



Anhang B: Leitfaden für die Tandems

zum Mentoring-Programm

des Sprecherrats der dvs-Kommission „Wissenschaftlicher Nachwuchs“ und des Vorstands des „Vereins zur Förderung des sportwissenschaftlichen Nachwuchses e.V.“

Die Mentoring-Kontakte

Der persönliche Kontakt zwischen Mentee und Mentor*in bildet den Kern der Mentoring-Beziehung. Wie dieser Kontakt ausgestaltet werden soll, liegt im Ermessen von Mentee und Mentor*in. Zu Beginn des Mentorings sollte daher zunächst gemeinsam überlegt und individuell vereinbart werden, wie häufig und in welcher Form Kontakt aufgenommen wird.

Persönliche „body-to-body“-Treffen ermöglichen sicherlich den engsten Kontakt. Da die Mentoring-Tandems über den gesamten deutschen Sprachraum hinweg gebildet werden, können sie sich aufgrund der räumlichen Distanz jedoch als sehr aufwendig erweisen. Hier können die Tandems überlegen, ob es in den kommenden 18 Monaten beispielsweise durch ohnehin stattfindende Dienstreisen zu Tagungen oder Ähnlichem günstige Gelegenheiten für persönliche Treffen gibt. Mindestens einmal sollte die*der Mentee den Aufwand auf sich nehmen und die*den Mentor*in an deren Universität besuchen. Einen persönlichen „face-to-face“-Kontakt ermöglichen auch Videokonferenzen. Darüber hinaus bieten Telefon und E-Mail Möglichkeiten des kommunikativen Austauschs.

Die Art und Weise der Kontaktaufnahme, deren Häufigkeit und die konkreten Termine bleiben letztlich den einzelnen Tandems überlassen und werden zwischen Mentor*in und Mentee individuell vereinbart. Sie sollten einerseits den Bedarfen der Mentees und andererseits den zeitlichen Möglichkeiten der Mentor*innen sowie den persönlichen Vorlieben beider angepasst sein.

Verantwortlich für die Vereinbarung, Vorbereitung, Gestaltung und Auswertung der Mentoring-Kontakte sind jeweils die Mentees. Sie sollten von sich aus mit den Mentor*innen Kontakt aufnehmen und den jeweiligen Gesprächsbedarf sowie die anstehenden Themen vorher kommunizieren.

Klärung von Problemen im Tandem

Bei Unstimmigkeiten im Tandem, die nicht direkt miteinander geklärt werden können, wenden Sie sich bitte an die Programmkoordination. Dies gilt auch, wenn sich beispielsweise die Situation von Mentor*in oder Mentee ändert, etwa durch Wechsel der Universität oder einen



längeren Forschungsaufenthalt andernorts. Gemeinsam wird dann eine Lösung angestrebt, die für alle Beteiligten passend ist.

Auch bei Interessenkonflikten (z.B. wenn sich herausstellt, dass die*der Mentor*in zugleich Gutachter*in für die*den Mentee wird) nehmen Sie bitte Kontakt mit der Programmkoordination auf. Dies gilt vor allem dann, wenn eine offene Gesprächsatmosphäre durch Rollenkonflikte o.ä. nicht mehr gewährleistet ist.

Checkliste zum Erstgespräch

Beim Erstgespräch zwischen Mentee und Mentor*in steht das gegenseitige Kennenlernen im Vordergrund. Dabei ist nicht nur die inhaltliche Abstimmung für das bevorstehende Mentorat wichtig, sondern auch die Frage, ob man persönlich für die folgenden 18 Monate miteinander auskommen kann.

- ✓ *Erwartungen klären:* Was erwarten sich beide von der Teilnahme am Mentoring? Was erwarten beide voneinander (Themen, Verhalten, Initiative, Pünktlichkeit, Verlässlichkeit..)? Wie lässt sich evtl. aufkommende Unzufriedenheit ansprechen?
- ✓ *Rahmenbedingungen festlegen:* Wie oft, über welche Kanäle (z.B. persönliches Treffen, Videokonferenz) und ggf. an welchem Ort sollen die Mentoring-Kontakte stattfinden? Welche größeren Themenkomplexe stehen für die Mentoring-Arbeit an?
- ✓ *Sich eigene Ziele bewusst machen:* Was möchte die*der Mentee während des Mentorings erreichen? Welche laufbahnrelevanten Entscheidungen stehen wann an? Ziele und Inhalte des Mentorings sollen gemeinsam festgelegt werden: z.B. Aufarbeiten und Besprechen des universitären Alltags, Begleitung von Entscheidungsprozessen, Feedback zu speziellen Bereichen, Stärkung bestimmter Kompetenzen, Begleitung der Mentor*innen zu Terminen oder Meetings mit anschließender Reflexion.

Checkliste zur Vorbereitung von Mentoring-Gesprächen

Um die Zeit, die die Mentor*innen zur Verfügung stellen, optimal nutzen zu können, sind die einzelnen Mentoring-Kontakte von den Mentees im Vorfeld vorzubereiten. Idealerweise notiert sich die Mentees entsprechende Aspekte bzw. Fragen und lassen diese den Mentor*innen vorher schriftlich zukommen.

- ✓ Welche Themen sollen besprochen werden?
- ✓ Welchen Zielen will die*der Mentee durch das Gespräch näherkommen?
- ✓ Welche konkreten Fragen sollen nach dem Gespräch beantwortet sein?

Reflexion der Mentoring-Gespräche

Zur Nachbereitung der einzelnen Mentoring-Kontakte wird die Reflexion folgender Fragen empfohlen:



- ✓ Welche Entscheidungen sind angeregt worden? Welche Gesprächsergebnisse lassen sich festhalten?
- ✓ Welche nächsten Schritte sind zu tun, bis wann, von wem?
- ✓ Wann und wo findet das nächste Mentoring-Gespräch statt?
- ✓ Was soll im nächsten Tandem-Gespräch besprochen werden?

Tandem-Abschlussgespräch

Zur Auswertung der Mentoring-Kooperation ist es für die Tandems empfehlenswert, ein Abschlussgespräch vor dem offiziellen Programmende durchzuführen. Im Rückblick können beide Tandempartner*innen die Beziehung Revue passieren lassen und ihre Erfahrungen austauschen.

- ✓ Welche wichtigen (Lern-)Erfolge hat die*der Mentee während des Mentorings erreicht?
- ✓ Welche Strategien, Informationen und Tipps waren besonders hilfreich, welche weniger?
- ✓ Welche Ziele strebt die*der Mentee nun an?
- ✓ Wie strukturiert, unterstützend und zielführend waren die Mentoring-Gespräche?
- ✓ Wie klar haben die Tandempartner*innen ihre eigene Rolle und Aufgabe im Tandem empfunden?
- ✓ Welche Ziele wurden nicht erreicht? Woran lag es? Wie kann mit Unerledigtem oder noch anstehenden Entscheidungen weiter umgegangen werden?
- ✓ Ist es sinnvoll/möglich/erwünscht, die Mentoring-Beziehung auf informeller Ebene weiter zu führen? Wie wollen Mentee und Mentor*in zueinander Kontakt halten?
- ✓ Welche weiteren Anregungen gibt es für den*die Tandempartner*in?