

Leitfaden

für das Mentoring „first steps“ an der OTH Regensburg für Mentees

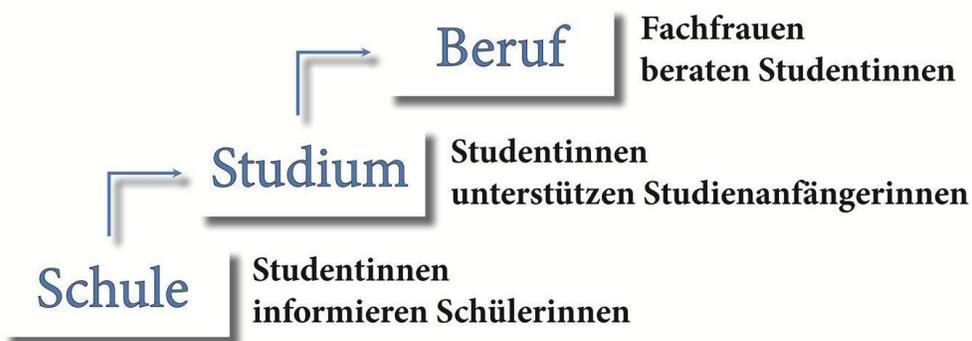
Inhalt

| | | |
|-----|---|---|
| 1 | Einführung zum Thema Mentoring : „first steps“ | 2 |
| 1.1 | Was ist das Mentoring „first steps“ der OTH Regensburg? | 2 |
| 1.2 | Ziele des Mentorings „first steps“ | 2 |
| 1.3 | Ablauf des Mentorings „first steps“ | 3 |
| 1.4 | Die Mentoring- Vereinbarung | 4 |
| 2 | Mentee..... | 5 |
| 2.1 | Welche Aufgaben übernehme ich als Mentee..... | 5 |
| 2.2 | Was bringt mir das Mentoring als Mentee? | 5 |

1 Einführung zum Thema Mentoring : „first steps“

1.1 Was ist das Mentoring „first steps“ der OTH Regensburg?

Das Mentoring „first steps“ basiert auf dem BayernMentoring. Das ist ein bayernweites Projekt, das von den Frauenbeauftragten initiiert wurde und an dem jede HAW in Bayern teilnimmt. Ziel des BayernMentoring ist es, junge Frauen und Männer vor allem in (informations-) technischen Studiengängen berufsorientierend zu begleiten und zu fördern. Mentoring kann das Studienabbruchrisiko senken und den erfolgreichen Studienabschluss unterstützen. Das Projekt wird in drei verschiedenen Stufen angeboten.



Das Mentoring „first steps“ der OTH Regensburg entspricht der zweiten Stufe des Bayern Mentorings. An der OTH Regensburg hat man das Konzept aber sukzessive auf alle Studentinnen und Studenten in allen Studiengängen der OTH Regensburg ausgeweitet. Dabei unterstützt eine Studentin oder ein Student im höheren Semester (Mentorin oder Mentor) eine „neue“ Studentin oder einen „neuen“ Student (Mentee) über den Zeitraum von einem Semester, um den Studienstart besser zu meistern.

Inhalte

Inhalte in dieser Mentoringbeziehung können alle Belange rund um das Studium sein. Das Mentoring ist dabei im positiven Sinne unstrukturiert und macht Ihnen keine Vorgaben, über was Sie sprechen sollen. Typische Themen können aber z.B. sein: AW-Fächer, Stundenplan, sich an der OTH Regensburg zurecht finden, Tipps zur Prüfungsvorbereitung, das Leben in Regensburg usw.

1.2 Ziele des Mentorings „first steps“

Die Studienanfängerinnen und -anfänger sollen vom ersten Tag an in ihrer studentischen Laufbahn unterstützt werden und sich mit anderen Studierenden austauschen können. Dies soll den Studienstart erleichtern und damit zur Senkung der Studienabbruchquote dienen.

