

alma Mentoring:

Erste Infos für Mentor*innen

alma Mentoring - kurz gesagt

Das alma Mentoring-Programm ist ein **Entwicklungsprozess**, bei dem du als Mentorin deinen Mentee über einen längeren Zeitraum in ihrer **beruflichen Entwicklung begleitest und förderst**.

- **alma Mentees** sind Studierende oder kürzliche Absolvent*innen der Universität Wien, die Unterstützung auf ihrem Karriereweg suchen
- **alma Mentor*innen** sind Alumni und Friends der Universität Wien, die **mindestens 3 Jahre Berufserfahrung** haben und ehrenamtlich Mentees auf ihrem Karriereweg begleiten.

Ziel ist, dass dein Mentee ihre persönlichen Kompetenzen und beruflichen Fähigkeiten weiterentwickelt. **Dabei lernen Mentee und Mentor*in auch voneinander.**



Gemeinsam Karriere-Wege finden

Als Mentorin kannst du deine **Unterstützung in diesen Themenbereichen** anbieten:

- **Berufseinstieg**
- **Selbstständigkeit / Gründung**

Deine Rolle als Mentor*in

Als Mentor*in begleitest du deinen Mentee über einen Zeitraum von 4-6 Monaten, in dem ihr euch regelmäßig trefft um an den Karrierezielen deines Mentees zu arbeiten.

Unsere Mentees schätzen besonders Unterstützung & Stärkung in diesen Bereichen:

- **aktives Zuhören** und empathisches Begleiten auf ihrem individuellen Weg
- **Karriereziele finden:** Unterstützung beim Klarwerden und Setzen von Zielen
- **Gemeinsame Reflektion** und kontinuierliche Begleitung auf dem Weg zur Zielerreichung
- **Offener Erfahrungsaustausch:** ehrlich von den Höhen und Tiefen berichten können
- **Konkrete Tipps und Netzwerkkontakte**, die die nächsten Schritte erleichtern



„Durch das alma Mentoring ist die Last der Ungewissheit um meine berufliche Zukunft immer weniger geworden.

Mittlerweile bin ich ganz entspannt und sollten sich meine Pläne nochmal ändern, habe ich an Wissen und Selbstbewusstsein in Beruffindungsfragen gewonnen.“

Wiebke Fischbach, Mentee

Dein Zeitinvestment als Mentor*in

Länge eines Mentorings: Der empfohlene Zeitraum für ein Mentoring sind **4-6 Monate**. Den Abstand zwischen den Treffen bestimmt jedes Team selbst, wobei die Regelmäßigkeit im Vordergrund steht – denn durch **näheres Kennenlernen und Aufbau von Vertrauen über Zeit** könnt ihr detaillierter in Themen eintauchen und schlussendlich größere Fortschritte erzielen.

Verfügbarkeit als Mentorin: Als Mentorin kannst du in **deinem Profil** jederzeit angeben, dass du derzeit nicht für Mentorings zur Verfügung stehst.

Häufigkeit der Anfragen: Da wir eine große Anzahl engagierter Mentor*innen haben, kann es gut sein, **dass du als Mentorin eine Weile keine Anfrage erhältst – dies ist ganz normal** und kein Zeichen für fehlende Wertschätzung. Jede Mentoring-Beziehung entsteht genau dann, wenn die Interessen und Bedürfnisse übereinstimmen, und deine Bereitschaft zur Unterstützung wird von uns und den Studierenden sehr geschätzt.

So funktioniert das Matching

Über die alma Plattform können unsere **Studierenden selbstständig nach Mentor*innen suchen** und diejenigen anfragen, die zu ihren individuellen Zielen passen. Mentor*innen erhalten E-Mails mit allen Details der **Mentoring-Anfrage**, die sie im nächsten Schritt annehmen oder ablehnen können.

Format des Mentorings: Mentoring-Treffen können sowohl online als auch persönlich stattfinden.

Community Events

Halte deine Augen offen: auf der **Startseite der Plattform** sind regelmäßig spannende Events zu finden, die für Mentor*innen, Mentees und Mentoring-Interessierte offen sind!



Support

Das alma Mentoring-Team steht dir **über die gesamte Laufzeit des Mentorings** bei Bedarf mit persönlicher Unterstützung zur Seite.

Du hast noch Fragen? Melde dich gerne jederzeit bei mir, Olivia, Projektmanagerin von alma Mentoring: olivia.jecel@univie.ac.at oder 0664 8175 309. **Ich freue mich, von dir zu hören!**