



# MeTra-PROGRAMM

A circular network diagram with a central node connected to several other nodes, representing a network or program structure.

für Nachwuchswissenschaftlerinnen  
der Universität Bonn

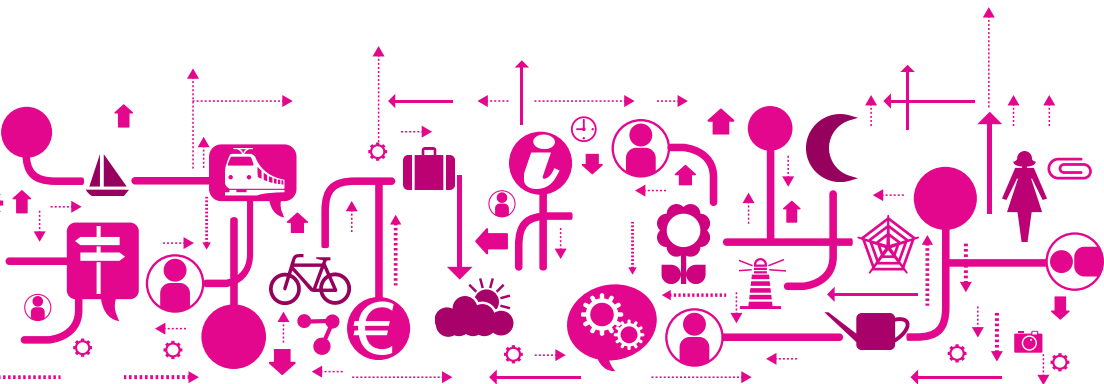
# MeTra –

## MENTORING- UND TRAININGSPROGRAMM FÜR WISSENSCHAFTLERINNEN

- Doktorandinnen
- Postdoktorandinnen
- Nachwuchsgruppenleiterinnen
- Habilitandinnen
- Privatdozentinnen
- Juniorprofessorinnen

### WAS IST MENTORING?

Eine erfolgreiche wissenschaftliche Karriere basiert nicht allein auf herausragender fachlicher Leistung, Qualifikation und Engagement, sondern unter anderem auch auf informellem Wissen und Vernetzung. An Hochschulen hat sich das Prinzip des Mentorings als eine effektive und gleichstellungsfördernde Maßnahme etabliert, um mehr Frauen für die Wissenschaft zu gewinnen und ihren Anteil an Führungspositionen und Professuren zu erhöhen.



## DAS MeTra-PROGRAMM

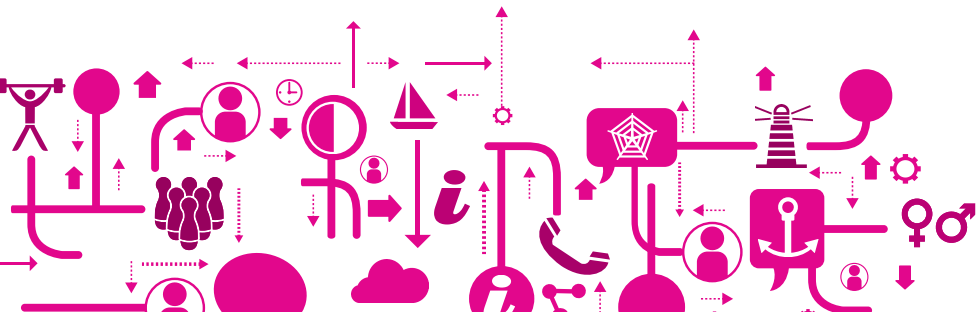
Das Mentoring- und Trainingsprogramm der Universität Bonn wurde 2004 eingerichtet und bietet Nachwuchswissenschaftlerinnen professionelle Beratung und Begleitung bei der Planung und Fortsetzung ihrer wissenschaftlichen Karriere. Es will die Potenziale und Kompetenzen der Teilnehmerinnen stärken, ihnen den Austausch mit anderen Wissenschaftlerinnen ermöglichen und den Zugang zu beruflichen Netzwerken erleichtern.

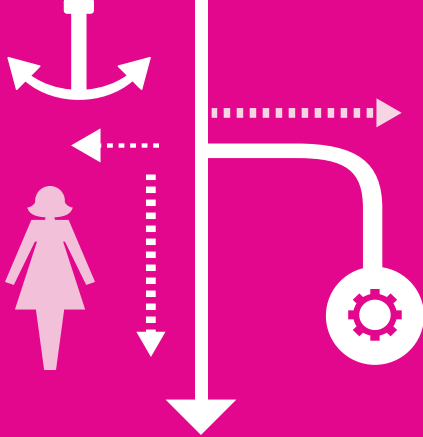
## WAS BIETET DAS PROGRAMM?

