

## 05.11.2019 - Mentoring-Auftakt-Workshop (Magdeburg)

### Wann?

05. November 2019, 11:00 Uhr bis 17:30 Uhr

### Wo?

Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg | Magdeburg | genauer Ort wird noch bekannt gegeben

### Inhalt des Workshops

Ziel des Workshops ist es, dass die Teilnehmerinnen durch eine Auftaktveranstaltung auf den Mentoringprozess vorbereitet werden, um sie in die Lage zu versetzen, den Prozess möglichst effektiv für die persönliche Weiterentwicklung gestalten und verwerten zu können

- ▶ GRUPPENFORMUNG: Kennen lernen der anderen Mentees, um im Anschluss an den Workshop ins Netzwerken untereinander einsteigen zu können
- ▶ STANDORTANALYSE: wo stehe ich gerade - und wo möchte hin? (Zielsetzung für Studium und ggf. Berufswegplanung). Wie kann mir das Mentoring dabei helfen?
- ▶ POTENZIALANALYSE: was bringe ich schon mit - wo möchte ich mich weiterentwickeln? Wie kann ich das Mentoringprogramm dazu konkret nutzen?
- ▶ ZIELKLÄRUNG: Was konkret will ich durch den Mentoringprozess erreichen?
- ▶ "TOPF UND DECKEL": Was für eine Mentorin könnte mich bei meinen Plänen unterstützen? Wie kann ich ggf. selbst jemanden finden?
- ▶ ERWARTUNGEN: was muss passieren, damit der Mentoringprozess für mich erfolgreich sein wird? An welchen Kriterien werde ich den Erfolg messen  
können? Was kann ich dafür tun, dass der Prozess erfolgreich sein wird?
- ▶ ERWARTUNGEN UND REALITÄT: was kann eine Mentorin leisten - was nicht?
- ▶ DURCHHALTEN über ein ganzes Jahr: was für Herausforderungen könnten mir in der Zeit begegnen - und wie kann ich sie meistern?
- ▶ METHODEN UND TECHNIKEN zur Transfersicherung: Begleiten des Mentoringprozesses durch ein selbständig geführtes Lernjournal; Vorbereitung von Treffen mit der Mentorin; Nachbereitung von Treffen mit der Mentorin; Gesprächstechniken für die optimale Gestaltung der Treffen; was tun bei Konflikten/Problemen
- ▶ WEITERE THEMEN, die sich aus der Bedarfsabfrage ergeben haben

### Trainerin

› Dr.<sup>in</sup> Eva Reichmann (<http://www.berufundleben.com/>)

Trainerin, Autorin, Laufbahnberaterin

**Anmeldungen** bitte per Mail an das Projektteam.