1.3 Ablauf des Mentorings „first steps“



Interesse / Bewerbung

Die Anmeldung erfolgt über die Homepage der OTH Regensburg (www.oth-regensburg.de/first-steps). Dort steht ein Anmeldebogen bereit, in dem verschiedene persönliche Daten sowie einige weitere Infos, die für das Matching, also die Zuordnung zur Mentorin oder zum Mentor hilfreich sind, eingegeben werden müssen. Bitte beachten Sie, dass diese Anmeldung verbindlich ist.

Matching

Beim Matching wird v.a. darauf geachtet, dass Mentor/in und Mentees möglichst denselben Studiengang oder zumindest einen verwandten Studiengang studieren. Zudem wird versucht, die Angaben aus dem Anmeldebogen (z.B. persönliche Interessen) miteinfließen zu lassen. Je nach Anzahl der Teilnehmenden, ergibt sich entweder ein One-to-One Mentoring, in dem eine Mentorin/ein Mentor eine Mentee betreut oder ein Kleingruppen-Mentoring, in dem sich eine Mentorin/ein Mentor um mehrere Mentees kümmert. **Leider können wir nicht zu 100 % garantieren, dass für alle angemeldeten Mentees auch eine passende Mentorin bzw. ein Mentor gefunden werden und dass alle Präferenzen erfüllt werden können.**

Auftaktveranstaltung

In der Auftaktveranstaltung erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine Einführung in das Konzept des Mentorings. Dann werden die im Matching festgelegten Gruppen nach Studiengängen bekannt gegeben. Anschließend besteht die Möglichkeit für ein erstes Kennenlernen der Mentoring-Partner/innen.

Selbstorganisierte Treffen

Die Organisation der Treffen liegt in der Verantwortung der Teilnehmenden. Auch Inhalte und Intensität der Mentoring-Beziehung bestimmen alle Beteiligten selbst – je nach Bedarf und Voraussetzungen. Es sollte mindestens ein persönliches Treffen alle vier Wochen stattfinden. Ein Austausch ist auch über Telefon, E-Mail, Facebook usw. möglich. Die Erfahrung zeigt, dass jede Gruppe hier ihren eigenen „Stil“ entwickelt.

Zwischenbilanz

Nach der Hälfte der Projektlaufzeit sollte innerhalb der Gruppe eine Zwischenbilanz erfolgen, in der offen besprochen wird, was in der Mentoring-Beziehung bisher gut lief und an welchen Stellen Verbesserungsbedarf besteht. Mögliche Verbesserungsvorschläge sollen festgehalten werden. Der Termin wird, wie die anderen Gruppentreffen selbst bestimmt.

Evaluation

Eine kontinuierliche Evaluation und Verbesserung des Programms ist uns sehr wichtig! Im Rahmen des BayernMentorings werden regelmäßig Evaluationen mittels Fragebögen durchgeführt. Sowohl Mentorinnen/Mentoren als auch Mentees erhalten zu Semesterende eine E-Mail mit dem entsprechenden Link zum Fragebogen.

Wir möchten Sie dringend darum bitten, sich kurz die Zeit zu nehmen, diesen auszufüllen.

Abschlussveranstaltung

Am Ende des Programms kommen alle Mentorinnen und Mentoren noch einmal zu einer abschließenden gemeinsamen Veranstaltung zusammen. Bei der Abschlussveranstaltung werden die Ergebnisse der Evaluation kurz vorgestellt. Selbstverständlich sind auch alle Mentees zur Veranstaltung eingeladen und habe die Möglichkeit, Ihre Erfahrungen und Verbesserungswünsche noch einmal direkt anzubringen.

1.4 Die Mentoring- Vereinbarung

Das Nachdenken über und das Abschließen einer Mentoring-Vereinbarung zwischen Mentee und Mentorin oder Mentor ist ein wichtiger Auftakt für die Mentoring-Beziehung. Sie ermöglicht es den beiden Beteiligten, ihre Ziele, Vorstellungen und Erwartungen zu reflektieren und sich bereits zu Beginn der Mentoring-Beziehung darüber Gedanken zu machen, wie sie sich die Beziehung vorstellen.