### Mentoring-Tandem

Etablierte Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Bonner Universität und anderer Hochschulen begleiten als Mentorinnen und Mentoren junge Wissenschaftlerinnen auf ihrem weiteren Karriereweg. Sie geben ihre persönliche Erfahrung und ihr Wissen zu Führungsanforderungen, Strukturen und Politik des Hochschul- und Wissenschaftssystems an ihre Mentees weiter und unterstützen diese bei der Planung und Umsetzung der nächsten Karriereschritte.

Die Programmkoordinatorin hilft bei der Suche nach einer geeigneten Mentorin oder einem Mentor und bei der Kontaktaufnahme. Mentor\_innen und Teilnehmerinnen vereinbaren regelmäßige Kontakte und persönliche Treffen. Die Gestaltung und Form der Zusammenarbeit bestimmen die Beteiligten selbst.





## Training

Das Rahmenprogramm umfasst Trainingsveranstaltungen und Workshops zu karriererelevanten Themen und ist auf die jeweiligen Qualifikationsstufen zugeschnitten:

- **Zeit- und Projektmanagement**
- **Karriereplanung**
- **Drittmittelakquise und Forschungsförderung**
- **Präsentation von Forschungsergebnissen**
- **Ausbau von Führungskompetenz**
- **Konfliktmanagement**
- **Vorbereitung auf Berufungsverfahren**

Fragen der Work-Life-Balance und Vereinbarkeit von Wissenschaft und Familie werden selbstverständlich im Rahmen der Trainings integriert.

## Networking

Regelmäßige Netzwerktreffen dienen dem Austausch und der gegenseitigen Unterstützung der Mentees. Elemente des Peer-Mentoring und der kollegialen Beratung können integriert werden. Es können auch Themenabende mit Gästen aus dem Wissenschafts- und Hochschulbereich veranstaltet werden.

## Teilnahmevoraussetzungen

MeTra richtet sich fakultätsübergreifend an junge und motivierte Wissenschaftlerinnen, die ihre Laufbahn in Wissenschaft und Forschung fortsetzen möchten. Voraussetzung ist die Bereitschaft sich mit eigenen Ideen und Vorschlägen aktiv an dem Programmablauf zu beteiligen. Die Teilnahme an den Workshops ist verpflichtend.

## Bewerbung

Informationen zu den Bewerbungsmodalitäten und -fristen finden Sie auf der Homepage.

## Teilnahmebeitrag

In der Regel muss für die Teilnahme ein Eigenanteil entrichtet werden.

## ZITATE VON TEILNEHMERINNEN:

„Die Gespräche mit meiner Mentorin haben zu einer konkreteren Vorstellung von ‚der Wissenschaft‘ und einer wissenschaftlichen Laufbahn beigetragen.“

„Der Austausch mit der Gruppe relativierte einige Höhen und Tiefen in den verschiedenen Phasen der Doktorarbeit.“

„Die absolute Überraschung für mich war: wie sehr sich die Herausforderungen beim Promovieren auch zwischen Geoinformatikerinnen und Literaturwissenschaftlerinnen gleichen und wie hilfreich der fremde Blick sein kann für die eigene Arbeit.“

„Meine Mentorin hat mir viele Zweifel an meiner wissenschaftlichen Karriere genommen und mir ebenfalls gezeigt, dass eine Vereinbarkeit von Beruf und Familie gut möglich ist.“

„Aus jedem Seminar nahm ich sehr wertvolle Kenntnisse mit, die ich auch in meiner alltäglichen Arbeit umzusetzen versuche.“

„Durch ihre Erfahrungen im deutschen, aber auch Bonner Universitätsbetrieb, als Frau mit Familie, die sich innerhalb dieses Systems erfolgreich behauptet, war mir meine Mentorin ein echtes Vorbild.“



## Gleichstellungsbüro

Dr. Martina Pottek

Postanschrift:

Regina-Pacis-Weg 3

53113 Bonn

### Büro:

Konviktstr. 4

Tel.: 02 28/73 65 75

E-Mail: [metra@uni-bonn.de](mailto:metra@uni-bonn.de)



[www.metra.uni-bonn.de](http://www.metra.uni-bonn.de)

