

 AKTUELLES

Liebe Leserin, lieber Leser,

wenn es um das Thema Berufsorientierung geht, sind wir Ihr erster Ansprechpartner und beraten Sie gern. Angesichts der Bandbreite an Berufsfeldern möchten wir Sie jedoch auch auf Angebote hinweisen, die Sie gezielt beim Berufseinstieg in dem von Ihnen gewählten Bereich unterstützen. Daher widmen wir unseren aktuellen Newsletter dem Thema Mentoring.

Der Begriff Mentoring stammt ursprünglich aus der griechischen Mythologie und bedeutet so viel wie „Begleiten“, „Fördern“. Eine erfahrene Fach- oder Führungskraft (der Mentor/ die Mentorin) unterstützt eine junge Nachwuchskraft (den/ die Mentee) in beruflichen und persönlichen Fragen. Der/die Mentor(in) ist Vorbild, Ratgeber(in), Kritiker(in) und Förderer/ Förderin in einem. Was das genau bedeutet, warum Sie auch schon als Studierende vom Mentoring profitieren können und wie Sie ein(n) Mentor(in) finden, darum soll es in unserem aktuellen Newsletter gehen.

Herzlichst,
Ihr Career Service-Team



Unsere Themen

Aktuelles	S. 1
Thema: Mentoring	S. 2
Career Tipp Termine	S. 3
Interview	S. 4
Service Tipps & Hinweise	S. 6

>> **Der Career Service zieht um!**

Im Juli ziehen wir in unsere neuen Räumlichkeiten in der Strohsackpassage (Nikolaistraße 6-10, 3. Etage). Dort beraten wir Sie ab August wieder zu allen Themen rund um den Berufseinstieg. Während des Umzugs werden wir unsere Servicezeiten einschränken müssen. Genaueres teilen wir Ihnen rechtzeitig über unsere Homepage mit. Unser Veranstaltungsprogramm führen wir natürlich wie gewohnt fort und informieren Sie über die neuen Veranstaltungsorte der Workshops, sobald diese feststehen. Bei Fragen wenden Sie sich gern an uns.

>> **Neue Bewerbungsrunde MentorMe**

MentorMe ist eine gemeinnützige Organisation, die sich mit einem Mentoring-Programm inklusive Trainings zum Berufseinstieg und Netzwerk-Events speziell an Studentinnen und Absolventinnen richtet. Die Anmeldephase für das kommende Programmjahr (Start November 2017) beginnt im Juli. Warum sich eine Teilnahme unbedingt lohnt? Wir haben zwei Teilnehmerinnen zu ihren Erfahrungen befragt. Das Interview mit Mentee und Mentorin lesen Sie auf den Seiten 4 und 5. Alle weiteren Informationen zu MentorMe und zur Anmeldung findet Sie online unter: <http://www.mentorme-ngo.org>



>> **Mentoring-Programm
UNI findet STADT**

UNI findet STADT ist das gemeinsame Mentoring-Programm der Universität Leipzig und der Stadt Leipzig. Vom 4.-22. September 2017 ermöglicht es ambitionierten Student(innen) intensive Einblicke in die Berufsfelder der öffentlichen Verwaltung. Neben einem Parcours durch verschiedene Ämter vermitteln Ihnen Workshops Wissen zu den Personalauswahlverfahren sowie über das Zusammenspiel von Stadtverwaltung und Kommunalpolitik. Im Mentoring-Prozess lernen Sie außerdem erfahrene Führungskräfte auf Amtsleitererebene kennen und erhalten persönliche Impulse für Ihre Laufbahnplanung. Bewerben können sich alle interessierten Student(innen) der Universität Leipzig noch bis zum 23. Juni. Alle weiteren Informationen finden Sie auf der [Homepage des Gleichstellungsbüros der Universität Leipzig](#).

MENTORING

Wozu ein Mentoring?

