der persönlichen Mentoring-Ziele, Entwicklung von Auswahlkriterien für die Mentor*innen, Impulse zur Mentor*innensuche, Klärung der Rolle von Mentee und Mentor*in, Vorbereitung des Erstgesprächs, Verabredungen über die Zusammenarbeit in der Gruppe und mit den Programmverantwortlichen. Am Ende der Veranstaltung werden Peergruppen gebildet. Anschließend findet ein Fotoshooting für Einzelportraits statt.</p> <p><b>Referent*in:</b> Anne Kardasch<br/> <b>Rostock:</b> Donnerstag, 29.01.2026, 9:30 – 15:30 Uhr, Beratungsraum, EG, Schwaansche Straße 2, 18055 Rostock</p>                                                                                                                                                                                                                  |
| April 2026              | Ausgangsbefragung Online                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| März 2026               | Einführung in die Kollegiale<br>Beratung und in das Peer-<br>Mentoring                                                | <p>Die „Kollegiale Beratung“ wird durch Input und Übungen vorgestellt, um dieses Instrument nachhaltig für die Zusammenarbeit in den Peergruppen kompetent und eigenständig anzuwenden. Mit der „Kollegialen Beratung“ können Herausforderungen, Fragen oder Konflikte in einem strukturierten Prozess bearbeitet werden.</p> <p><b>Referent*in:</b> Anne Kardasch<br/> <b>Rostock:</b> Mittwoch, 04.03.2026, 12:00 – 15:00 Uhr, R 104, Hauptgebäude, Universitätsplatz 1, 18055 Rostock</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Februar – April<br>2026 | Matching-Phase                                                                                                        | <p>Jede Mentee schlägt drei potentielle Mentor*innen vor, begründet ihre Vorschläge und erstellt einen kurzen Lebenslauf von sich selbst. Die Programmkoordination kontaktiert die Wunsch-Mentor*innen und stellt das Programm vor. Anschließend wird der Kontakt übergeben und die Mentee verabredet ein erstes Gespräch mit der*dem Mentor*in.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| April 2026              | Get-together                                                                                                          | <p>Wir tauschen uns zu den Erstgesprächen und den bisherigen Erfahrungen mit Mentor*innen, dem Matching-Prozess aus. Das Treffen bietet zudem Gelegenheit, offene Fragen zu klären.</p> <p><b>Referent*in:</b> Anne Kardasch<br/> <b>Rostock:</b> Mittwoch, 15.04.2026, 16:00– 18:00 Uhr, R 104, Hauptgebäude, Universitätsplatz 1, 18055 Rostock</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Mai 2026                | Veranstaltung des Familienbüros<br>Podiumsdiskussion<br>Wissenschaft trifft Familie –<br>Wege zu echter Vereinbarkeit | <p>Die Vereinbarkeit von wissenschaftlicher Karriere und Familie wird häufig als Herausforderung beschrieben – doch welche Lösungen gibt es bereits? Wo gelingt es, Forschung, Lehre und familiäre Verantwortung selbstverständlich miteinander zu verbinden? Und wie können wir gute Beispiele sichtbarer machen? Auf dem Podium diskutieren Wissenschaftler*innen aus unterschiedlichen Karrierephasen über ihre Erfahrungen, strukturelle Rahmenbedingungen und konkrete Good-Practice-Modelle.</p> <p><b>Veranstalterin:</b> Familienbüro Universität Rostock<br/> <b>Zielgruppen:</b> Interessierte<br/> <b>Rostock:</b> Mo., 18.05., 10:00 – 12:00 Uhr, Audimax, Ulmenstraße 69, Haus 7, 18057 Rostock</p>                                                                                                                                                                                                                                                         |

|                       |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mai 2026              | Gruppen-Coaching/Werkstatt<br><b>Die feine Art des Netzwerkes –<br/>Zukunft &amp; Karriere<br/>Sind wir schon vernetzt?</b>          | Neben der fachlichen Expertise und fokussiertem Kompetenzaufbau ist das „richtige“ Netzwerken schon immer ein Booster für die Karriereentwicklung gewesen. Doch woher weiß ich, dass auch ich auf dem „richtigen“ Weg bin, um mich zuversichtlich in Richtung meiner Karrierevorstellungen zu bewegen? Das Stichwort heißt: strategisches Netzwerken! Dieses Handlungskonzept bedeutet, das eigene Netzwerk zu analysieren, es bezogen auf meine Karrierewünsche zu beleuchten und es effektiv und zielorientiert auf- oder auszubauen.<br><b>Referentin:</b> Carmen Kurbjuhn, Berlin<br><b>Rostock:</b> Mi., 27.05.2026, 9:00 – 17:00 Uhr, Beratungsraum, Schwaansche Str. 2, 18055 Rostock<br><b>Zielgruppen:</b> Postdoc/Jun.-Prof., Doktorandinnen<br><b>Anmeldung:</b> per E-Mail an: <a href="mailto:mentoring@uni-rostock.de">mentoring@uni-rostock.de</a> , 15 Plätze                                                                                                           |
