

## **Kreative Umsetzungen für den Start einer Mentoringbeziehung**

Im Zuge des ganzheitlichen Mentorings ist es wichtig, dass Mentoring nicht nur im kognitiven Bereich abläuft, sondern alle Lebensbereiche umfassend gestaltet wird. Dies bedeutet, dass neben Gesprächen und Übungen auch gemeinsame Unternehmungen gestaltet werden können. Diese können ganz unterschiedlich aussehen, wie die gleich folgenden Praxistipps einer Gruppe von Mentorinnen und Mentoren zeigt. Diese ganzheitliche Vorgehensweise lässt das gegenseitige Vertrauen schneller wachsen und verkürzt beispielweise die Kennenlernphase.

Mentee und Mentor entdecken sich in verschiedenen Situationen in einer ganz anderen, bisher unbekanntem Weise. Orts- und Themenwechsel zeigen dabei verschiedene Facetten von Charakter und Begabungen. Um Vertrauensbasis herzustellen und zu vertiefen, müssen emotionale Bereiche angesprochen werden, dies geschieht normalerweise über gemeinsame Erlebnisse. Im Erlebnis „beweisen“ sich sozusagen die Worte des Mentors.

### **Tools zum Anfangen**

Die Tools auf den nächsten beiden Seiten sind klassische Hilfestellungen für die ersten Wochen einer Mentoringbeziehung. Sie helfen Mentor und Mentee einander besser kennenzulernen und zu verstehen und somit Vertrauen zu schaffen.

## Tool 1: Collage

Mentee & Mentorin erstellen eine Collage über sich selbst und stellen diese dem anderen jeweils vor, um sich so besser kennenzulernen. Nach den Collagen stellen sie sich gegenseitig Fragen, wie: „Was meinst du mit ...“, „Warum ist dir das so wichtig“ etc.



Ergebnisbeschreibung von Mentee & Mentorin:

**Mentee:** Mir hat es gebracht den anderen kennenzulernen und gleichzeitig mich selbst einzuschätzen. Es hat Offenheit geschaffen und außerdem hat es Spaß gemacht kreativ sein zu können.

**Mentorin:** Mir hat diese Übung dabei geholfen, einen besseren Eindruck von meinem Mentee zu bekommen, herauszufinden, was sie schon so über sich selbst weiß, was ihre Vorlieben, Interessen und Lebenseinstellungen sind. Zum anderen konnte ich ihr einen Einblick geben, wer ich bin, worüber ich in diesem Kontext auch wieder herausgefordert war nachzudenken. Die Informationen und die Art der Gestaltung sagten viel über unsere Charaktere aus. Ein Bild sagt manchmal mehr als tausend Worte! Gut war, dass wir uns bei den Fragen gemeinsam überlegt haben, was uns vom anderen interessiert. Das hat geholfen den Mentoringprozess mit einer aktiven Beteiligung von beiden Seiten zu starten.

## Tool 2: Ich finde gut an mir!?

Dieses Tool ist ein klassisches Starttool für den Beginn einer Mentoringbeziehung. Es gibt eine erste Richtung in der Selbstwahrnehmung wieder. Gut ist es, wenn Mentor und Mentee es beide ausfüllen und sich danach gegenseitig vorstellen.

Für „berufliche Tätigkeit“ können Ersatzbereiche eingesetzt werden wie Schule, Gemeinde etc.

### **Normal?**

*Lisa ist zu gross.*

*Anna ist zu klein.*

*Daniel ist zu dick.*

*Peter ist zu dünn.*

*Fritz ist zu verschlossen.*

*Florance ist zu offen.*

*Cornelia ist zu schön.*

*Erwin ist zu hässlich.*

*Hans ist zu dumm.*

*Sabrina ist zu clever.*

*Trudi ist zu alt.*

*Kevin ist zu jung.*

*Jeder ist irgendetwas zu viel.*

*Jeder ist irgendetwas zu wenig.*

*Jeder ist irgendwie nicht normal.*

*Ist hier jemand,*

*der ganz normal ist?*

*Nein, hier ist niemand,*

*der ganz normal ist.*

*Das ist normal!*

Ich finde gut an mir ...

1.

2.

3.

4.

5.

Ich finde gut an meiner  
derzeitigen Lebenssituation ...

1.

2.

3.

4.

5.

Ich finde gut an meiner  
beruflichen Tätigkeit ...

1.

2.

3.

4.

5.