Mentorinnen und Mentoren können Ihren Berufsweg bedeutsam mitgestalten: Sie besitzen Insiderwissen und Erfahrungen, die Ihnen bei Ihrer eigenen Karriereplanung zu gute kommen. Bei wichtigen Entscheidungen können Sie Feedback einholen und Fehler vermeiden, die Ihr(e) Mentor(in) zu Beginn ihrer/ seiner beruflichen Laufbahn gemacht hat. Ihr(e) Mentor(in) dient des Weiteren als Vorbild und motiviert Sie mitunter dazu, sich fachlich und sozial weiterzuentwickeln. Hinzu kommt die Funktion als Türöffner(in): Sie profitieren von dem Netzwerk Ihres Mentors/ Ihrer Mentorin und knüpfen wertvolle Kontakte. Indem Mentorinnen und Mentoren konstruktiv Kritik üben und Ihnen gleichzeitig Mut machen, unterstützen sie Ihre persönliche Weiterentwicklung.

Welche Mentoring-Programme gibt es?

In Unternehmen dient Mentoring in der Regel dazu, vielversprechende Nachwuchskräfte auf Führungspositionen bzw. junge Führungskräfte auf das Management vorzubereiten. Oftmals gibt es spezielle Programme für Frauen, um dem Ungleichgewicht von Männern und Frauen in Top-Positionen zu begegnen und einen Beitrag zu mehr Diversity zu leisten. Als Beispiel lässt sich hier die **Allianz** nennen.

Auch die ersten universitären Mentoring-Programme wurden mit dem Ziel geschaffen, Frauen dabei zu unterstützen, in traditionelle Männerdomänen wie die Naturwissenschaften vorzudringen. Mittlerweile bieten zahlreiche Universitäten in Deutschland Mentoring-Programme an, sei es übergreifend oder für einzelne Fachbereiche. An der Universität Leipzig gibt es beispielsweise das Programm **UNI findet STADT**, in Kooperation mit der Stadtverwaltung Leipzig, und die Aktion „**Ein Tag mit...**“, welche sich an Studierende der Sport-, Geistes- und Sozialwissenschaften richtet. Hinzu kommen weitere Angebote (siehe Seite 6: Tipps und Hinweise).

Mentoring-Programme für Studierende werden nicht nur von Hochschulen angeboten. Auch Unternehmen, die es als Recruiting-Instrument einsetzen, Branchenverbände und gemeinnützige Organisationen sind im Bereich Mentoring aktiv. Eine Liste haben wir für Sie zusammengestellt (siehe Seite 6).



© Creative Commons/ Quelle: Pixabay

Worauf sollten Sie beim Mentoring achten?

Bevor Sie sich auf die Suche nach einem Mentor/ einer Mentorin begeben, ist es essentiell, dass Sie für sich die folgenden Fragen beantworten:

- Was will ich mit dem Mentoring erreichen?
- Wer ist als Mentor/in geeignet?
- Was macht mich für den/ die Mentor(in) interessant?

Das Mentoring wird für Sie nur einen Wert besitzen, wenn Sie sich Ihre eigenen Ziele bewusst machen. Weshalb suche ich überhaupt eine(n) Mentor(in)? Was verspreche ich mir von diesem Austausch?

Um eine(n) geeignete(n) Mentor(in) zu finden, sollten Sie sich zudem damit auseinandersetzen, welche Branchen und Tätigkeitsbereiche für Sie am spannendsten sind. Der Mentor/ die Mentorin wird Ihnen fundierte Einblicke geben können, seine/ ihre Kenntnisse mit Ihnen teilen und wertvolle Kontakte vermitteln. Das lohnt sich für Sie beide nur, wenn Sie ein aufrichtiges Interesse für sein/ ihr jeweiliges Berufswelt bzw. die Branche mitbringen. Denken Sie immer daran: Beim Mentoring geht es nicht mehr um eine grobe Orientierung, sondern um eine intensive Auseinandersetzung mit Ihren konkreten beruflichen Möglichkeiten. Das ist eine großartige Chance, die wertgeschätzt werden sollte. Überlegen Sie sich daher auch, was Sie zurückgeben können und was Sie als Mentee besonders interessant macht.

Zu guter Letzt sollten Sie bei der Wahl Ihres Mentors/ Ihrer Mentorin darauf achten, dass Sie sich sympathisch sind und gern miteinander arbeiten möchten.

