

# „Mentoring ist eine Investition in meine Zukunft“

Sandra Schillinger und Kerstin Wunderlich geben Einblick in ihre Zusammenarbeit bei futura mentoring

futura mentoring ist das Frauen-Mentoringprogramm der Universität Freiburg. Es bietet Mentoring, Weiterbildung und Vernetzung – also alles, was für einen erfolgreichen Berufseinstieg oder die wissenschaftliche Weiterqualifizierung wichtig ist. Das Programm existiert seit 2008, startet jeweils zum Oktober und läuft über drei Semester. Wer sich als Studentin, Absolventin oder Doktorandin mit einem Motivationsschreiben für ein Mentoring qualifiziert hat, bekommt seine persönliche Mentorin zugeteilt. Diese Mentorinnen kommen aus der Wirtschaft, Wissenschaft oder Gesellschaft und begleiten ihre Mentees ehrenamtlich.

Sandra Schillinger und Kerstin Wunderlich waren ein Mentoring-Tandem bei futura mentoring von Oktober 2008 bis Februar 2010. Hier berichten sie von ihrer Zusammenarbeit. Das Gespräch führte Eva Dohls.

**UNIversalis:** Wie haben Sie von futura mentoring erfahren?

**Kerstin Wunderlich:** Ich habe durch meine Graduiertenschule von dem Programm erfahren. Bei mir war noch nicht klar, wohin ich nach meiner Doktorarbeit will. Bisher hatte ich oft das Gefühl, dass man beim Übergang in den Beruf von seiner Universität ziemlich allein gelassen wird – bei futura mentoring war das anders.

**Sandra Schillinger:** Bei einem Infoabend vom Deutschen Akademikerinnenbund wurde futura mentoring vorgestellt. Bis zu dem Abend wusste ich gar nicht, dass es das in Freiburg gibt. Ich habe mir etwas Ähnliches zu meiner Studienzeit gewünscht, deswegen wollte ich mitmachen. Und natürlich ist es auch spannend, wieder mehr Kontakte zur Universität und den Themen dort zu haben – bei mir ist es ja doch schon eine ganze Zeit her...

**UNIversalis:** Sind Sie als Mentee mit einem bestimmten Ziel in das Mentoring gestartet?

**Kerstin Wunderlich:** Wie andere Mentees auch hoffte ich auf Kontakte zu Unternehmen, um leichter an einen Job zu kommen. Aber es war nicht so konkret: „Ich will zu Novartis. Besorg mir mal Kontakte.“ Das größte Ziel war, mir zu überlegen, was ich nach meiner Doktorarbeit machen will. Und dafür gab es zwei Wege: Entweder ich schau mir alle Berufe an und suche mir dann was aus. Oder – und das hatte Sandra mir empfohlen – ich überlege mir erstmal, was ich eigentlich gern mag und gut kann. Dieser Tipp war extrem hilfreich – und extrem anstrengend. Was kann ich gut? Was will ich machen? Woran hab ich Spaß?

**Sandra Schillinger:** In was für einem Umfeld will ich arbeiten? Und natürlich auch wie hoch soll mein Gehalt sein? Das alles sind Fragen, die man sich in der Universität oftmals noch nicht stellt.

**UNIversalis:** Wie war Ihr erstes Treffen? Konnten Sie sich vorher schon?

**Sandra Schillinger:** Das erste Kennenlernen war bei der Auftaktveranstaltung des Mentoringprogramms 2008. Ich war sehr neugierig auf meine Mentee und habe vorher schon im Projektbüro nachgefragt, wen ich denn bekommen werde. Das Programm läuft über 3 Semester und diese nicht so kurze Zeit wollte ich auch mit einer Mentee verbringen, mit der es



Sandra Schillinger (re.) und Kerstin Wunderlich waren ein Mentoring-Tandem bei futura mentoring von Oktober 2008 bis Februar 2010

passt. (lacht) Ich denke, vieles ist dann einfach auch Chemie.

