

## Ihre Vorteile als Mentee

- Bereits im Studium Erarbeitung von Strategien und Perspektiven für Berufseinstieg und Karriere
- Knüpfen von Netzwerken und Kontakten
- Profilschärfung und Kompetenzausbau durch ein spannendes Workshop-Angebot mit qualifizierten Trainerinnen und Trainern
- Erweiterung der individuellen Lebens- und Berufsperspektive

## Ihre Vorteile als Mentorin oder Mentor

- Ehrenamtliches Engagement und Beitrag zur Förderung von talentierten Studentinnen
- Erweiterung der Beratungskompetenz
- Ausweitung eigener Netzwerke
- Ideen und Impulse für die eigene Tätigkeit und Reflexion des eigenen beruflichen Werdegangs

Für weitere Informationen zum Programm wenden Sie sich gerne an die Projektkoordinatorin Greta Schaffer.

## Ansprechpartnerinnen

### Projektkoordinatorin

Greta Schaffer, M.A.

Neuer Graben 7/9  
49074 Osnabrück

Tel.: +49 541 969 4047

E-Mail: greta.schaffer@uni-osnabrueck.de

Homepage: [www.uos.de/?id=8494](http://www.uos.de/?id=8494)

### Projektleiterin

Dr. Sabine Jösting

Gleichstellungsbeauftragte

E-Mail: [sabine.joesting@uni-osnabrueck.de](mailto:sabine.joesting@uni-osnabrueck.de)

### Kinderbetreuung

Gerne unterstützen wir Sie bei der Kinderbetreuung während der Mentoring-Veranstaltungen. Sprechen Sie uns an.

MentUOS wird über das Professorinnen-Programm des Bundes und der Länder finanziert.

### Impressum

Herausgeber Der Präsident der Universität Osnabrück

Redaktion Greta Schaffer, Projektkoordinatorin,

Gleichstellungsbüro

Foto Stephan Schute

Gestaltung Stabsstelle Kommunikation und Marketing

Stand Februar 2018

## MentUOS – Mein Mentoring. Mein Netzwerk. Meine Möglichkeiten.

Das Mentoring-Programm für  
Masterstudentinnen an der  
Universität Osnabrück

3. Durchgang Juni 2018 – Mai 2019



Das sagen ehemalige Teilnehmerinnen von MentUOS:

»Das Mentoring war für mich eine wertvolle Zeit, in der ich mich selbst besser kennengelernt habe und meine nächsten Schritte planen konnte. Das gibt mir viel Gelassenheit.« (Kim)

»Die Teilnahme am Mentoringprogramm war für mich eine Bereicherung, weil mich die Workshops und die Beziehung zu meiner Mentorin vor allem in meiner Studienabschlussphase in Berufsorientierung und Lebensplanung sehr unterstützt haben und ich hier meine Wünsche und Sorgen für den nächsten Lebensabschnitt ansprechen konnte.« (Liane)

## MentUOS – Mein Mentoring. Mein Netzwerk. Meine Möglichkeiten.

Sie stehen bald vor dem Studienabschluss und wollen hoch hinaus? Sie möchten schon jetzt Ihre beruflichen Netzwerke und Karriereperspektiven ausbauen?

Nach dem erfolgreichen Abschluss der ersten beiden Durchgänge startet die dritte Runde im Mentoring-Programm für Masterstudentinnen. Bewerben Sie sich bei uns und lassen Sie sich von einer erfahrenen Mentoring-Person aus Wissenschaft oder Wirtschaft begleiten. Nutzen Sie Ihre Chance und machen Sie erste Schritte in Richtung Wunschberuf.

### Mentoring – was ist das eigentlich?

Mentoring basiert auf der **Beratungs-Beziehung** zwischen einer Mentorin oder einem Mentor und einer Mentee. Mentorinnen und Mentoren lassen die Mentees an ihren eigenen Erfahrungen und Handlungsstrategien des Berufslebens teilhaben, binden sie in bestehende Netzwerke ein und bieten Unterstützung bei der beruflichen und persönlichen Entwicklung.

Begleitet wird die Mentoring-Beziehung durch eine Workshopreihe sowie ein Networking- und Rahmenprogramm, wo Sie sich mit den anderen Mentees austauschen können und Ihre Mitarbeit gefragt ist.

## Programmkomponenten

### Mentoring-Beziehung

- 29.06.2018: Vorbereitungstreffen mit allen Mentees
- Juli – September 2018: »Matching« jeder Mentee mit einer Mentorin oder einem Mentor
- 28.09.2018: Einführungsworkshop für Mentees und Mentor\*innen
- September/Okttober 2018: Kontaktaufnahme des Tandems und Beginn der Mentoring-Beziehung
- Bis Mai 2019: Selbstorganisierte Treffen der Tandems

### Workshopreihe zur Berufs- und Lebensplanung

- 02.-03.11.2018: Lebens- und Karriereplanung
- 26.01.2019 Bewerbungstraining
- 08.02.2019 Bewerbungsmappencheck
- 29.-30.03.2019: Persönlichkeitsentwicklung: Sicheres Auftreten

### Networking- und Rahmenprogramm

- 18.10.2018: feierliche Auftaktveranstaltung
- Februar 2019: Zwischenbilanz
- Juli 2019: feierliche Abschlussveranstaltung mit Zertifikatsübergabe

Gemeinsam mit Ihren Mitmentees bilden Sie Teams: Bei selbstorganisierten Netzwerkabenden können Sie eigene Akzente setzen und sich mit anderen Mentees im vertrauten Rahmen vernetzen und über Themen austauschen, die Ihnen wichtig sind.

## Bewerbungsverfahren

### Zielgruppe

- Zielorientierte Masterstudentinnen aller Fächer sowie Masterstudentinnen, die während der Programm-Laufzeit in den Beruf gehen
- Studentinnen, die kurz vor ihrem 1. Staatsexamen stehen
- Bachelorstudentinnen, die voraussichtlich im WS 2018/19 ein Masterstudium an der Uni Osnabrück aufnehmen werden

### Teilnahmevoraussetzungen

- Bereitschaft und Motivation zur Beschäftigung mit den eigenen beruflichen Wegen und Karrieremöglichkeiten
- Verbindliche Teilnahme am Begleitprogramm
- Bereitschaft zur selbstverantwortlichen und aktiven Gestaltung der Mentoring-Beziehung

### Bewerbungsunterlagen

- Ausgefüllter Profildbogen
- Motivationsschreiben (max. 1 Seite)
- Lebenslauf
- Nachweis über die Immatrikulation an der Universität Osnabrück
- Bachelor-Zeugnis bzw. Leistungsübersicht, ggf. weitere Zeugnisse

### Bewerbungsschluss ist der 16. Mai 2018.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.  
Weitere Infos unter: [www.uos.de/?id=8494](http://www.uos.de/?id=8494)