



FAQ Mentoring

1. Welche Themen und Zielsetzungen können in einem Mentoring-Programm behandelt werden?
2. Welche sind die Grundlagen des BPW Mentoring?
3. Wie lange dauert ein Mentoring?
4. Was kostet die Teilnahme am Mentoring-Programm?
5. Was ist eine Mentoring Meeting Card?
6. Wie wird man Mentorin?
7. Wie wird man Mentee?
8. Wer sind die Personen, die für die Koordinierung zwischen Mentorin-Mentee zuständig sind und worum kümmern sie sich?

1. Welche Themen und Zielsetzungen können in einem Mentoring-Prozess behandelt werden?

Anlässlich eines Mentorings können auch verschiedene Zielsetzungen verfolgt werden. Dies hängt einerseits von der Breite/Art der beruflichen Erfahrung der Mentorin und andererseits vom Bedarf der Mentee ab. Als Beispiel nachstehend einige Themen, die möglicherweise in einem Mentoring-Programm gestellt werden könnten:

- Bestimmung von Karriere- und Ausbildungszielen
- Erörterung der ersten Schritte, die für die Erreichung der gesetzten Ziele notwendig sind
- Verhaltensweisen und Umgangsformen in bestimmten beruflichen Umfeldern
- Hervorhebung der beruflichen Qualifizierung innerhalb von Netzwerken
- Vorgehen bei Arbeitswechsel oder Übernahme neuer Aufgaben
- Anforderungen bei Übernahme von Führungsaufgaben (Leadership)
- Voraussetzungen für Arbeit im Team
- Aktive Teilnahme in einem VR
- Vorgehen in einem von Männern dominierten Arbeitsbereich
- Entwickeln sich zu einer politischen Karriere
- Lohnverhandlungen führen
- Vereinbarkeit familiärer und beruflicher Verpflichtungen

Die Beratung einer Mentorin bezieht sich grundsätzlich nicht auf persönliche bzw. Private Problemstellungen seitens einer Mentee.



2. Welche sind die Grundlagen des BPW-Mentoring?

Jede Art einer Mentoring-Begleitung basiert auf folgenden Prinzipien, die die Beziehung zwischen Mentorin regeln.

- Vertrauen ist die Grundlage einer jeden guten Beziehung zwischen Mentorin und Mentee! Vertrauen entsteht aufgrund der freien Wahl der Mentorin durch die Mentee und der Möglichkeit, das vereinbarte Mentoring-Programm jederzeit aufkündigen bzw. beenden zu können.
- Gegenseitiger Respekt: Da es sich hierum eine Beziehung zwischen erwachsenen Menschen handelt, die keinerlei Hierarchien unterworfen ist, übernimmt jeder die ihm eigenen Verantwortungen.
- Voraussetzung für eine gute Zusammenarbeit: Die Zielsetzungen werden genau definiert und beide Partner übernehmen Eigenverantwortung hinsichtlich des entsprechenden Engagements zur Erreichung derselben.
- Vertrauliche Behandlung aller Informationen: alles, was während der Treffen und Diskussionen besprochen wird, untersteht der absoluten Vertraulichkeit und darf nicht extern verbreitet werden.
- Begrenzungen: Das Mentoring von BPW hat eine begrenzte Dauer und erfordert auf keinen Fall die Lösungsfindung für individuelle Probleme. Demnach handelt es sich hier weder um eine psychologische Beratung/Behandlung noch um ein Coaching.
- Unentgeltlichkeit: Die Leistungen eines Mentors erfolgen gratis, d.h. sie sind freiwillig.
- Ein BPW-Club, der das Mentoring-Programm **Move** übernimmt, kann jedoch sowohl seinen Mitgliedern als auch möglichen Interessentinnen, welche von dem Mentoring-Angebot Gebrauch machen wollen, die hierfür eventuell zusätzlich anfallenden verwaltungstechnischen Aufwendungen in Rechnung stellen. Die Leistungen innerhalb des Programms **Open** hingegen stehen lediglich Mitgliedern zur Verfügung.

3. Wie lange dauert ein Mentoring?

Normalerweise bis zu einem Jahr mit einer Gesprächsfrequenz von 1-4 resp. 6 Terminen, die frei zwischen Mentorin und Mentee festgelegt werden. Dies gilt sowohl für eine Verlängerung als auch für eine eventuell vorzeitige Unterbrechung/Beendigung eines Mentoring-Programms.

Ein Gespräch dauert normalerweise 1-2 Stunden.

Wo / wie finden die Gespräche statt?

- Entweder direkt zwischen Mentorin und Mentee in einem Ort, den die Mentorin bestimmt,
- oder auf Distanz, d.h. telefonisch oder über andere Kommunikationswege wie online (mittels Skype, Facetime, usw.)



4. Was kostet die Teilnahme am Mentoring-Programm?

Für BPW-Mitglieder ist das Mentoring-Programm kostenfrei. Allerdings kann je nach Club ein kleiner Beitrag zur Deckung von eventuell anfallenden verwaltungstechnischen Kosten erhoben werden.