**Kerstin Wunderlich:** Aber du hast vorher auch nicht wirklich viel über mich erfahren, oder? Ich hatte nur deinen Namen und deine komplizierte Jobbeschreibung, bei der man anfangs nicht so genau weiß, was dahinter steckt...

**UNIversalis:** Hat das Projektbüro Sie beim Start ins Mentoring unterstützt?

**Sandra Schillinger:** futura mentoring bietet verschiedene Einführungsworkshops für Mentorinnen und Mentees. Bei den Mentorinnen ging es allgemein darum, was eine Mentorin so macht. Es war sehr interessant, gemeinsam zu klären, was für verschiedene Erwartungen man an das Mentoring hat oder was es heißt, eine gute Mentorin zu sein. Und es war einfach schön, andere Leute kennenzulernen. Es gibt auch ein Handbuch mit Tipps, worauf man bei der Zusammenarbeit unbedingt achten muss. Beim ersten Treffen haben wir das Handbuch mit dazu genommen, um Wichtiges nicht zu vergessen.

**Kerstin Wunderlich:** Für einen ersten Einstieg war es schon hilfreich, die Materialien von futura mentoring zu haben. Aber da Sandra von Anfang an genau gesagt hat, was sie mir bieten kann und ich wiederum, was ich will, war es bei uns relativ einfach. Am Ende wurde die Zeit eher knapp, unsere Vorhaben alle zu verwirklichen.

**UNIversalis:** Wie sah die Zusammenarbeit bei Ihnen konkret aus?

**Sandra Schillinger:** Wir haben uns alle 6 Wochen für circa 2 Stunden getroffen. Vor jedem Treffen habe ich mich etwa 1 Stunde konkret vorbereitet. Beispielsweise habe ich Bücher, die mir sehr in meiner eigenen beruflichen Entwicklung geholfen haben, auf die Brauchbarkeit für Kerstin hin abgeklopft und zu unseren Treffen mitgenommen. Bei der Auswahl war es enorm hilfreich, dass Kerstin mir immer schon im Vorfeld eine Zusammenfassung des letzten Gesprächs per E-Mail zugesendet hat. Damit konnte ich sehr zielgerichtet den Rahmen für das anstehende nächste Treffen abstecken.

**Kerstin Wunderlich:** Unsere Treffen haben wir immer vorbereitet. Wenn man schriftlich festhält, was man gemacht hat, welche Aufgaben noch anstehen und worüber man reden will, wird einem das sehr viel konkreter bewusst, als wenn man nur für sich selbst darüber nachdenkt.

**UNIversalis:** Also kein so großer Zeitaufwand...

**Kerstin Wunderlich:** (lacht)... das würde ich jetzt nicht sagen! Der Zeitaufwand war bei mir eher hoch. Das hängt natürlich immer davon ab, was für ein Ziel man hat. In dem Programm geht es ja letztendlich darum, sich mit sich selbst zu befassen – und das kann ganz schön arbeitsaufwändig und stressig

werden. Aber es ist ja Zeit, die man in sich selbst investiert.

**UNIversalis:** Das klingt nach sehr viel Eigenarbeit – wieso dann die Teilnahme an futura mentoring?

**Kerstin Wunderlich:** Sonst macht das doch keiner mit dir! In meinem Umfeld sind beispielsweise lauter Doktoranden. Das sind klassische Wissenschaftler und die Frage, was man mit seinen individuellen Begabungen und mit seinem Leben anfangt tritt da eher in den Hintergrund. Ich war in meinem Umfeld ganz klar eine Exotin und wurde auch oft gefragt, was ich da überhaupt mache. Ich hatte nicht mit Widerständen zu kämpfen, aber man wird schon gefragt, was futura mentoring eigentlich ist. Und weshalb das eine reine Frauenveranstaltung sei?

