



## STIMMEN



### Zitate aus dem Mentoringprogramm

„Die Teilnahme am Mentoringprogramm war für mich eine der wertvollsten und prägendsten Erfahrungen meiner Studienzeit, und ich habe das Gefühl, einen großen Schritt gemacht zu haben: Ich habe eine viel konkretere Vorstellung meiner beruflichen Zukunft entwickelt und viele Anregungen erhalten, meine Pläne umzusetzen und mir die Dinge zuzutrauen, die ich erreichen möchte.“

(Mentee)

„Das Mentoringprogramm erwies sich für mich als voller Erfolg. Als ich vor einem Jahr beim Mentoringprogramm anfang, hatte ich noch kein richtiges Bild vor mir: wer bin ich, wo stehe ich, wo will ich hin? Seit diesem Jahr haben bei mir jede Menge positive Veränderungen stattgefunden.“

(Mentee)

„Abschließend kann ich sagen, dass ich sehr viel aus diesem Tandem mitgenommen habe und denke, dass mich der Austausch mit meiner Mentorin auch durch meine Promotionszeit hindurch begleiten und bereichern wird.“

(Mentee)

## KONTAKT



### Gudrun Damm

Koordinationsstelle Mentoringprogramm  
Universität Konstanz

Postfach D 64  
D-78457 Konstanz

Fon: +49 (0) 75 31/88-47 80  
Fax: +49 (0) 75 31/88-47 56

### Universität

[mentoring@uni-konstanz.de](mailto:mentoring@uni-konstanz.de)

### Hochschule

[mentoring@htwg-konstanz.de](mailto:mentoring@htwg-konstanz.de)

[www.mentoringprogramm-konstanz.de](http://www.mentoringprogramm-konstanz.de)



## DAS PROGRAMM



### Mentoring verbessert Karrierechancen nachweislich.

Mentoring ist ein erprobtes und wirkungsvolles Instrument zur gezielten Förderung von Nachwuchskräften. Eine erfahrene Expertin begleitet eine Studentin, Absolventin oder Doktorandin in allen Fragen rund um den beruflichen Ein- und Aufstieg. Denn Ausbildung und Kompetenz reichen für das berufliche Vorankommen nicht aus. Kontakte, positive Leitbilder und direkte Förderung durch Führungspersönlichkeiten sind effiziente Möglichkeiten, den eigenen beruflichen Erfolg bereits im Studium vorzubereiten. In Seminaren und Workshops können Mentorinnen und Mentees, getrennt oder gemeinsam, eigene Kompetenzen weiter entwickeln. Netzwerk-Treffen sorgen für die notwendige Kommunikation untereinander.

Das Mentoringprogramm Konstanz wird in Kooperation mit der Universität Konstanz und der Hochschule für Wirtschaft, Technik und Gestaltung Konstanz (HTWG) durchgeführt.

## DAS ZIEL



Ziel des Mentoringprogramms ist es,

- den Anteil von Frauen in attraktiven beruflichen Positionen zu erhöhen,
- Studentinnen, Absolventinnen und Doktorandinnen in Kontakt zur Arbeitswelt zu bringen,
- praxisnah auf berufliche Anforderungen und auf Führungspositionen vorzubereiten,
- die Planung einer eigenen beruflichen Karriere zu unterstützen,
- die Gestaltung des Berufseinstiegs zu fördern,
- Netzwerke zwischen Studentinnen und Frauen im Berufsleben anzustoßen.

## DER NUTZEN



Als **Mentee** haben Sie die Möglichkeit,

- Ihre persönlichen und beruflichen Fähigkeiten kennen zu lernen und einzuschätzen,
- Ideen für die Berufsfindung zu entwickeln,
- Arbeitsfelder für die eigene berufliche Entwicklung zu erproben,
- sich auf die Anforderungen im Berufsleben praxisnah vorzubereiten,
- Anregungen für die inhaltliche Gestaltung des Studiums zu erhalten,
- Mut zur eigenen Karriere zu entwickeln und diese zielstrebig anzugehen,
- in einem Netzwerk neue berufliche Impulse zu erhalten.

Ihr persönlicher Einsatz als **Mentorin** ermöglicht Ihnen

- Einblick zu bekommen in aktuelle Forschungsergebnisse,
- die Kooperation zwischen Ihrem Unternehmen und den Hochschulen zu stärken,
- qualifizierten Nachwuchs für das eigene Unternehmen/die eigene Institution zu gewinnen,
- den Kontakt zur jungen Generation, zu ihren Denk- und Lebensweisen zu erhalten,
- eigene fachliche und methodische Arbeitsweisen zu reflektieren,
- aus Kontakten zu anderen Mentorinnen Impulse für die eigene Arbeit zu erhalten,
- neue Kooperationsmöglichkeiten im Mentoring-Netzwerk zu gewinnen.

## DIE PRAXIS



Zu Beginn der Zusammenarbeit vereinbaren Mentorin und Mentee den inhaltlichen Rahmen der Kooperation. Die **Mentoring-Beziehung** dauert 12 Monate.

Mögliche Formen der Zusammenarbeit sind:

- inhaltlich-fachliche Beratung in entscheidenden Studienphasen
- Einblicke in die berufliche Praxis der Mentorin
- Beratung bei der beruflichen Orientierung
- Austausch zu Fachthemen
- Vermittlung von Kontakten u.a.m.

Die Zusammenarbeit gestalten die Mentorin und die Mentee in gegenseitiger Absprache.

## DAS RAHMENPROGRAMM



Für **Mentees** sind vier Pflichttermine vorgesehen:

- Workshop zur Standortbestimmung
- Workshop zur Rolle als Mentee und zur Kommunikation mit der Mentorin
- Auftaktveranstaltung
- Abschlussveranstaltung

Am Ende der Tandemrunde verfassen die Mentees einen Erfahrungsbericht. Abgeschlossen wird jede Tandemrunde mit der Vergabe von Teilnahme Zertifikaten an **Mentorinnen** und **Mentees** in einer Abschlussveranstaltung.