

B-MINT im Dialog

B-MINT im Dialog ist ein regelmäßig stattfindendes Format, zu dem B-MINT-Stipendiatinnen aller Jahrgänge herzlich eingeladen sind. Die Treffen dienen als Forum, bei dem das Kennenlernen und die Vernetzung untereinander sowie der Austausch und die gegenseitige Beratung zu studienrelevanten und persönlichen Belangen im Mittelpunkt stehen. Jeder Termin steht unter einem Thema, das zu Gesprächen in kleiner Runde und im geschützten Raum anregen soll. Aber auch individuelle Anliegen und informeller Austausch haben hier Platz. Begleitet und moderiert werden die Veranstaltungen von Dr. Laura Glauser, Supervisorin und Coach.

Was brauche ich gerade? – Eigene Bedürfnisse erkennen & Grenzen setzen

Mittwoch, 7. Januar 2026, 17:00 Uhr bis 20:30 Uhr

Zwischen Studium, Nebenjob, Hobbys und sozialen Verpflichtungen entstehen nicht selten zeitliche Konflikte und es bleibt mitunter wenig Raum für die eigenen Bedürfnisse. Dabei kann es schwerfallen, die persönlichen Bedürfnisse und Grenzen zu erkennen, sie klar nach außen zu kommunizieren und zu wahren. Wie gelingt es mir, Grenzen und Prioritäten zu setzen, ohne mich dabei (anderen gegenüber) schlecht zu fühlen? Wie lerne ich, „Nein“ zu sagen, wenn es mir zu viel wird?

Bei dieser B-MINT im Dialog-Veranstaltung zum Jahresauftakt reflektieren wir, wie Selbstfürsorge noch besser gelingen kann – im Studium und darüber hinaus. Wir tauschen uns über konkrete Situationen aus und erarbeiten gemeinsam Strategien, um Bedürfnisse im Blick zu behalten, Überlastung vorzubeugen und mehr Balance in den eigenen Alltag zu bringen.

Auftaktcoaching: Wo stehe ich – wo will ich hin? (Jahrgang 2026)

Samstag, 18. April 2026, 9:30 Uhr bis 14:30 Uhr

Manchmal verschwimmt im Unialltag vor lauter Einzelaufgaben, Lehrveranstaltungen und Leistungspunkten der Blick auf das große Ganze. Die Reflexion über das bisher Erreichte, die eigenen Prioritäten und Zukunftswünsche geschieht sehr oft im stillen Kämmerlein. Was sind meine eigenen Stärken und Ressourcen? Würde ich gern Neues ausprobieren und entdecken? Wo gehen aktuell meine Zeitkapazitäten und Energien hin? Diese Themen und Fragen zu reflektieren, kann uns wichtige Hinweise, Orientierung und Motivation für den eigenen weiteren Weg, aber auch für konkrete nächste Schritte geben. Zum Start des Stipendiums möchten wir den B-MINT-Jahrgang 2026 dazu einladen, sich näher kennenzulernen und miteinander in den Austausch zu gehen!

Endloser Klausurentunnel: Wie motiviere ich mich, wie lerne ich?

Donnerstag, 11. Juni 2026, 17:00 Uhr bis 20:30 Uhr

Ein Semesterendspurt voller Klausuren und Prüfungsleistungen steht bevor – und dieser ist oftmals lang und kräftezehrend. Wie motiviere ich mich – immer wieder aufs Neue – selbst? Wie schaffe ich es, die Motivation beim Lernen nicht zu verlieren? Wie hole ich mich aus einem Motivationstief wieder heraus? Und was brauche ich, um gut, strukturiert und möglichst ausgeglichen durch die nächsten Lern- und Prüfungswochen zu kommen? Gemeinsam widmen wir uns den Themen Motivation und Lernstrategien und tauschen uns semesterübergreifend über Erfahrungen und konkrete Methoden aus.

Abschlusscoaching: Rückschau & Ausblick (Jahrgang 2024)**Mittwoch, 23. September 2026, 9:00 Uhr bis 14:00 Uhr**

Das Bachelorstudium und das B-MINT-Stipendium gehen dem Ende zu! Wo steht ihr gerade? Wie wollt ihr euch studententechnisch und beruflich ausrichten? Habt ihr schon konkrete Ideen und Ziele? Oder seid ihr euch über die nächsten Schritte noch nicht ganz im Klaren? Bei diesem Abschlusscoaching reflektiert, visualisiert und präsentiert ihr euren Weg durchs Bachelorstudium wie auch eure Zukunftsideen und -pläne. In der Gruppe gebt und empfangt ihr anregendes und bestärkendes Feedback. Nicht zuletzt haben wir Zeit für einen gemeinsamen Rückblick auf die B-MINT-Stipendienjahre. Nach 14:00 Uhr besteht die Möglichkeit, beispielsweise zu einem gemeinsamen Mittagessen aufzubrechen, das die Stiftung bezuschusst.

Erzählt doch mal: Wie ging es bei euch nach dem Studium weiter? – Erfahrungsaustausch zu MINT-Berufsperspektiven**Samstag, 7. November 2026, 9:30 Uhr bis 14:30 Uhr**

Ihr seid jetzt noch mitten im Bachelor oder das Ende ist bereits in Sicht. Was dann? Vielleicht noch ein Masterstudium, eine Promotion oder der möglichst zügige Einstieg ins Berufsleben? Wie ebne ich mir dabei Wege? Um sich über die weiteren Schritte klarer zu werden und Zukunftsideen zu entwickeln, ist es auch hilfreich und interessant, auf Entscheidungsprozesse und Werdegänge anderer MINT-Frauen zu blicken und mit einigen in den direkten Austausch zu gehen! Wir werden spannende Gesprächspartnerinnen – voraussichtlich Alumnae unserer Stiftung – für euch einladen, die bereits ihren Weg in der Wissenschaft oder Industrie gehen. Sie haben Lust, ihren Wissens- und Erfahrungsvorsprung wie auch verworfene Pläne mit euch zu teilen. Wie sind sie in ihre aktuellen Positionen gekommen? Was waren Türöffner? Was war und ist (als Frau) herausfordernd? Was hätten sie gerne schon im Bachelor gewusst?

Mehr Informationen zum Ablauf dieser Veranstaltung mit Gästinnen folgen im Spätsommer 2026. Schon jetzt gut zu wissen: Auch B-MINT-Alumnae werden herzlich eingeladen sein!