

## Mentoring-Programm

### - Ausführliche Informationen für Mentees -

#### 1. Was ist das Mentoring/Coaching-Programm?

Das Mentoring-Programm von ABSOLVENTUM MANNHEIM versteht sich als Diskursgemeinschaft zwischen Mitgliedern von ABSOLVENTUM MANNHEIM (**MentorInnen**) und aktuellen sowie ehemaligen Studierenden der Universität Mannheim (**Mentees**), die in sogenannten Mentoring-Partnerschaften ein Jahr zusammenarbeiten. Mentoring ist ein Prozess, in dem eine berufserfahrene Persönlichkeit (MentorIn) eine zumeist jüngere und unerfahrenere Person (Mentee) gezielt begleitet, um bei beruflichen und persönlichen Entscheidungen zur Seite zu stehen. Mentoring soll zur Entwicklung von personalen, sozialen und fachlichen Kompetenzen beitragen, indem Berufserfahrungen weitergegeben werden, die nur informell erworben werden können und nicht in Lehrbüchern nachzulesen sind. Gleichzeitig soll es der Verbesserung der Chancen von Berufs- und Karriereeinsteigern dienen, indem karrierefördernde Kontakte vermittelt werden und die Einbindung in professionelle Netzwerke initiiert wird.

Es beruht auf der Freiwilligkeit und dem Engagement der Teilnehmenden. Umfang und Schwerpunkte des Programms werden dann von Mentor/In und Mentee jeweils individuell vereinbart.

#### 2. Wer kann als Mentee teilnehmen?

- Sie sind/waren StudentIn der Universität Mannheim
- Sie haben Interesse an einer Beratung und Begleitung im Rahmen Ihrer Studienplanung, Ihrer beruflichen Zukunft/Weiterentwicklung
- Sie möchten Ihr Netzwerk erweitern
- Sie sind bereit, sich in einer Mentoring-Partnerschaft für die Dauer von zunächst einem Jahr zu engagieren

#### 3. Welche Vorteile ergeben sich für mich als Mentee?

- **Studium:** Frühzeitige Kontakte zum späteren Berufsfeld mit der Möglichkeit, Praktika bei dem/der MentorIn (oder in dessen oder deren Netzwerk) zu absolvieren sowie die Gelegenheit, Seminar-, Diplom- Bachelor- oder Masterarbeiten praxisnah zu bearbeiten.
- **Karriere:** Mentoring stärkt das Karrierebewusstsein, klärt berufliche Entwicklungsmöglichkeiten ab, hilft bei der Planung der Karriereschritte und ermöglicht Einblicke in den Berufsalltag von Entscheidungspersonen. Studierende erhalten über ihre MentorInnen ein Wissen, das nicht im Studium vermittelt wird (informelle Strategien, Spielregeln, Verhaltensweisen) und können sich dadurch beim Berufseinstieg schneller orientieren.

Auch Absolventen, die sich in den ersten 1-3 Jahren Berufsjahren befinden, sogenannte Young Professionals, profitieren von erfahrenen MentorInnen. Sie finden Hilfe bei der Karriereentwicklung, haben Vergleichsmöglichkeiten zu anderen Unternehmen in der Branche und können für Ihre weitere beruflich Laufbahn von dem Netzwerk des/der Mentors/Mentorin profitieren.

- **Netzwerke:** Durch das Mentoring erhalten Mentees Tipps, wie man Kontakte pflegen und nutzen kann. Sie werden in aktive Netzwerke eingeführt, die sie in ihrer beruflichen Entwicklung weiterbringen können.
- **Persönlichkeit:** Mentoring stärkt das Selbstbewusstsein, macht die eigenen Kompetenzen sichtbar, steigert die Bereitschaft zur Übernahme von Eigenverantwortung, verbessert die Konfliktfähigkeit und Selbsteinschätzung etc.
- **Qualifikation:** Mentoring unterstützt den Erwerb von branchen- oder bereichsspezifischen Qualifikationen wie z.B. Probleme analysieren, Urteilsfähigkeit schärfen, Konzepte ausarbeiten, Ergebnisberichte verfassen, Besprechungen vorbereiten und leiten, Präsentationen durchführen etc.
- **Soziale Kompetenz:** Mentoring vermittelt wichtige Einsichten im Bereich der Führungskompetenz wie z.B. Führungsstile kennenlernen, als Führungskraft kreativ sein, Konsensentscheidungen herbeiführen, Kontakte knüpfen und fördern, Kompromisse schließen, Durchsetzungsfähigkeit trainieren etc.
- **Vereinbarung von Beruf und Familie:** Mentoring hilft dabei, sich über die beruflichen Ziele klar zu werden und individuelle Lösungen für die Vereinbarkeit beruflicher und familiärer Pflichten zu erarbeiten.