Im Folgenden sind einige Punkte genannt, die Bestandteil einer Mentoring-Vereinbarung sein können und über die Sie sich Gedanken machen sollten/können.

Organisation und Ablauf:

- Sind auch telefonische und E-Mail Kontakte geplant? Wie häufig darf das sein? Gibt es bestimmte Zeiten, zu denen Sie nicht anrufen sollen?
- Wie kurzfristig darf ein Termin verlegt werden?
- Sind die Personen damit einverstanden, auch am Wochenende erreichbar zu sein?

Inhalte:

- Welche Erwartungen haben Sie aneinander? Was erhoffen Sie sich von der Mentoring-Beziehung? (z.B.: Themen, Verhalten, Initiative, Pünktlichkeit...)
- Welche Ziele haben Sie jeweils und wer trägt was dazu bei? (z.B.: Aufarbeitung und Besprechung des Hochschulalltags, Stärkung bestimmter Kompetenzen, Besprechung eines bestimmten Projekts...)
- Welche Themen sollen besprochen werden, welche evtl. nicht?

Vertrauen:

- Vereinbaren Sie ausdrücklich Verschwiegenheit und Vertraulichkeit: Welchem Personenkreis gegenüber gilt das? Was darf weiter erzählt werden, was nicht?
- Was ist, wenn Sie mit etwas in der Mentoring-Beziehung unzufrieden sind? In welcher Form wollen Sie das äußern? Wenn nicht, was befürchten Sie? Was kann passieren, wenn Sie es sagen? Was, wenn Sie es nicht sagen?
- Wie soll Feedback gegeben werden?

Eine kurze Vorlage der Mentoring-Vereinbarung stellen wir Ihnen zur Verfügung. Sie erhalten Sie bei der Auftaktveranstaltung, außerdem befindet sie sich auf der Homepage. Diese Vorlage stellt nur ein Grundgerüst dar und kann jederzeit um weitere Aspekte erweitert werden.

2 Mentee

2.1 Welche Aufgaben übernehme ich als Mentee

- Vorbereitung auf die Mentoringtreffen (z.B. Fragen überlegen)
- Zuverlässigkeit und Aktivität: Halten Sie die vereinbarten Termine ein und gehen Sie auch aktiv auf Ihre Mentorin oder Ihren Mentor zu, Sie erleichtern ihnen damit die Betreuung.
- Eigenverantwortung: Nur Sie können entscheiden, was Sie in Ihrem Leben erreichen wollen. Setzen Sie von den Anregungen und Ratschlägen der Mentorin oder des Mentors nur das um, was Sie für richtig halten und was zu Ihren eigenen Werten passt.
- Feedback: Geben Sie Ihrer Mentorin oder Ihrem Mentor Feedback.

2.2 Was bringt mir das Mentoring als Mentee?

- Einen schnellen Einstieg in das Studium
- Eine verlässliche Ansprechpartnerin bzw. einen verlässlichen Ansprechpartner in der ersten Zeit an der Hochschule
- Vielseitige Unterstützung
- Motivation, auch wenn es am Anfang nicht so gut läuft
- Vielfältige Kontakte und Netzwerke
- Spaß und Abwechslung



OSTBAYERISCHE
TECHNISCHE HOCHSCHULE
REGENSBURG

Bayern
Mentoring

KONTAKT

Bei Fragen oder Problemen können Sie sich jederzeit an uns wenden:

OTH Regensburg

Servicestelle Gender und Diversity

Galgenbergstr. 30, D 105

www.oth-regensburg.de > Studium > Service und Beratung > Mentoring

Projektleitung:

Prof. Dr. Christine Süß-Gebhard

Frauenbeauftragte

Tel.: +49 941 943-9729

Fax: +49 941 943-9727

E-Mail: frauenbeauftragte@oth-regensburg.de

Projektkoordination

Dipl.-Betriebswirtin (FH) Sabine Hoffmann

Tel.: +49 941 943-9728

Fax: +49 941 943-9727

E-Mail: mentoring@oth-regensburg.de