



## Das Mentoring-Programm

Unterstützung bei der Berufs- und Persönlichkeitsentwicklung durch Mentorinnen und Mentoren aus der Praxis

---

Das Mentoring-Programm ist eine Kooperation der Universität St.Gallen (HSG) und HSG Alumni.

# Leitidee

**Wer wäre nicht dankbar** für überlegten Rat und wohlwollende Förderung? In Homers *Odyssee* ist Mentor ein Freund, den Odysseus dazu bestimmt hatte, in seiner Abwesenheit seinem Sohn Telemachos als Gefährte und Helfer mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Der Name Mentor gilt seither als Synonym für einen vorbildlichen Berater und Erzieher.

## Das Mentoring-Prinzip an der Universität St.Gallen (HSG)

Das Mentoring-Programm fördert Studierende auf der Bachelor-, Master- und Doktoratsstufe in ihrer individuellen Berufs- und Persönlichkeitsentwicklung. Die Universität bietet einen geeigneten Rahmen für das Mentoring, stellt die Verbindung zwischen der erfahrenen Person (MentorIn) und der oder dem Studierenden (Mentee) her und übernimmt eine beratende Funktion gegenüber allen Beteiligten.

Mentorinnen und Mentoren aus den verschiedensten Arbeitsbereichen, die an der Entwicklung der ihnen anvertrauten jungen Menschen interessiert sind, begleiten Studierende über einen Zeitraum von zwei Jahren. Das Mentoring an der Universität St.Gallen ist eine sachliche, aber auch persönliche Beziehung zwischen zwei Menschen, die regelmässig in Kontakt stehen. Der Austausch von Wissen, Meinungen und Visionen unterstützt die Studierenden darin, aktuelle Herausforderungen zu bewältigen, individuelle Erfahrungen zu reflektieren und einen berufsorientierten Weitblick zu gewinnen. Gegenseitiges Wohlwollen und Respekt bilden die Grundlage für das Gelingen der angestrebten Beziehung.

## Das Mentoring-Programm – eine Kooperation der Universität und HSG Alumni

Das Mentoring-Programm ist eine Kooperation der Universität St.Gallen und HSG Alumni und verfolgt das Ziel, den Wissensaustausch zwischen Universität, Studierenden und Ehemaligen zu fördern. Über 80% der MentorInnen sind Alumnae und Alumni der HSG.

### Freiwilligkeit und Engagement

Die Mentoring-Beziehung beruht auf der Freiwilligkeit und dem Engagement der Teilnehmenden. Im Rahmen des zeitlich begrenzten Prozesses des Mentorings werden gemeinsam Verantwortlichkeiten und Entwicklungsziele definiert.

### One-to-One Mentoring – Klassische Form der Mentoring-Beziehung

Im Mittelpunkt des Mentoring-Programms der Universität St.Gallen und HSG Alumni steht die persönliche Beziehung zwischen den beiden Personen der Mentoring-Tandems. Somit unterstützt eine erfahrene Person eine bzw. einen Mentee, in manchen Fällen auch zwei oder mehr Mentees.

### Flexible Gestaltung der Mentoring-Beziehung

Der Umfang und die Schwerpunkte der Mentoring-Beziehung werden von den Teilnehmenden individuell vereinbart. Die Themen orientieren sich an den persönlichen Zielen und Bedürfnissen der Mentees sowie an den Möglichkeiten und Kompetenzen der Mentorinnen und Mentoren.



# Mentoring-Prozess

Die Tandems können die Mentoring-Beziehung flexibel gestalten und individuelle Schwerpunkte setzen. Von Seiten der Universität St.Gallen bestehen insbesondere zwei Erwartungen: Die Mentoring-Beziehung sollte generell für zwei Jahre bestehen. Ausserdem sollte mindestens ein Gespräch pro Halbjahr geführt werden, wobei Mentees als Vorbereitung einen Semesterbericht schreiben.

## Matching

Die Zuteilung der Tandems wird individuell vorgenommen, unterstützt durch eine professionelle Matching-Software mit unterschiedlich gewichteten Kriterien. Interessierte MentorInnen sowie die bewerbenden Mentees legen zuvor ihr Mentoring-Profil auf einer Online-Plattform an und formulieren im Anmeldeformular ihre Erwartungen. Studierende haben zudem die Möglichkeit, anhand einer passenden Vorauswahl Präferenzen für MentorInnen abzugeben.

## Start der Mentoring-Beziehung

Mit der Auftaktveranstaltung Mitte November beginnt die Mentoring-Beziehung offiziell. In einem ersten persönlichen Gespräch sollten Mentee und MentorIn ihre Erwartungen an die Mentoring-Beziehung klären, Form und Häufigkeit der Kommunikation bestimmen und notwendige Regeln für das Mentoring festlegen.