| Juli 2026             | Online-Netzwerkveranstaltung<br><b>Letzte Schritte auf dem Weg zur<br/>Professur</b>                                                 | Der Weg zur Professur führt durch das Berufungsverfahren. Bewerbungsunterlagen, „Vorsingen“ und das Gespräch mit der Berufungskommission sind die Herausforderungen, die sich die Kandidatinnen für eine Professur stellen müssen. Fachliche Exzellenz allein reicht dafür nicht immer aus. Dr. Heidrun Jander, Gleichstellungsbeauftragte der Universität Rostock und beratendes Mitglied von zahlreichen Berufungsverfahren, kennt die Herausforderungen. Im Gespräch mit ihr erhalten die Mentees Antworten auf ihre Fragen zum Verfahren insgesamt, werfen einen Blick hinter die Kulissen und bekommen wertvolle Tipps, wie sie sich im besten Licht präsentieren können.<br><b>Referentin:</b> Dr. Heidrun Jander, Gleichstellungsbeauftragte der Universität Rostock<br><b>Zielgruppe:</b> Interessierte<br><b>Online:</b> Mi., 08.07.2026, 14.00 – 16.00 Uhr<br><b>Anmeldung und Link</b> per E-Mail an: <a href="mailto:mentoring@uni-rostock.de">mentoring@uni-rostock.de</a> |
| Juli 2027             | Get-together                                                                                                                         | Allgemeiner Austausch und Klärung offener Fragen.<br><b>Referent*in:</b> Dr. Lisa-Madeleine Kohrt<br><b>Rostock:</b> Mi., 22.07.2026, 15:00 – 17:00 Uhr, BR 2, Schwaansche Str. 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| August 2026           | Seminar<br><b>Sichtbarkeit und Präsenztraining<br/>für Wissenschaftlerinnen</b>                                                      | Sichtbarkeit ist in der Wissenschaft karriereentscheidend: Wer nicht wahrgenommen wird, wird seltener gefördert und befördert. Die Ursachen für die geringere Sichtbarkeit von Wissenschaftlerinnen und ihrer Forschung sind vielfältig und selten individuell. Im Seminar beschäftigt ihr euch mit eurer Selbstwahrnehmung und der Identifikation eurer Stärken, entwickelt individuelle und gemeinsame Strategien für eure Präsenz und der Sichtbarkeit eurer Forschung.<br><b>Referentin:</b> Magdalena Kaminska<br><b>Rostock:</b> 13.08.2026, 09:00 – 16.00 Uhr, BR 2, Schwaansche Str. 2<br><b>Zielgruppen:</b> Postdoc/Jun.-Prof., Doktorandinnen<br><b>Anmeldung:</b> per E-Mail an: <a href="mailto:mentoring@uni-rostock.de">mentoring@uni-rostock.de</a> , 16 Plätze                                                                                                                                                                                                         |
| September 2026        | Online-Netzwerkveranstaltung<br>im Rahmen der Postdoc Appreciation Week<br><b>Das erste Jahr Professorin –<br/>Alumnae berichten</b> | In der Gesprächsrunde geben drei Professorinnen Einblicke in die Anfangszeit auf der Professur. In dieser Veranstaltung wird es Gelegenheit geben, Einblicke in die vorangegangenen Berufsverfahren zu bekommen. Die Veranstaltung findet im Rahmen der Postdoc Appreciation Week (PAW) statt.<br><b>Referentinnen:</b> Prof.in Dr.in Lea Puchert, Prof. Dr. Birgit Peter & Prof. Dr. Anna Lene Seidler<br><b>Moderation:</b> Dr. Lisa-Madeleine Kohrt (Unimedizin Rostock)<br><b>Zielgruppe:</b> Interessierte<br><b>Online:</b> Mo., 21.09.2026, 15:00 - 17:00 Uhr<br><b>Anmeldung:</b> per E-Mail an <a href="mailto:mentoring@uni-rostock.de">mentoring@uni-rostock.de</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Herbst 2026           | Zwischenevaluation Online                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Oktober/November 2026 | Get-together<br><b>Auswertung der<br/>Zwischenevaluation</b>                                                                         | Reflexion der individuellen Entwicklung und des bisherigen Nutzens des Mentoring-Programms für die berufliche Laufbahn, Austausch über Erfahrungen in den Mentoring-Tandems, Vorstellung der Evaluationsergebnisse. Planung der Schritte für die verbleibende Programmzeit.<br><b>Referent*in:</b> tba<br><b>Rostock:</b> zweistündig, Terminfindung per Umfrage                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|              |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Februar 2027 | Get-together                                                               | Allgemeiner Austausch und Klärung offener Fragen.<br><b>Referent*in:</b> tba<br><b>Rostock:</b> zweistündig, Terminfindung per Umfrage                                                                                                                                                                                                                                                                |
| April 2027   | Abschlussevaluation Online                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Mai 2027     | Abschlussveranstaltung<br>Zertifikatsübergabe und<br>Begrüßung als Alumnae | Rückblick auf Programmverlauf: Die persönlichen Erfahrungen werden im Hinblick auf die berufliche Entwicklung ausgewertet, Programmeffekte werden identifiziert. Vorstellung der Abschlussevaluation, Verabredungen zum weiteren Netzwerken (Alumnae), Übergabe von Zertifikaten, Aufnahme in das Mentoring Alumnae Netzwerk.<br><b>Referent*in:</b> tba<br><b>Rostock:</b> zweistündig, Termin folgt |

Farblich unterlegte Veranstaltungen finden gruppenübergreifend statt. Hierfür ist meist eine Anmeldung erforderlich.