



## Tipps für die Mentorin

---

Wir freuen uns, dass Sie Mentorin für eine Studentin der Hochschule Stralsund werden möchten. Nachfolgend finden Sie ein paar Tipps für Ihre erfolgreiche Teilnahme am Mentoring-Programm. Mentorin sein bedeutet für Sie zunächst einmal „zusätzliche Arbeit“ und die Bereitschaft, sich auf Neues einzulassen. Daher möchten wir Ihnen die Vorbereitung durch einige Handlungsempfehlungen erleichtern.

### Was ist Mentoring?

Mentoring hat sich in den letzten Jahren als eines der wirksamsten Instrumente der Personal- und Organisationsentwicklung etabliert, deren Mittelpunkt die Beziehung zwischen der erfahrenen Mentorin und der ratsuchenden Mentee ist. Ziel ist es, die persönliche und berufliche Entwicklung der Mentee voranzutreiben. Dies geschieht in einem Dialog, der auf Basis gegenseitiger Wertschätzung, Vertraulichkeit und Respekt beruht. In Abgrenzung zu einem Coaching ist hierbei die eigene Meinung der Mentorin erlaubt und sogar ausdrücklich gewünscht. Darüber hinaus ergeben sich aber auch für Sie interessante Vorteile wie zum Beispiel die Möglichkeit zur Reflexion der beruflichen und persönlichen Entwicklung, die Weiterentwicklung von Beratungs- und Führungskompetenzen, vielfältige Austauschmöglichkeiten mit anderen Teilnehmenden und natürlich die Gewinnung von neuen Impulsen und Sichtweisen der jungen Nachwuchskräfte.

### Wie laufen Mentoring Treffen ab?

Mentorin und Mentee treffen sich etwa zwei- bis dreimal im Semester. Die Entscheidung, ob sie gemeinsam ins Café zum Essen oder an den Arbeitsplatz der Mentorin gehen, überlassen wir den Tandems selbst. Inhaltlich geht es den Mentees meist um das Feedback zur Person und zum Auftreten, um Hintergrundinfos zu Branchen und Berufen und um den Erfahrungsaustausch mit einer berufserfahrenen Führungskraft. Ein Mentoring-Tandem bietet keine Jobgarantie und bringt auch keine Verpflichtung der Mentorin zur Organisation von Praktika, Aushilfstätigkeiten oder Ähnlichem mit sich. Auch wenn sich das durchaus Mal "von selbst" ergeben kann.

### Empfehlungen für Ihre Vorbereitung

Für die Gespräche mit den Studentinnen kann es hilfreich sein, sich noch einmal selbst in die Situation der Berufseinsteigerin zu versetzen und sich zu erinnern, welche Fragen Sie damals bewegt haben. Ebenso kann die Beantwortung der folgenden Fragen für Ihre persönliche Vorbereitung dienlich sein:

#### Ihre eigene Motivation

- Welches Ziel verfolgen Sie persönlich mit der Teilnahme am Mentoring-Programm?
- Was sind Ihre persönlichen Beweg- und Motivationsgründe?
- Hatten Sie selbst im Rahmen Ihrer Laufbahn Mentoren oder Förderer?
- In welcher Form haben Sie durch diese Wegbegleiter profitiert?
- Welche Empfehlungen möchten Sie den jungen Menschen mit auf den Weg geben?



## Erfahrungen, die Sie teilen möchten → Selbstreflexion

Dinge, die für Sie im Alltag selbstverständlich geworden sind, können wertvoller Bestandteil in Gesprächen mit Studentinnen werden. Nehmen Sie sich kurz etwas Zeit für Ihre Selbstreflexion. (Die folgenden Fragen werden bewusst in der Ich-Form formuliert.)

- Was sind meine Fähigkeiten und Kompetenzen?
- Wie habe ich mir diese erarbeitet?
- Welche Erfahrungen sammelte ich auf meinem Weg?
- Welche persönlichen und beruflichen Herausforderungen habe ich gemeistert?
- Was waren dabei meine Erfolgsfaktoren?
- Wie lauten die „ungeschriebenen Gesetze“ in meinem Wirkungsbereich?

## Empfehlungen für die Gesprächstermine

### Hinterfragen Sie die Intensität Ihres Engagements

- Wie viel Zeit können Sie mit Ihrer Mentee verbringen?
- Wie viel Vorbereitungszeit ist dafür nötig?
- Zu welchen Netzwerkveranstaltungen können Sie Ihre Mentee mitnehmen, um ihr den Zugang zu Netzwerken zu erleichtern?
- Inwieweit sind Sie bereit, Ihre Mentee bei der Stellensuche oder beim Schreiben einer Bewerbung zu unterstützen?

### Erfragen Sie die Erwartungen Ihrer Mentee

- Was sind die persönlichen Ziele der Mentee?
- Inwieweit kann sie von Ihren Erfahrungen und Ihrer Beratung profitieren?
- Fragen Sie nach den Erwartungen! (Unterstützung, Ermutigung, Rat, Ideen, Perspektiven)

### Vereinbaren Sie einige Grundregeln!

- Tauschen Sie Ihre Kontaktdaten aus.
- Vereinbaren Sie Termine im Voraus.
- Legen Sie im Vorfeld ein Zeitfenster fest, um strukturiert in die Treffen zu gehen.
- Unterstützen Sie Ihre Mentee durch wertvolles Feedback. (positives zuerst)
- Geben Sie Ihren Treffen Überschriften.
- Schlagen Sie Diskussionsthemen und Weiterbildungsaktivitäten vor, hinterfragen Sie aber auch die Wünsche der Mentee.
- Bitten Sie Ihre Mentee, dass auch sie die Treffen vorbereitet.
- Fördern und fordern Sie die Eigenverantwortung der Mentee.
- Lassen Sie Ihre Mentee führen, aber unterstützen Sie sie.

## Wir wünschen Ihnen im Tandem zum Erfolg!