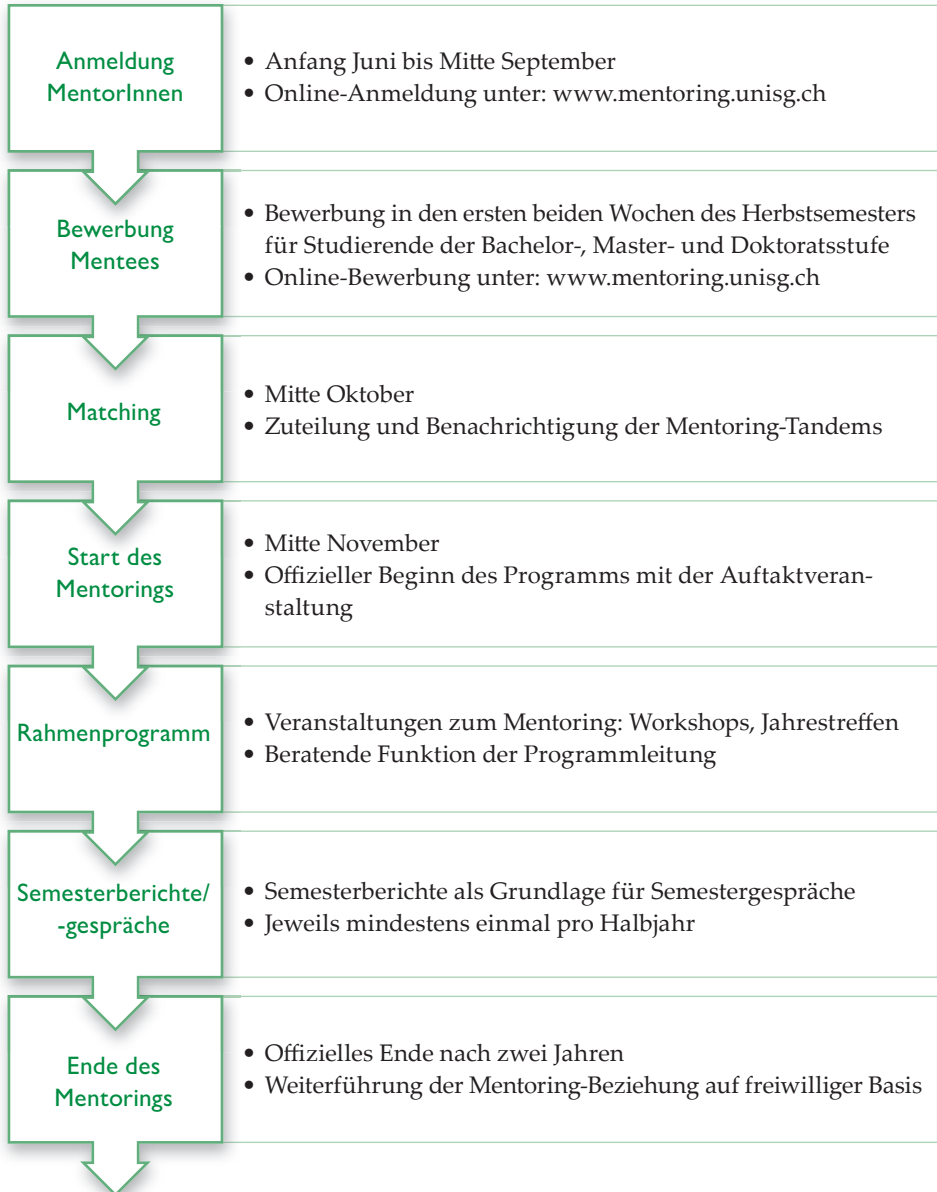
## Semesterberichte & Semestergespräche

Ein zentraler Aspekt der Mentoring-Beziehung ist das Semestergespräch. Das Gespräch dient der reflektierten Rückschau auf die vereinbarten Ziele, die erzielten Fortschritte und einer offenen Diskussion über mögliche Defizite. Ausserdem werden Pläne für das kommende Semester festgelegt. Grundlage des Gesprächs ist der schriftliche Semesterbericht des Mentees, der ein verpflichtender Bestandteil des Mentoring-Programms ist.

## Ende der Mentoring-Beziehung

Die Mentoring-Beziehung endet offiziell nach zwei Jahren und kann anschliessend auf freiwilliger Basis fortgeführt werden. Im Abschlussgespräch sollten die vergangenen zwei Jahre reflektiert und mögliche Zukunftsperspektiven diskutiert werden. Die Mentoring-Beziehung kann aufgrund bestimmter Umstände auch vorzeitig beendet werden. Dieser Entschluss sollte im gegenseitigen Einverständnis gefasst und anschliessend der Programmleitung mitgeteilt werden.