**UNIversalis:** Und was antworten Sie dann...?

**Kerstin Wunderlich:** Ich wollte an dem Programm teilnehmen – egal ob nur für Frauen oder gemischt. Bei den ersten Treffen habe ich allerdings gemerkt, dass es vielleicht doch ganz sinnvoll ist, dass es ein reines Frauennetzwerk ist. Einfach aus dem Grund heraus, dass die Professoren an den Unis und vor allem in den Naturwissenschaften vorwiegend Männer sind. Weibliche Vorbilder fehlen. Um das zu ändern, dafür kann ein frauenspezifisches Programm wie futura mentoring ganz gut sein.

**UNIversalis:** Welche Vorteile haben Mentorinnen von einer Teilnahme an futura mentoring?

**Sandra Schillinger:** Vor allem ist es der Kontakt mit den anderen Mentorinnen, einfach mal andere Ideen bekommen... Oder auch die Seminare und Workshops. Demnächst nehme ich zum Beispiel an einem Frauen- und Führungsseminar teil. Ich finde es schön, dass so etwas angeboten wird. Man lernt immer wieder Neues über sich selbst.

**UNIversalis:** Was sind Ihrer Meinung nach die Vorteile für Unternehmen, bei futura mentoring mitzumachen?

**Sandra Schillinger:** Die Teilnahme bei futura mentoring dient auf

jeden Fall dazu, sich jungen Leuten als interessanter Arbeitgeber zu zeigen – und bei Novartis wird Mentoring definitiv gelebt. Das Unternehmen bekennt sich zur Frauenförderung, zur Nachwuchsförderung, zum Thema Gleichstellung. Ich finde das sehr gut.

**UNIversalis:** Gab es bisher Überraschungen in der Zusammenarbeit?

**Sandra Schillinger:** Kerstins Entwicklung zu sehen, war definitiv ein Aha-Erlebnis – und das in so kurzer Zeit! Anfangs war bei dir eine gewisse Unsicherheit, eigene Präsentationen vorzustellen. Und am Ende hast du zu einem von dir organisierten Podiumsabend geladen, 200 Leute kamen und du hast moderiert. Diese Entwicklung fand ich schon enorm und hat mich sehr gefreut!

**Kerstin Wunderlich:** Ich war am meisten erstaunt, dass es wirklich funktioniert, zwei Leute erfolgreich zusammenzuwürfeln. Damit hätte ich am Anfang nicht gerechnet – und kann es nur jedem empfehlen!

**UNIversalis:** Haben Sie Empfehlungen, Tipps, Hinweise für Mentoring-Tandems in spe?

**Sandra Schillinger:** Am wichtigsten finde ich es, dass man die Ziele gut erarbeitet und diese schriftlich mit einem Zeitplan festhält. Das erzeugt eine gewisse Verpflichtung gegenüber der Mentorin und motiviert. Ansonsten lässt man sich einfach oftmals nur treiben.

**Kerstin Wunderlich:** Mein Ratsschlag für andere Tandems: Geht professionell an das Mentoring ran und besprecht von vorneherein, was gegenseitig möglich ist und was nicht. Durch diese gemeinsame Grundlage wird die Zusammenarbeit viel effizienter und erfolgreicher.

**UNIversalis:** Und speziell eine Empfehlung von Mentorin zu Mentorin?

**Sandra Schillinger:** Einfach auf das einlassen, was die Mentee will. Aktives Zuhören – viel nachfragen, nicht zuviel reinterpreteren, sich Zeit lassen für die gemeinsame Entwicklung. Und Selbstvertrauen, denn durch das eigene Leben und den eigenen Job hat man bereits genug Werkzeuge, um der Mentee zu helfen.

