

Gleich Mentoring!

*Mentoring für Gleichstellungsbeauftragte
an Hochschulen in NRW*

Begleitheft für Mentees



Herzlich Willkommen bei *Gleich Mentoring!*

Um Ihnen als Mentee den Einstieg in Ihre Tandem-Beziehung zu erleichtern, haben wir für Sie einige Informationen und Tipps rund ums Mentoring zusammengestellt, die Sie als Wegweiser während Ihrer Zusammenarbeit mit der Mentorin nutzen können.

Wir wünschen Ihnen eine spannende und gewinnbringende Tandem-Zeit.

Ihre LaKof-NRW

Inhalt

Ihre Aufgabe als Mentee	3
Das erste Gespräch	4
Die Folgegespräche	9
Das Abschlussgespräch	9
Kontakt	11

Ihre Aufgabe als Mentee

Beim *Gleich Mentoring!* - Tandem geht es um die Weitergabe von Berufs- und Lebenserfahrung zwischen einer berufserfahrenen Person (Mentorin) und einer erfahrungsjüngerer Person (Mentee). Innerhalb von 12 Monaten haben Sie als Mentees in mindestens vier Gesprächen die Möglichkeit, sich mit Ihrer Mentor/in über ihre berufliche Tätigkeit auszutauschen und erhalten so wertvolle Einblicke in die Gleichstellungspraxis an einer anderen Hochschule.

Sie haben die Rolle der Mentee – der weniger erfahrenen Person in Ihrem Tandem - für den Zeitraum 12 Monaten übernommen. Folgende Empfehlungen können Ihnen bei der praktischen Gestaltung Ihrer Tandem-Arbeit helfen:

- Engagieren Sie sich aktiv für die Entwicklung einer Vertrauensbeziehung und thematisieren Sie in den Gesprächen auch Probleme und Unsicherheiten.
- Bereiten Sie die persönlichen Treffen mit Ihrer Mentorin vor und stimmen Sie die Themen, die Sie besprechen möchten, jeweils im Vorfeld ab.
- Nutzen Sie aktiv die Erfahrungen und das Wissen Ihrer Mentorin. Erbitten Sie explizit Feedback und Rat.
- Respektieren Sie andere Perspektiven, Positionen und Herangehensweisen. Reflektieren und nutzen Sie diese für die eigene Entwicklung.
- Geben Sie Ihrer Mentorin konkrete Rückmeldungen zu den Ergebnissen und Wirkungen der Gespräche und kommunizieren Sie explizit Ihre Wertschätzung und Ihren Dank für die Unterstützung. Sie stärken damit die Motivation und festigen die Tandem-Partnerschaft.

Das erste Gespräch

Zur erfolgreichen Gestaltung Ihrer Tandem-Beziehung ist es sinnvoll, zu Beginn die Rahmenbedingungen Ihrer Kooperation abzustecken, Wünsche und Erwartungen an die Zusammenarbeit zu besprechen sowie Ziele zu benennen. Wir empfehlen Ihnen, beim ersten Treffen folgende Dinge zu besprechen:

- Klären Sie bitte zu Beginn Ihre Erwartungen und Ziele und gleichen Sie diese mit den Erwartungen und Unterstützungsmöglichkeiten Ihrer Mentorin ab. Sie schaffen dadurch Transparenz und vermeiden unnötige Frustrationen. Was sind Ihre Ziele für die Dauer Ihrer Beziehung?
- Themen, Anliegen und Wünsche, die Ihnen besonders wichtig sind, sollten von vornherein ausgesprochen und festgehalten werden. Was ist Ihnen besonders wichtig?
- Wie gehen Sie mit Vertraulichkeit um? Vereinbaren Sie Regeln darüber, wie besprochene Inhalte zu behandeln sind.
- Was darf nicht passieren? Was möchten Sie auf keinen Fall im Tandem-Prozess erleben?

Für einen guten Einstieg in das Programm ist es wichtig, das erste gemeinsame Treffen innerhalb der ersten vier Wochen durchzuführen. Nachdem Sie die Kontaktdaten Ihrer Mentorin erhalten haben, vereinbaren Sie bitte Datum, Ort, Uhrzeit und Dauer des Gesprächs.

Zur Vereinbarung einer Arbeitsbeziehung gehört außerdem die Klärung folgender Fragen:

- Wie häufig wollen Sie sich treffen? Vorgesehen sind mindestens 3 Treffen. Berücksichtigen Sie dabei die begrenzten Zeitressourcen, die der Mentorin und Ihnen selbst zur Verfügung stehen.
- Wie lange sollen die Treffen dauern?
- Wo wollen Sie sich treffen?
- Sind es nur persönliche Treffen oder können auch Telefon-Termine vereinbart werden?
- Gibt es die Möglichkeit per E-mail zu kommunizieren? Für welche Zwecke (z. B. Klärung der Themen für das anstehende persönliche Gespräch)?
- Wie kurzfristig darf ein Termin verlegt werden?
- Wie beenden Sie Ihre Tandem-Arbeit?