 CAREER TIPP

Mentoring ohne Programm

Um einen Mentor/ eine Mentorin zu finden, müssen Sie nicht zwingend an einem Programm teilnehmen, sei es nun von einem Unternehmen oder Ihrer Universität organisiert. Werden Sie selbst aktiv! Es gibt in Ihrem Bekanntenkreis jemanden, der beruflich bereits dort angelangt ist, wo Sie mal hinwollen? Sie haben auf einem Karriereevent, im Rahmen eines Praktikums oder während Ihres Studentenjobs jemanden kennengelernt, den Sie sich als Mentor(in) vorstellen können? Dann fragen Sie diese Person! Entscheidend sind hierbei drei Dinge:

1. Erklären Sie überzeugend, warum Sie genau jenen Menschen als möglichen Mentor/ mögliche Mentorin auserkoren haben.
 2. Legen Sie dar, was Sie sich von der Zusammenarbeit erwarten.
 3. Besprechen Sie, in welchem Zeitrahmen das Mentoring stattfinden soll.
- In diesem Sinne, viel Erfolg!

Mentoring ohne Mentor

Neben dem One-to-One-Mentoring gibt es auch das sogenannte Peer-Mentoring. Junge Menschen, die sich in einer vergleichbaren Situation befinden, organisieren sich als Gruppe und unterstützen sich gegenseitig – ganz ohne Mentor-Figur. Es muss also nicht immer der klassische Weg sein. Der Vorteil des Peer-Mentoring liegt darin, dass sich alle Mentees auf Augenhöhe begegnen. Das baut Hemmungen ab und fördert den Austausch. Treffen Sie sich also mit Gleichgesinnten!



© Creative Commons/ Quelle: Pixabay

 AUSGEWÄHLTE TERMINE IM JUNI

Datum	Format	Veranstaltung	Zeit	Ort*	Raum
15.06.	V	Berufsperspektiven für Soziolog(inn)en	17:15-18:45	SG	420
21.06.	WS	ProfilPASS: Meine Lebenskompetenzen nutzbar machen	09:00-17:00	CS	1.19
26.06.	WS	For internationals: Finding a job in Germany – Job search strategies and cultural aspects to consider	10:00-14:00	CS	1.19
27.06.	WS	Das perfekte Anschreiben	10:00-13:00	CS	1.19
28. 29.	WS	Rhetorik: Sich selbst & Projekte wirksam präsentieren	09:00-15:30	CS	1.19

Weitere Termine finden Sie in unserem Veranstaltungskalender oder auf www.uni-leipzig.de/careerservice.

An unseren Vorträgen können Sie auch ohne Anmeldung teilnehmen. Für unsere Workshops, Exkursionen und Praxisgespräche melden Sie sich bitte über das TOOL an. Sollte ein Kurs ausgebucht sein, lassen Sie sich einfach auf die Warteliste setzen (anmeldung.careerservice@uni-leipzig.de). Erst wenn Sie unsere 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn versandte E-Mail bestätigen, ist Ihre Teilnahme verbindlich.

* CS _ Career Service Burgstraße 21 | HSG _ Hörsaalgebäude Universitätsstr. 1 | SG _ Seminargebäude Universitätsstr. 1

Weitere Informationen zu unseren Angeboten finden Sie auch auf

-  www.uni-leipzig.de/careerservice
-  www.facebook.com/universitaet.leipzig.career.service
-  www.jobportal.uni-leipzig.de



INTERVIEW

Die Mentorin: Lolita Aufmuth

>> Als Mentorin finde ich es sehr wichtig neue Fragen zu stellen, neue Blickwinkel zu ermöglichen und das Potential im Mentee zu sehen, welches der Mentee zum aktuellen Zeitpunkt vielleicht noch gar nicht sehen kann. <<



© Captivation Photostudio

Lolita Aufmuth absolvierte eine Ausbildung im Filmbereich und war 13 Jahre lang als Projekt- und Executive-Assistentin in der Wirtschaft tätig bevor sie sich zum systemischen Coach ausbilden ließ und 2016 ihr eigenes Unternehmen Coaching Creation gründete.

>> Warum haben Sie sich dazu entschlossen, Mentorin zu werden?