Für Interessentinnen, die noch nicht BPW-Mitglieder sind, wird vom jeweiligen Club ein Tarif festgelegt. Dieser wird anlässlich des Vorgesprächs mit der für Mentoring zuständigen Koordinatorin bekanntgegeben.

5. Was ist eine Mentoring Meeting Card?

Auf dieser Karte werden die Vereinbarungen für das jeweilige Mentoring-Programm schriftlich festgehalten. Mentorin und Mentee vereinbaren hierauf folgendes:

- Zielsetzungen des Mentoring-Programms
- Dauer
- Anzahl der vorgesehenen Gespräche
- Gesprächsart (persönliches Treffen, per Telefon, Skype o.a.)

6. Wie wird man Mentorin?

Das Alter der Mentorin ist nicht ausschlaggebend: das, was zählt, ist lediglich ihre Erfahrung und Kompetenz. Demnach kann jede von Ihnen Mentorin werden, egal, ob Sie älter oder jünger sind als die Mentee, vorausgesetzt, Sie erfüllen die für eine Mentorin notwendigen Voraussetzungen, d.h.:

- Sie verfügen über grosse Erfahrung in einem bestimmten Arbeitsbereich oder Kenntnisse aufgrund einer spezifischen Berufsausbildung;
- Sie besitzen die Fähigkeiten des Zuhörens und haben uneingeschränkten Respekt gegenüber anderen Menschen;
- Sie sind jederzeit gern bereit, Ihre eigene Beratertätigkeit zu verbessern; dies eventuell auch durch einen Erfahrungsaustausch mit anderen Mentorinnen.

Wenn Sie also bereit sind Mentorin zu werden, übersenden Sie uns einfach das ausgefüllte Formular oder wenden Sie sich direkt an die für das BPW-Mentoring zuständige Koordinatorin in Ihrem Club. Oder melden Sie in der Datenbank ganz einfach Ihre Verfügbarkeit als Mentorin an. Wichtig ist, dass Sie sich bei Ihrer eventuellen Tätigkeit als Mentorin an die von BPW erstellten Richtlinien/Prinzipien halten.

7. Wie wird man Mentee?

Mentee zu sein heisst nicht, dass man unbedingt jünger sein muss als die Ihnen zugewiesene Mentorin. Allerdings sind es meistens und vor allem junge Frauen, die zu Beginn ihrer Karriere ein Mentoring-Programm benötigen oder wünschen. Das junge Alter ist jedoch unter gewissen Umständen nicht



ausschlaggebend, wie z.B. anlässlich eines Berufswechsels, zu Beginn einer unabhängigen Tätigkeit oder wenn man vor bestimmten beruflichen Herausforderungen gestellt wird. In diesen Fällen kann es sehr nützlich sein an einem Mentoring-Programm teilzunehmen.

Auch wenn Sie noch nicht BPW-Mitglied sind, können Sie als Mentee an unserem Mentoring-Programm Move teilnehmen. Natürlich ist eine Teilnahme als BPW-Mitglied vorteilhafter, weil sie gratis ist. Allerdings entscheidet jeder Club, ob er eventuell anfallende geringfügige Spesen berechnet oder nicht.

Um an unseren weniger strukturierten Mentoring-Programmen (in der Version Open) teilzunehmen, ist eine Mitgliedschaft bei BPW allerdings unerlässlich.

Es lohnt sich auf jeden Fall, Mitglied von BPW zu werden, auch aus vielen anderen vorteilhaften Gründen. Informieren Sie sich einfach unverbindlich und überzeugen sich selbst!

8. Wer koordiniert das Mentoring und wie?

Die Mentoring-Koordinatorinnen tun folgendes:

- Sie wachen darüber, dass im Club Mentoring-Programme angeboten werden.
- Sie begutachten die von potentiellen Mentorinnen zugesandten Kandidaturen.
- Sie bearbeiten die von potentiellen Mentees eingereichten Anfragen und organisieren das jeweils gewünschte Mentoring-Programm mit den zur Verfügung stehenden Mentorinnen sowohl vor Ort (lokal) als auch über ein sog. Cross Mentoring (Kontaktaufnahme mit anderen Mentorinnen auf nationaler oder, falls gewünscht, auf internationaler Ebene).
- Sie entwickeln die bestehenden BPW-Mentoring-Programme Move und Open weiter.
- Sie tauschen regelmässig ihre Erfahrungen mit der nationalen Koordinatorin aus, damit das Mentoring von BPW erfolgreich weiter ausgebaut und vorangetrieben werden kann.

Die bei BPW Switzerland auf nationaler Ebene zuständige Koordinatorin ist derzeit Griselda Naumann. Die Namen der auf Club-Ebene zuständigen Koordinatorinnen können Sie auf den Webseiten der einzelnen BPW-Clubs finden oder wenden Sie sich bei Fragen hierzu bitte an die jeweilige Club-Präsidentin.

Das gesamte Mentoring-Programm steht allen Mitgliedern von BPW Switzerland zur Verfügung. Dabei ist es egal, welchem regionalen Club Sie angehören, auch wenn letzterer nicht unbedingt über eine zuständige Koordinatorin verfügt, die sich intern um das BPW-Mentoring-Programm kümmert.