

FACTSHEET FÜR MENTOR*INNEN

WAS IST MENTORING?

Unter Mentoring versteht man einen persönlichen Austausch, in der eine Person (Mentor*in) ihre Kenntnisse und Erfahrungen mit einer anderen Person (Mentee) teilt, um sie bei der Bewältigung anstehender Aufgaben oder eines Entwicklungsschrittes zu unterstützen. Die Besonderheit des Peer-to-Peer-Mentorings besteht darin, dass Mentor*in und Mentee sich in Bezug auf Alter und Lebenssituation ähneln (z.B. Studierende).

WIE FUNKTIONIERT MENTORING?

Als Mentor*in begleitest du ein*e Mentee im Rahmen eines Hochschulprojektes für studentische Geflüchtete. Du triffst dich regelmässig mit eine*r Mentee und unterstützt sie/ihn beim Zurechtfinden im universitären Alltag, beispielsweise bei Abklärungen zum Zulassungsprozess oder der Vernetzung mit anderen Studierenden und Beratungsstellen.

Mentor*innen unterstützen Mentees, indem sie:

- Ihre Erfahrungen und Wissen weitergeben (z.B. über bevorstehende Veranstaltungen).
- zu konkreten Fragen individuell beraten und Feedback geben.
- auf weitere Ressourcen hinweisen (z.B. Beratungsstellen und Unterstützungsangebote).

Das erste Treffen

Meist werden Mentor*innen und Mentees einander zugewiesen, ohne dass sie sich kennen. Beim ersten Treffen geht es deshalb ums Kennenlernen und eine erste Definition der gemeinsamen Ziele.

Vor dem Gespräch: Nimm dir einen Moment Zeit und (hinter-)frag dich als Mentor*in:

- War ich selbst bereits Mentee? Wie hat mich mein*e damalige*r Mentor*in unterstützt?
- Was ist meine Motivation? Weshalb engagiere ich mich als Mentor*in? Was könnte ich lernen?
- Welche Erwartungen habe ich an die/den Mentee? Welche Herausforderungen könnten sich ergeben?
- Was gehört nicht zu meinen Aufgaben? Wie kann ich mich abgrenzen?

Zeitpunkt und Ort: Vereinbart einen Zeitpunkt (Tag, Zeit) und einen ruhigen Ort für euer erstes Treffen.

Kennenlernen: Seid euch bewusst, dass ihr euch noch kaum kennt. Lasst euch Zeit – tauscht euch aus.

Erwartungen klären: Versucht, gegenseitige Erwartungen zu klären, bspw. mittels der Definition von:

- **Thema und Ziel:** Was möchtet ihr während eurer Treffen machen und welches Ziel/welche Ziele möchtet ihr bzw. die Mentees erreichen.
Mögliche Ziele sind: Wir haben das Schweizer Bildungssystem angeschaut und kennen die verschiedenen Ausbildungswege. | Wir haben die Webseite «Perspektiven-Studium» gemeinsam besucht und uns über den Hochschulzugang informiert. | Wir haben gemeinsam einen Event im Rahmen des Hochschulprojektes XY organisiert.
- **Rahmen:** Vereinbart, wie häufig, wann und wo ihr euch treffen und welche Kommunikationswege ihr nutzen wollt. Tauscht eure Kontaktdaten aus.
- **Spielregeln:** Was ist euch wichtig? Regelmässige Teilnahme, Absage von Terminen, Kommunikation etc.

Mentoring-Vereinbarung: Unterschreibt gemeinsam eine Mentoring-Vereinbarung (freiwillig), um eure Ziele und Abmachungen festzuhalten.

Vorschläge für gemeinsame Aktivitäten

Ihr bringt alle Ideen und Talente mit. Bestärke und fördere die Kompetenzen des/der Mentee. Achte darauf, dass du als Mentor*in nicht den Lead übernimmst, sondern gemeinsam mit dem/der Mentee entscheidest, was ihr macht. Vorschläge für mögliche Aktivitäten:

- Bei einer Campus-Tour können wichtige Anlaufstellen gezeigt und Fragen auf lockere Art und Weise geklärt werden.
- Plant gemeinsam einen Event für die anderen Mentor*innen und Mentees: ein Essen, einen Kinoabend, einen Wandertag etc. Bringt eure Ideen und Ressourcen ein!
- Zeigt euch euren Lieblingsort (bspw. euer Lieblingscafé) in der Stadt.

Grenzen des Mentorings

Es gibt viele Hürden, die du als Mentor*in nicht oder nur begrenzt beeinflussen kannst (Asylverfahren, Zulassung und Finanzierung des Studiums, Bewältigung von Traumata etc.). Du hast Grenzen – das ist normal. Sei dir dessen bewusst und hol dir Hilfe und Unterstützung bei anderen Institutionen (Berufs- und Studienberatung, Rechtsberatung für Asylsuchende, psychologische Dienste, Flucht- und Opferhilfe).

Wie kannst du falsche Hoffnungen und Enttäuschungen vermeiden?

- Zeige Möglichkeiten und Grenzen des Projekts und persönliche Ressourcen klar auf.
- Informiere über alternative Bildungswege (siehe Thematik Schweizer Bildungssystem).
- Versucht, gegenseitige Erwartungen zu klären und gemeinsame Ziele zu definieren.

WICHTIGE ELEMENTE DES MENTORINGS:

- **Vertrauen:** Beide Seiten müssen sicher sein können, dass persönliche Dinge nicht an Dritte weitererzählt werden.
- **Gegenseitiges Wohlwollen und Respekt:** Die Anliegen der Mentees sollten ernst genommen werden und Mentor*innen sollten Interesse daran haben, ihre Mentees weiterzubringen. Gleichzeitig sollten die Mentees aber auch die Grenzen der Mentor*innen respektieren.
- **Verbindlichkeit:** Abmachungen und Verabredungen sollten eingehalten oder rechtzeitig abgesagt werden.