**UNIversalis:** Kerstin, haben Sie Ihre Ziele durch das Mentoring erreicht?

**Kerstin Wunderlich:** Meine Ziele habe ich tatsächlich alle erreicht. Ich kann jetzt definitiv meine Interessen selbstbewusster vertreten, habe zielstrebig an meiner Doktorarbeit gearbeitet, noch dazu zwei Publikationen veröffentlicht und mich darüber hinaus sehr viel mit meiner Zukunft beschäftigt. Durch das Mentoring habe ich auch gelernt, dass meine Begabung eigentlich ganz woanders liegt: Ich will nicht mehr im Labor stehen und pipettieren, sondern lieber Projekte im wissenschaftlichen Bereich managen.

**UNIversalis:** Und Ihre Teilnahme an futura mentoring hat zu diesen Entwicklungen beigetragen?

**Kerstin Wunderlich:** Da bin ich ganz Naturwissenschaftlerin: Es gibt keine Negativkontrolle! (lacht) Ich weiß nicht, wo ich jetzt stehen würde, wenn ich nicht daran teilgenommen hätte. Aber ich kann es jedem empfehlen und würde es nochmal so machen. Und ich bin der Meinung, dass es mir sehr geholfen hat. Aber rein naturwissenschaftlich könnte ich das nicht belegen.

**UNIversalis:** Frau Schillinger, Frau Wunderlich, wir bedanken uns für das Gespräch.

futura mentoring Büro  
Linda Steger (Projektleitung), Dr. Sabine Büchler  
Rheinstr. 10, 79104 Freiburg i.Br.  
Tel: 0761 - 203 8850  
Fax: 0761 - 203 9072  
futura@mentoring.uni-freiburg.de  
www.mentoring.uni-freiburg.de



Die Katholische Akademie Freiburg greift in ihren Veranstaltungen unterschiedliche Themen aus Gesellschaft, Christentum und Kirche auf und bietet als Forum des offenen Dialogs allen Interessierten die Möglichkeit, diese auf der Grundlage fundierter Informationen interdisziplinär zu diskutieren und Perspektiven zu entwickeln.

**Das Spektrum umfasst Theologie, Kirche, Religionen, Ethik, Politik, Soziales, Nachhaltigkeit, Geschichte, Kunst und Kultur.**

Damit versuchen wir, Kultur und Gesellschaft in verantworteter Zeitgenossenschaft zu begleiten, mitzugestalten und als kirchliche Institution christliche Hoffnungs- und Handlungsperspektiven in den gesellschaftlichen Prozess einzubringen. Über die Veranstaltungen informieren das Halbjahresprogramm sowie Einzelprogramme, die auf Wunsch zugesandt werden und im Internet abrufbar sind.

**Unser Tagungshaus mit 43 Betten und acht Tagungsräumen (10-200 Personen)** verfügt über moderne Tagungstechnik und liegt ruhig und doch zentral zwischen Stadtgarten und Schlossberg. Zu Fuß erreichen Sie das Stadtzentrum Freiburgs in 7 Minuten.

Außerhalb der eigenen Veranstaltungen kann unser Haus für Gastveranstaltungen gebucht werden.

**Unser Betrieb wurde nach dem EU-Öko-Audit begutachtet und ist nach dem EMAS-Verfahren zertifiziert.** Unsere Küche bietet regionale und saisonale Kost, vorwiegend aus biologischem Anbau und verzichtet somit auf Convenience-Produkte.

Wintererstr. 1 • 79104 Freiburg  
Tel. 0761 / 31918-0 • Fax 0761 / 31918-111  
mail@katholische-akademie-freiburg.de • www.katholische-akademie-freiburg.de

**KATHOLISCHE AKADEMIE DER ERZDIOZESE FREIBURG**



Kerstin Wunderlich (27 Jahre).  
In Freiburg Studium der Molekularen Medizin bis Ende 2007. Seit 2008 Doktorandin in Biologie/Molekulare Medizin an der Universität Freiburg.



Sandra Schillinger (38 Jahre).  
In Freiburg Studium der Pharmazie bis 1997. Beruf: Apothekerin, seit 2004 Angestellte in der Arzneimittelzulassung (Senior Drug Regulatory Affairs Manager, Novartis Pharma AG, Basel).