# Ablauf der Mentoring-Beziehung



# Stimmen zum Mentoring-Programm



**Thomas Dürolf**

Bachelor in Betriebswirtschaftslehre (BWL)

*« Die reflektierenden und motivierenden Gespräche, die ich durch das Mentoring-Programm mit meinem Mentor führen kann, helfen mir, mich persönlich weiterzuentwickeln. Gerade in schwierigen Entscheidungssituationen steht mir mein Mentor als objektiver Begleiter beratend zur Seite. Durch die Ähnlichkeit unserer Interessen ist jedes Treffen mit meinem Mentor nicht nur hilfreich, sondern auch sehr bereichernd. »*



**Winnie Cai**

Master in Accounting and Finance (MaccFin)

*« Ich nehme zum zweiten Mal am Mentoring-Programm der Universität St.Gallen teil und habe stets eine sehr positive Erfahrung mit den MentorInnen und der Organisation gemacht. Der freundschaftliche Umgang mit meiner Mentorin ermöglicht mir hilfreiche Einblicke für den Weg nach dem Studium. Das Mentoring hilft mir nicht nur bei der Berufswahl nach dem Studium, sondern auch bei der persönlichen Weiterentwicklung. »*



**Lucas Miehé**

Doktorat in Betriebswirtschaftslehre, Schwerpunkt Business Innovation (ITEM)

*« Externe Meinungen einzuholen, Ansichten zu hinterfragen sowie das eigene Handeln reflektieren sind meines Erachtens essentiell für die persönliche Weiterentwicklung. Mein Mentor hilft mir hierbei wesentlich: Mal hält er mir den Spiegel vor, zeigt mir Alternativen auf oder gibt mir wertvolle Impulse zum Nachdenken. In unserer vertrauensvollen Beziehung bringt mich mein Mentor als Mensch weiter. »*



### Dr. Doris Schiesser

Vorstand HSG Alumni

Studien- und Laufbahnberaterin bei ask!

*« Das Mentoring-Programm ist eine wunderbare Möglichkeit mit der Alma Mater in Verbindung zu bleiben und bereichernde Begegnungen zu erleben. Einerseits kann ich einen jungen Menschen ein wichtiges Stück auf seinem Lebensweg begleiten und ihn aus einer neutralen Position unterstützen. Andererseits lerne ich viel von der Denkweise und den Herausforderungen junger Menschen in einem akademischen Umfeld. »*



### Markus Mader

Direktor des Schweizerischen Roten Kreuzes

*« Es macht mir grosse Freude, Studierende während ihres Studiums zu begleiten und ihnen beratend zur Seite zu stehen. Das grosse Engagement und das breite Interesse beeindruckt mich ebenso wie die Zielstrebigkeit, mit welcher junge Menschen in die Berufswelt einsteigen. Mit meiner langjährigen Erfahrung kann ich als Mentor meine Mentees mit kritischen Fragen zum Reflektieren anregen, ihre Ansichten bestätigen oder ihnen alternative Wege aufzeigen. »*



### Valerie Nad

HR Partner Reinsurance EMEA bei Swiss Re

*« Es ist äusserst bereichernd, die Studierenden der Universität St.Gallen in ihrer beruflichen und persönlichen Weiterentwicklung zu begleiten, gemeinsam neue Perspektiven zu entwickeln und dadurch ihre Potenziale zu fördern. Für mich als Mentorin ist der gegenseitige, interessante Austausch vielfältig und lehrreich. »*

# Anforderungen an die Teilnehmenden

Pro Jahr starten über 450 Studierende und circa 400 MentorInnen in eine neue Mentoring-Beziehung. Beide Seiten nehmen verschiedene Aufgaben wahr, die zu einem erfolgreichen Austausch zwischen Mentee und MentorIn führen.

## Wer kann Mentee werden?

Eingeschriebene Studierende der Universität St.Gallen auf der Bachelor-, Master-, oder Doktoratsstufe können sich als Mentee bewerben und so von der Erfahrung und dem Wissen einer erfahrenen Person aus der Arbeitswelt profitieren. Eine Zuteilung kann aufgrund der hohen Bewerberzahlen jedoch nicht garantiert werden.

Mentees nehmen in der Mentoring-Beziehung eigene Aufgaben und Pflichten wahr. Sie sind verantwortlich für das Initiieren der Gesprächstermine und sollten ihre individuellen Themen aktiv in den Austausch einbringen:

- Kontaktpflege während der gesamten Mentoring-Beziehung;
- Verfassen eines halbjährlichen Semesterberichts;
- Einhaltung von Vereinbarungen;
- Verbindlichkeit bei Gesprächen.

## Wer kann MentorIn werden?

Unsere MentorInnen sind Personen mit Berufserfahrung, die Freude daran haben, Studierende in ihrer beruflichen, sozialen und persönlichen Entwicklung zu unterstützen. Sie benötigen keine Vorkenntnisse zum Mentoring, sondern die Motivation und Intuition, sich im Programm zu engagieren.