WIE WEITER WENN ES NICHT GUT LÄUFT?

Der Aufbau einer Mentoring-Beziehung ist ein sozialer Prozess. Gelegentliche Unstimmigkeiten in der Mentoring-Beziehung sind nichts «Schlimmes». Trotzdem sollten sie nicht ignoriert, sondern offen thematisiert werden.

Wenn Probleme auftreten:

- Vereinbart ein Klärungsgespräch: Worin besteht die Unstimmigkeit? Bestehen unterschiedliche Erwartungen oder Missverständnisse? Wie machen wir weiter?
- Beachte die Feedbackregeln: Ich-Botschaften | Verhalten kritisieren, nicht Person | keine Angriffe | ausreden lassen

Wenn weiterer Klärungs- oder Beratungsbedarf besteht:

- Wendet euch an das Mentoring-Team eures Hochschulprojektes.

HERAUSFORDERUNGEN IM (INTERKULTURELLEN) MENTORING

Die Begleitung von studentischen Geflüchteten geht mit besonderen Herausforderungen einher. Diese Informationen sollen dir helfen, ein*e Mentee optimal zu unterstützen.

Interkulturelle Missverständnisse: Bei einer interkulturellen Mentoring-Beziehung kann es zu kulturellen Missverständnissen kommen. Wie im klassischen Mentoring ist es wichtig, dass sich Mentee und Mentor*in wertschätzend begegnen. Ermutige den/die Mentee dazu, Missverständnisse anzusprechen und bring selbst Aspekte an, die dich stören (z.B. unterschiedliches Verständnis von Pünktlichkeit), um gemeinsam eine Lösung zu finden

Enge der Beziehung: Das Konzept einer Mentoring-Beziehung ist nicht in allen Gesellschaften bekannt. Das kann zu Missverständnissen führen. Es ist deshalb wichtig, dass du die Grenzen deiner Rolle als Mentor*in kennst und kommunizierst. Kontaktiert dich ein*e Mentee beispielsweise öfter als es für dich passt, solltest du sie/ihn freundlich darauf ansprechen, um gemeinsam einen Kompromiss zu finden (z.B. keine Anrufe, nur Nachrichten neben den Treffen).

Herausforderungen rund ums Asylverfahren: Vielleicht stehen die Mentees noch mitten in einem laufenden Asylverfahren. Diese Ungewissheit kann für die Mentees sehr belastend sein. Sollte der/die Mentee im Laufe eines Gesprächs darauf zu sprechen kommen, dürft ihr sie/ihn auch an eine Rechtsberatungsstelle verweisen. Beispielsweise:

- **AsyLex:** <https://www.asylex.ch>
- **Schweizerische Flüchtlingshilfe:** <https://www.fluechtlingshilfe.ch/hilfe-fuer-asylsuchende/rechtsschutz>
- **Caritas:** <https://www.caritas.ch/de/was-wir-tun/engagement-schweiz/asyl-und-migration/rechtsberatung-asyl-und-auslaenderrecht.html>
- **HEKS:** <https://www.heks.ch/unser-angebot/rechtsberatung#f-r-asylsuchende>

Gesprächsthemen und Traumata: Das Mentoring dient der Beantwortung von Fragen rund um das Studium. Zu den Themen des Mentorings gehört nicht die Aufarbeitung traumatischer Erlebnisse. Sollte die/der Mentee im Laufe eines Gesprächs dennoch auf solche Erfahrungen zu sprechen kommen, darfst du sie/ihn auch an eine Beratungsstelle verweisen. Beispielsweise:

- **Verein Papilio (Kanton Bern):** <https://papilio-bern.ch>
- **AOZ Psychosozialer Dienst (Kanton Zürich):** https://www.stadt-zuerich.ch/aoz/de/index/integration/psd/psychische_belastungenpsd.html
- **SRK Ambulatorium für Folter- und Kriegsopfer:** <https://www.redcross.ch/de/ambulatorium-fuer-folter-und-kriegsopfer>

Brauchst du selbst Unterstützung? Beispielsweise:

- **ZHAW Unterstützung für Betreuungspersonen im Flüchtlingsbereich**
<https://www.zhaw.ch/de/psychologie/dienstleistung/psychotherapie/spezialangebote/betreuungspersonen-im-fluechtlingsbereich/>

Hier findest du weitere Informationen rund um das Thema Trauma:

- **SRK migesplus** <https://traumatisierung.migesplus.ch/wissen>
- **BAFF Praxisleitfaden "Traumasensibler und empowernder Umgang mit Geflüchteten"**
http://www.baff-zentren.org/wp-content/uploads/2018/11/BAfF_Praxisleitfaden-Traumatasensibler-Umgang-mit-Gefluechteten_2018.pdf

WEITERE INFORMATIONEN:

Die Webseite von Perspektiven – Studium bietet wichtige Informationen rund um den Hochschulzugang und die Rechte von geflüchteten Personen (Informationen zum Studium, zur Finanzierung, zu Anlauf- und Beratungsstellen etc.). <https://www.perspektiven-studium.ch>

Die Infobox Migration des SRK ist eine Plattform für freiwillig engagierte Personen im Asyl- und Migrationsbereich und bietet Informationen zu Veranstaltungen, Weiterbildungen und Beratungsstellen. <https://www.infobox-migration.ch/de>

Bei Fragen rund ums Thema Mentoring wende dich an das Projektteam oder an Perspektiven – Studium. <https://www.perspektiven-studium.ch> | perspektiven-studium@vss-unes.ch