Nicht alles muss schriftlich vereinbart werden, doch das Nachdenken über eine Tandem-Vereinbarung kann eine gute Basis für zielorientierte Arbeit sein.

Hier finden Sie ein Beispiel für eine Tandem-Vereinbarung und eines für ein Gesprächsprotokoll.

Mentorin und Mentee sind außerhalb dieser Treffen wie folgt zu erreichen:

Alle besprochenen Themen werden vertraulich behandelt, Ausnahmen werden untereinander geklärt.

Treten Meinungsverschiedenheiten auf, die die Tandem-Beziehung nachhaltig negativ beeinflussen, wird ein Gespräch mit einer Projektverantwortlichen gesucht.

Vorzeitiges Beenden der Tandem-Beziehung

Sollte es trotz des Bemühens beider Parteien nicht möglich sein, die Tandem-Beziehung fortzuführen, besteht die Möglichkeit, die Vereinbarung vorzeitig zu lösen. Der Anspruch auf Vertraulichkeit bleibt weiterhin bestehen.

Ort/Datum _____

Unterschrift Mentorin

Unterschrift Mentee

Vorlage für ein Gesprächsprotokoll

Datum: _____

Uhrzeit (von - bis): _____

Ort: _____

Festgelegte Themen für dieses Treffen:

Lösungsvorschläge/Ergebnisse:

Umsetzungsvorschläge:

Sonstige angesprochene Themen:

Terminvereinbarung für das nächste Treffen:

Themen für das nächste Treffen:

Die Folgegespräche

Nach dem erfolgreichen Einstieg können die nachfolgenden Gespräche völlig frei oder strukturiert geführt werden. So kann Mentoring beispielsweise in Form von lockeren Gesprächen oder mit vorbereiteten Themen und Fragestellungen stattfinden. Insgesamt sollten die Impulse für die Gesprächsinhalte von Ihnen ausgehen.

Das Abschlussgespräch

Tipps für einen gelungenen Abschluss Ihrer Tandem-Beziehung

Formal endet Ihre Tandem-Beziehung nach 12 Monaten. Dieses offizielle Ende sollte dazu genutzt werden, diese Zeit gemeinsam Revue passieren zu lassen, eine Bilanz zu ziehen und das Erreichte zu würdigen - Gutes Mentoring zeichnet sich nämlich auch dadurch aus, dass es offiziell beendet wird.

Bereiten Sie das Abschlussgespräch mit Ihrer Mentorin vor und schließen Sie Ihre Tandem-Zeit gemeinsam mit Ihrer Mentorin ab.

Hilfreiche Gesprächsfragen können z. B. solche sein:

- Wie hat sich die Tandem-Arbeit entwickelt?
- Inwiefern war die Tandem-Beziehung erfolgreich?
- Welche Ziele wurden erreicht?

- Auf welche Weise sind die Erwartungen der Beteiligten erfüllt worden?
- Welche Punkte und Fragen sind noch offen geblieben? Aus welchen Gründen?
- Was hat Ihnen gut gefallen?
- Wofür möchten Sie sich bedanken?
- Was würden Sie beim nächsten Mal anders machen?
- Was nehmen Sie mit?
- Was nimmt die Mentorin mit?
- Wollen Sie weiterhin Kontakt halten? In welcher Form, in welchem Rahmen kann das geschehen?

Manchmal bieten Mentorinnen an, weiterhin Kontakt zu halten und es ergibt sich, dass Sie die Beziehung informell weiterführen wollen. Wichtig ist dann, dass Sie die Form der Weiterführung gemeinsam definieren und einen Zeitraum festlegen, nach dem Sie sich erneut über eine Weiterführung oder Beendigung verständigen können. So kann z.B. eine Weiterführung des Tandems für einen bestimmten Zeitraum wie bisher mit regelmäßigen Treffen vereinbart werden. Die neue Beziehung kann aber auch als eher kollegiales Verhältnis neu definiert werden oder Sie vereinbaren, sich spontan miteinander auszutauschen. Möglich ist auch eine Beendigung mit Vereinbarung einer Wiederaufnahme des Kontakts zu einem späteren Zeitpunkt oder Sie vereinbaren einfach, die Mentorin auch weiterhin über berufliche Veränderungen auf dem Laufenden zu halten oder, oder, oder...

Die genannten Möglichkeiten sind als Beispiele zu verstehen – genau wie der Mentoring-Prozess selbst ist auch der Abschluss individuell. Denken Sie aber in jedem Fall daran, diesen bewusst zu gestalten.

Bitte informieren Sie uns in jedem Fall über einen vorgesehenen vorzeitigen Abschluss.

Kontakt

LaKof Nordrhein-Westfalen
Koordinierungsstelle
c/o Fachhochschule Köln
Ubierring 40
50678 Köln

Tel. 0221 - 8275 3611
Fax 0221 - 93179822
lakofnrw@verwaltung.fh-koeln.de

Dr. Ute Zimmermann
G 1, Raum E 15a
Emil-Figge-Str. 66
44227 Dortmund

Tel.: 0231/ 755-2603
zimmermann@verwaltung.uni-dortmund.de