MentorInnen sollten sich zwei bis drei Stunden pro Semester Zeit für das Semestergespräch nehmen sowie für kürzere Kontakte per Telefon oder E-Mail zur Verfügung stehen. Sie können als erfahrene Partnerin oder erfahrener Partner bestimmte Aufgaben übernehmen:

- Beratung in konkreten Situationen, bei aktuellen Fragen und Herausforderungen;
- Besprechung von beruflichen Plänen und möglichen Hindernissen;
- Vermittlung von sozialen, beruflichen sowie fachlichen Fähigkeiten;
- Weitergabe von Erfahrungen aus der eigenen Entwicklung und Praxis;
- Einblicke in den beruflichen Alltag.



# Nutzen einer Mentoring-Beziehung

Durch den Austausch in der Tandembeziehung entstehen für beide Seiten Synergien. Nicht nur Mentees können von der Teilnahme am Mentoring-Programm profitieren, es entsteht ebenso ein Nutzen auf Seiten der Mentorinnen und Mentoren.

## Mentees

- Sie erhalten objektive Meinungen und Ermutigungen.
- Sie bekommen Anregungen zur eigenen Problemlösung.
- Berufliche Ziele können konkret formuliert werden.
- MentorInnen tragen zur Stärkung Ihres Selbstbewusstseins bei und fördern die Selbstwirksamkeit.
- Sie lernen, das eigene Tun kritisch zu reflektieren.
- Sie bekommen wertvolles individuelles Feedback.
- Das Mentoring schärft Ihre Urteilsfähigkeit und fördert die Selbsteinschätzung.
- Ihre Perspektive als StudentIn wird durch berufliche Ausblicke erweitert.
- Das Mentoring fördert den Aufbau und Ausbau Ihres persönlichen Netzwerks.

## Mentorinnen und Mentoren

- Die Teilnahme ermöglicht den Austausch verschiedener Sichtweisen.
- Die Mentoring-Beziehung ist eine neue Herausforderung und Lernmöglichkeit.
- Als MentorIn übernehmen Sie soziale Verantwortung.
- Sie können Ihr eigenes Handeln und Ihre persönlichen Erfahrungen reflektieren.
- Sie halten den Kontakt zu einem lebendigen und innovativen universitären Umfeld.
- Sie erleben einen individuellen Austausch mit motivierten Studierenden.
- Sie vertiefen zwischenmenschliche Fähigkeiten sowie Kompetenzen der Gesprächsführung.
- Sie können neue Kontakte knüpfen und frühzeitig Nachwuchstalente kennenlernen.
- Der Austausch mit anderen MentorInnen erweitert Ihr persönliches Netzwerk.

# Rahmenprogramm

Das Mentoring-Programm bietet regelmässig Veranstaltungen an, bei denen sich die TeilnehmerInnen kennenlernen, austauschen und vernetzen können und dabei hilfreiche Unterstützung für ihre Mentoring-Beziehung erhalten.

## Auftaktveranstaltung

Jeder neue Mentoring-Zyklus beginnt mit der Auftaktveranstaltung im November. Die Teilnehmenden erhalten Informationen zum Verlauf des Mentorings. Eine Diskussionsrunde mit aktiven Mentees und ihren MentorInnen bietet Einblicke in die Ausgestaltung und in mögliche Inhalte einer gewinnbringenden Mentoring-Beziehung. Für Mentees ist die Teilnahme an der Auftaktveranstaltung verpflichtend.

## Jahrestreffen

Beim Jahrestreffen im Frühling haben die teilnehmenden MentorInnen und Mentees aus mehreren Zyklen die Möglichkeit, sich auszutauschen, aktuelle Fragen zu diskutieren und verschiedene Perspektiven des Mentorings zu gewinnen.

## Workshop

Der jährliche Workshop unterstützt insbesondere Personen, die zum ersten Mal am Mentoring-Programm teilnehmen. In einer Gruppe von ca. 30 Personen werden Vorstellungen, Erwartungen und Ziele an die Mentoring-Beziehung sowie die Rollen der MentorInnen und Mentees geklärt und Herausforderungen diskutiert.



# Programmleitung



**Prof. Dr. Ulrich Schmid**

Professor für Kultur und Gesellschaft Russlands  
Verantwortlicher Dozent für das Mentoring-Programm



**Carolin König, M.A.**

Leiterin Mentoring-Programm

Universität St. Gallen (HSG)  
Mentoring-Programm  
Dufourstrasse 50  
CH-9000 St.Gallen

+41 71 224 75 30  
mentoring@unisg.ch  
www.mentoring.unisg.ch

Akkreditierungen



Mitglied von