## 6. Wer sind meine potentiellen MentorInnen?

Die MentorInnen setzen sich aus **Mitgliedern von ABSOLVENTUM MANNHEIM** zusammen, die als **Führungskräfte** in **Spitzenpositionen** in **Wirtschaft, Wissenschaft, Kultur, Politik, Verwaltung** tätig sind und eine Aufgabe darin sehen, ihre Erfahrungen und ihr Wissen an jüngere Menschen weiterzugeben.

## 7. Wie beginne ich eine Partnerschaft?

Es ist sinnvoll, sich bereits vor Beginn des Mentorings Gedanken über Vorstellungen und Erwartungen zu machen sowie klare Ziele zu formulieren, um sich dann mit dem/der MentorIn darüber zu verständigen. Diese Ziele können dann vor Beginn der Partnerschaft auf der Mentoring-Vereinbarung festgehalten werden. Entwickeln sich die Bedürfnisse des Mentees in eine andere Richtung als zuvor festgelegt, kann dies jederzeit angepasst werden. Mentoring ist kein starres Konzept. Mentoring ist individuelle und sollte idealerweise immer auf die aktuelle Situation des Mentees eingehen.

## 8. Wie werde ich Mentee?

Um am Mentoring-Programm teilzunehmen, ist eine Mitgliedschaft bei ABSOLVENTUM vorausgesetzt. Sie sind noch kein Mitglied? [Hier](#) können Sie sich anmelden.

Sollten sie bereits Mitglied sein, können Sie sich ganz einfach und schnell auf unserer [Homepage](#) für das Mentoring-Programm anmelden. Anschließend werden Sie für unseren Mentoren-Pool freigeschaltet und erhalten eine Willkommensnachricht mit allen wichtigen Informationen zum Start des Programms. In unserem Mentoren-Pool können Sie sich die Profile unserer MentorInnen anschauen und diese auch kontaktieren.

## **9. Wie gestaltet sich das Mentoring (Treffen, Intensität etc.)?**

Inhalte und Intensität der Mentoring-Beziehung bestimmen alle Beteiligten selbst - je nach Bedarf und Voraussetzungen. Grundsätzlich ist vorgesehen, dass die Mentoring-Partnerschaft ein Jahr andauert. Danach ist es den Beteiligten selbst überlassen, ob sie diese weiter aufrechterhalten möchten.

## **10. Kann ich das Mentoring vorzeitig beenden oder verlängern?**

Ja. Jede Seite kann das Mentoring auch vorzeitig beenden. Dazu genügt eine E-Mail an die zuständige Person bei ABSOLVENTUM.

Wenn Mentees und der/die MentorIn keinen "Draht zueinander finden", kann die Mentoring-Beziehung beendet werden. Gerne können Sie uns vor einer solchen Entscheidung kontaktieren.

Hat ein Mentoring-Paar nach Ablauf des Jahres den Bedarf die Beziehung noch weiter aufrecht zu erhalten, kann diese um einen selbst gewählten Zeitraum verlängert werden. Auch hierzu bedarf es nur einer kurzen Nachricht an die zuständige Person bei ABSOLVENTUM.

Das offizielle Ende der Mentoring-Beziehung nach einem Jahr kann dazu genutzt werden, eine Bilanz zu ziehen:

- War die Mentoring-Beziehung erfolgreich?
- Sind die Erwartungen der Beteiligten erfüllt worden?
- Gibt es Fragen die offen geblieben sind?

## **11. Werden entstehende Kosten übernommen?**

Nein. Mentees und Mentoren/Mentorinnen tragen alle anfallenden Kosten selbst.

## **12. Kick-off-Veranstaltung im Herbst**

Jedes Jahr organisiert das Mentoring-Programm von ABSOLVENTUM eine große „Kick-off-Veranstaltung“ zum Start des Herbst-Winter-Semesters. Nach einer kurzen Einführung und Erfahrungsberichten von langjährigen Mentoring-Paaren findet im Anschluss die Mentoring-Börse statt. Bei dieser können MentorInnen mit einem eigenen Stand teilnehmen und in direkten Kontakt mit den interessierten Mentees treten. In ungezwungener Atmosphäre kann man sich kennenlernen, erste Kontakte knüpfen und potenzielle Mentoring-Partnerschaften abschließen.

## **13. Kontakt**

Für Informationen sowie Fragen und Anregungen steht Ihnen Johanna Nickolai, Referentin für das Mentoring-/Coaching-Programm unter [johanna.nickolai@absolventum.uni-mannheim.de](mailto:johanna.nickolai@absolventum.uni-mannheim.de) oder unter Tel.: 0621 / 181-1478 gern zur Verfügung.