Lolita Aufmuth: Ich habe sowohl privat als auch beruflich ein großes Interesse und Freude an der Förderung und Entwicklung von Menschen. Als Coach erlebe ich regelmäßig wie befreiend Klienten es erleben, jemanden an der Seite zu haben, der Perspektivwechsel anbietet, die zu neuen Gedanken und Handlungen führen können. Ich selbst profitiere immer wieder sehr von meinen eigenen Mentoren in meinem Leben und das MentorMe-Programm bietet mir eine wunderbare Möglichkeit, die Geschenke die ich erhalte an andere weiterzugeben. Das Konzept von Mentoring ist Jahrtausende alt und findet sich in allen Kulturen. Ich denke, es ist ein natürliches menschliches Bedürfnis, andere von der eigenen Lebenserfahrung profitieren zu lassen und von der Lebenserfahrung anderer profitieren zu wollen. Das ist Lernen und Wachstum auf schönste Weise.

>> Worin sehen Sie konkret Ihre Aufgabe? Was kann Mentoring für Studierende aus Ihrer Sicht leisten?

Lolita Aufmuth: Als meine erste und wichtigste Aufgabe sehe ich es, meiner Mentee emphatisch, wertschätzend und offen zuzuhören. Als Mentorin finde ich es ebenfalls sehr wichtig neue Fragen zu stellen, neue Blickwinkel zu ermöglichen und das Potential im Mentee zu sehen, welches der Mentee zum aktuellen Zeitpunkt vielleicht noch gar nicht sehen kann. Genauso wichtig finde ich es, den Mentee zu motivieren und ihn immer wieder an sein eigenes Potential zu erinnern, gerade in Phasen, die als herausfordernd empfunden werden können.

Mentoring kann Studierende in vielerlei Hinsicht unterstützen: Es kann die Angst vor dem Arbeitsmarkt nehmen, es kann bei der Orientierung unterstützen, es kann neue Netzwerke bieten, es kann Türen zu einem Job öffnen und natürlich kann es in geistiger Hinsicht Gold wert sein von der Lebenserfahrung eines Mentoren zu lernen.

>> Welche Tipps haben Sie für angehende Mentees, um das Beste aus dem Mentoring für sich persönlich herauszuholen?

Lolita Aufmuth: Meiner Ansicht nach profitieren Mentees am meisten, wenn sie Vertrauen und Offenheit in die Mentoringbeziehung mit einbringen und die Bereitschaft haben über sich selbst, neue Ideen, Ängste und Befürchtungen zu sprechen. Empfehlenswert ist auch Eigeninitiative, indem der Mentee Kontakt zum Mentor aufbaut und hält und Themen und Zielsetzungen proaktiv benennt. Und die Bereitschaft zur gegenseitigen Verbindlichkeit und Verlässlichkeit ist ein sehr guter Boden auf dem die Partnerschaft eines Mentees und Mentoren gedeihen kann.



INTERVIEW

Die Mentee: Marie Ohl

>> Ohne meine Mentorin hätte ich mich vermutlich schon vom Netzwerken verabschiedet, da das gerade am Anfang viel Überwindung kostet. <<



© Steffen Kugler

Marie Ohl ist freiberufliche Filmdramaturgin. Sie hat an der FU Berlin einen Bachelor in Theaterwissenschaft und Kunstgeschichte absolviert. Davor war sie auch einige Semester in Leipzig und studierte Medien- und Erziehungswissenschaften.

>> Was war Ihre Motivation, sich für das Mentoring-Programm von MentorMe zu bewerben?

Marie Ohl: Ich habe letztes Jahr während meiner Abschlussphase gezielt nach einem Mentoren-Programm gesucht. Bei Jobs im geisteswissenschaftlichen Bereich ist der verdeckte Arbeitsmarkt groß und ich wollte wissen, wie ich vorgehe, um da hinzukommen.

>> Wann haben Sie das erste Mal gedacht: „Wow, das hätte ich ohne meine Mentorin nicht geschafft“?

Marie Ohl: Ich habe ein vertrauensvolles Verhältnis zu meiner Mentorin. Für mich ist das Thema Netzwerken momentan wichtig. Mit ihr kann ich immer wieder Ängste und Situationen besprechen, in denen ich mich unsicher gefühlt habe und überlegen, was ich beim nächsten Mal anders mache. Ohne meine Mentorin hätte ich mich vermutlich schon genervt vom Netzwerken verabschiedet, da das gerade am Anfang viel Überwindung kostet.

>> Wie lässt sich die Beziehung zu einem Mentor/ einer Mentorin erfolgreich gestalten? Welche Tipps haben Sie für andere Mentees und die, die es werden wollen?

