



## **Leitfaden Tandem-Mentoring -**

### ***Verlässliche Begleitung in jeder Karriere- und***

### ***Lebenssituation***

#### **1. Das Mentoring-Programm des Deutschen Ärztinnenbundes**

Im Mentoring-Programm des Deutschen Ärztinnenbundes findet ein Tandem-Mentoring zwischen einer Mentee und einer Mentorin statt. Das Programm ist gedacht für Mitglieder des Deutschen Ärztinnenbundes. Ziel dieses Mentorings ist vor allem die Weitergabe von Erfahrungswissen in ...

- Studium und Arbeitswelt
- Fach- und Weiterbildungsfragen
- Networking
- Karriereplanung in Verbindung mit der Reflexion persönlicher Lebensziele
- Gremienarbeit und gesundheitspolitische Mitgestaltung
- Work-Life-Balance
- Persönlicher Entwicklung

Im MentorinnenNetzwerk arbeiten alle Mentorinnen und auch die auf Organisationsebene Mitwirkenden ehrenamtlich. Die Mentee-Mentorin-Beziehung darf nicht für finanzielle Eigeninteressen genutzt werden (wie z.B. zur Personalgewinnung oder zur Patientinnen-/Klientinnen-Akquise).

Das Mentoring-Programm orientiert sich an den Qualitätsstandards des Forum Mentoring (2014; S. 13-31), in dem das MentorinnenNetzwerk Mitglied ist.

## **2. Chancen, Aufgaben, Rolle und Verantwortung**

### **a. Welches sind die Chancen und Aufgaben der Mentee?**

- Sich der eigenen Potenziale sowie persönlicher und professioneller Ziele bewusst zu werden,
- Lernen, Herausforderungen als Chance zu begreifen, und bei Schwierigkeiten die Verantwortung für deren Lösung in die eigenen Hände zu nehmen,
- Eigenverantwortlich den Kontakt zur Mentorin herstellen und halten: d.h., die Initiative ergreifen, um Treffen mit der Mentorin hinsichtlich Zeitpunkt und Ort zu verabreden und Themen für deren inhaltliche Gestaltung vorzubereiten,
- Bereitschaft, mit Unterstützung durch die Mentorin die eigenen Ziele zu überprüfen und ggf. neu zu schärfen,
- Offenheit für das Erarbeiten neuer kreativer Optionen, die für das Erreichen von Zielen oder das Lösen von Problemen in Frage kommen,
- Mut, neue Wege auszuprobieren und die dabei gewonnenen Erfahrungen zu diskutieren,
- Regelmäßiges Berichten über Fortgang der vereinbarten Themen und Ziele an die Mentorin,
- Teilnahme an den online Evaluationen des Programms durch den DÄB nach Ablauf der ersten 3 Monate eines neu gestarteten Mentoringprozesses und nachfolgend einmal jährlich,
- Teilnahme an Netzwerktreffen.

### **b. Was sind die Rollen und Aufgaben der Mentorin?**

- Unentgeltliches Unterstützen des Programms durch Bereitstellen von ausreichend Zeit für die Tandemarbeit mit der Mentee,
- Beratend und unterstützend die Mentee zu befähigen und zu ermutigen, Entscheidungen zu ihren persönlichen Frage- und/oder Problemstellungen selbst und eigenverantwortlich zu treffen,
- Die Mentee dabei zu unterstützen, Perspektiven für die Gestaltung eines zu ihr passenden Lebens als Ärztin zu entdecken und gleichzeitig Nachteile und Risiken notwendiger Entscheidungen zu erkennen und angemessen zu berücksichtigen,
- Funktion in der Rolle als Beraterin, Ideengeberin, Begleiterin, Vertrauensperson, Expertin des eigenen Fachgebiets – kurz gesagt im Sinne eines Vorbildes oder Modells,
- Teilnahme an den online Evaluationen des Programms durch den DÄB nach Ablauf der ersten 3 Monate eines neu gestarteten Mentoringprozesses und nachfolgend einmal jährlich,

### **c. Welche Aufgaben hat das Tandem bestehend aus Mentee und Mentorin gemeinsam zu leisten?**

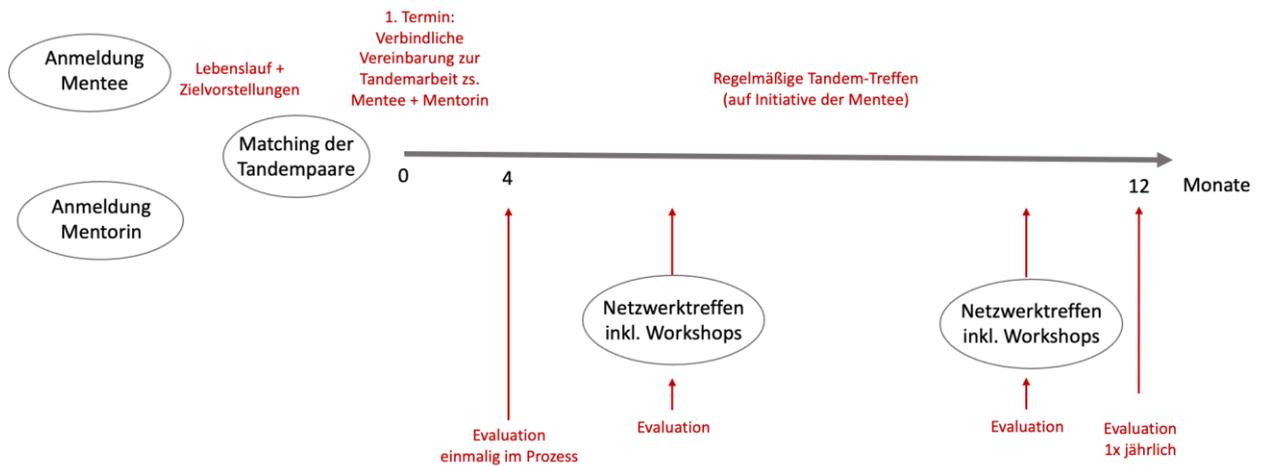
- Zu Beginn des Mentoringprozesses, d.h. im Rahmen der ersten Sitzung eines frisch gematchten Tandems, gemeinsame Verständigung auf eine „Verbindliche Vereinbarung zur Tandemarbeit zwischen Mentee und Mentorin“ (Vorlage wird vom DÄB zur Verfügung gestellt und nach Fertigstellung dort hinterlegt),
- Gemeinsames Erarbeiten und Definieren von Zielen für das Mentoring unter Berücksichtigung der Bedürfnisse, Möglichkeiten und Vorstellungen der Mentee,
- Gemeinsames prozesshaftes Erarbeiten möglicher Wege zur Zielerreichung und Austausch über Versuche, diese Wege zu beschreiten, unter Berücksichtigung der Bedürfnisse, Möglichkeiten und Vorstellungen der Mentee,
- Regelmäßiges gemeinsames Checken der formulierten Ziele und Überprüfung der Schritte zur Zielerreichung,
- Gemeinsame Planung darüber, wann der Mentoringprozess als abgeschlossen angesehen wird.

### **3. Ablauf des Programms**

Bereits bei der Anmeldung der Mentee wird der Lebenslauf bzw. die Zielvorstellungen für das Tandem-Mentoring schriftlich vorgelegt und findet Berücksichtigung bei der Durchführung des Matching, d.h. bei der Auswahl einer geeigneten Mentorin durch den DÄB. Nach erfolgtem Matching werden die genannten Unterlagen der ausgewählten Mentorin zur Verfügung gestellt. Die Mentee erhält nun die Kontaktdaten der ihr zugematchten Mentorin und nimmt Kontakt auf. Gleich bei der ersten Kontaktaufnahme wird ein erstes Treffen zwischen Mentorin und Mentee verabredet. Im Rahmen dieses ersten Treffens wird eine „Verbindliche Vereinbarung zur Tandemarbeit zwischen Mentee und Mentorin“ (Vorlage wird von der Geschäftsstelle des DÄB bereitgestellt) erstellt, in welcher die Struktur der Zusammenarbeit festgelegt wird. Die dort erfassten Zielvorstellungen sollen durch die Mentee und die Mentorin regelmäßig gemeinsam überprüft und ggf. angepasst werden.

Bis zu zweimal jährlich finden Netzwerktreffen statt, bei denen sich sowohl die Mentees und die Mentorinnen untereinander als auch gegenseitig vernetzen können. In diesem Rahmen erfolgen außerdem Workshops zum Erwerb spezieller Kompetenzen. Darüber hinaus werden angeleitete Supervisionen für die Mentorinnen angeboten.

Die regelmäßige Evaluation beinhaltet die einmal jährliche gegenseitige Evaluation der Mentees und Mentorinnen sowie die Evaluation der jeweiligen Workshops.



#### 4. Literaturangaben

Forum Mentoring. Bundesverband Mentoring in der Wissenschaft. (Juni 2014). Mentoring mit Qualität. Qualitätsstandards für Mentoring in der Wissenschaft. Verfügbar unter: [http://www.forum-mentoring.de/index.php/qualitaet\\_top/qualitätsstandards/inhalt/](http://www.forum-mentoring.de/index.php/qualitaet_top/qualitätsstandards/inhalt/) [11.05.2020].