Marie Ohl: Die Chemie muss stimmen. Da sollte man dann auch ehrlich sein. Das Programm geht ein Jahr und man geht tatsächlich eine (professionelle) Beziehung ein. Das bedeutet Verlässlichkeit und Offenheit. Man sollte sich auch klar sein, welche Fragen/ Themen man das kommende Jahr besprechen möchte: nicht jede Mentorin/ jeder Mentor kann da gleich hilfreich sein, selbst wenn die Chemie stimmt. Auch während des Jahres sollte man immer wieder mit dem Mentor/ der Mentorin abstecken, was man möchte, und von sich aus Wünsche äußern.

**>> Unsere Servicezeiten**

Mo 10:00 – 13:00 Uhr
Di – Do 10:00 – 15:00 Uhr

**>> Individuelle Beratung |
Bewerbungsunterlagen-Check**

Vereinbaren Sie gern einen Termin
mit Birke Bösel.

>> birke.boeselt@uni-leipzig.de

**>> Individuelle Beratung zur
beruflichen Orientierung und
Bewerbung**

Das Team Akademische Berufe der
Agentur für Arbeit berät:

Di, Mi 10:00 – 16:00 Uhr
Raum 1.26
Anmeldung: +49 341 97-30030

**>> Career Service for
Internationals**

Beratung für internationale
Studierende zu Bewerbung und
Berufseinstieg in Deutschland

Vereinbaren Sie gern einen Termin
mit Susanne Wagner.

>> cs-international@uni-leipzig.de

>> Kontakt

Universität Leipzig
Career Service
Burgstraße 21
04109 Leipzig

Telefon +49 341 97-30030
E-Mail careerservice@uni-leipzig.de

Mentoring-Programme

... an der Universität Leipzig

- Mentoring-Programm [UNI findet STADT](#)
- Aktion „Ein Tag mit...“ für Studierende der Sport-, Geistes- und Sozialwissenschaften
- Mentoring-Programm t.e.a.m. für [Promovendinnen](#) und für [Postdoktorandinnen](#) der Universitäten Leipzig, Halle-Wittenberg und Jena
- Mentoring-Programm der [Leipziger Public Relations Studenten e.V. \(LPRS\)](#)
- Mentoring Programm der [Universitätsmedizin Leipzig](#)

... von Unternehmen

- [Daimler Student Partnership](#)
- [Siemens Future Minds](#)
- Mentoring-Programm der [BVG](#) für Studierende
- Mentoring-Programm von [engineering people \(ep\)](#)

... von Verbänden, Vereinen und weiteren Institutionen

- Mentoring-Programm von [ArbeiterKind.de](#)
- Mentoring-Programm des [Nachwuchsparlaments](#) des Börsenvereins des Deutschen Buchhandels e.V.
- Mentoring-Angebot der [Society of Economic Geologists](#)
- Mentoring-Programm der [Vereinigung für ökologische Wirtschaftsforschung \(VÖW\)](#)
- Mentoring-Programm [VetStage](#) für Veterinärstudent(inn)en
- Mentoring-Angebote der [Akademie Anthroposophische Medizin \(AAM\)](#) zur Aus- und Weiterbildung für Medizin-Student(inn)en
- Mentoring-Programm im Rahmen des [Heiligenfelder Kongresses](#) der Akademie Heiligenfeld

... für Frauen/ Studentinnen

- [MentorMe](#) für Studentinnen aller Fachrichtungen
- [Fraunhofer TALENTA start](#) für Hochschulabsolventinnen
- [Bosch Mentoring](#) für MINT-Studentinnen
- Mentoring-Projekte des Branchen-Netzwerks [BücherFrauen e.V.](#), teilweise auch offen für Studentinnen
- Mentoring-Projekt des [Deutschen Akademikerinnen Bunds e.V.](#)
- Mentoring-Programm des [Helene Weber Kollegs](#) für politisch interessierte Frauen
- Mentoring-Programm des [Journalistinnenbundes](#)

... für Migrant(innen)

- [GEH DEINEN WEG](#) – Ein Stipendien- und Mentorenprogramm der Deutschlandstiftung Integration
- Mentoring-Programm von [Neue Deutsche Medienmacher](#)
- Mentoring-Programm des [Netzwerks bosnischer Studenten und Akademiker e.V.](#)