

Mentoringplus: Wie man ein echtes Gegenüber wird



Jens von Grüningen und Monika Henzler im Livenet-Talk

Quelle: Livenet

Mentoring ist in aller Munde. Oft wird es dabei auf Tricks der Gesprächsführung reduziert. Jens von Grüningen und Monika Henze zeigen, wie man stattdessen ein echtes Gegenüber wird und anderen (und sich selbst) weiterhilft.

Unsere Gesellschaft wird älter. Das ist jedem klar, doch paradoxerweise verliert sie auf diesem Weg gerade eine wichtige Komponente: Erfahrung. Zu keiner Zeit gab es so viel gesammelte Kompetenzen, und noch nie wurde so wenig davon an die nächsten Generationen weitergegeben. Ältere möchten oft «etwas» übermitteln, wissen aber nicht so recht, was und wie sie das anfangen können, und Jüngere wollen oft lieber ihren eigenen Weg gehen. Über dieses Spannungsfeld spricht Ruedi Josuran in einem Livenet-Talk mit Jens von

Grüningen und Monika Henze. Als Geschäftsführer von [CoachingPlus](#) bieten die beiden Programme und Seminare rund ums Thema Mentoring und Coaching an. Besonders am Herzen liegt ihnen dabei der zwölf tägige Lehrgang «Mentoringplus», der Interessierten dabei hilft, mehr als Tipps weiterzusagen. Vielmehr geht es um gelebte Beziehung – geprägt von Zuhören, Verstehen und echtem Interesse.

Vom Ratgeber zum echten Gegenüber

Fachbücher trennen Mentoring und Coaching sauber in verschiedene Kategorien. Im Gespräch zeigen die beiden Experten, dass die Wirksamkeit nicht durch das Erzählen oder bestimmte Techniken entsteht, sondern dann, wenn Mentoren sich fragen: Was braucht mein Gegenüber gerade? Dadurch werden sie von Besserwissern zu Begleitern. Nicht mehr ihr Leben und ihre Erfahrungen stehen im Mittelpunkt, sondern die Situation des anderen. Dazu ist allerdings Empathie erforderlich, Selbstreflexion und die Fähigkeit, sich selbst zurückzunehmen.

So wirkt Mentoring, weil Menschen wirken. Dann geht es im Erfahrungsaustausch nicht nur um Wissensweitergabe, sondern darum, Gelassenheit und Zuversicht zu vermitteln. Wer selbst schwierige Situationen durchgestanden hat, kann nicht nur erklären, was man tun könnte, sondern persönlich werden und sagen, wie es sich anfühlt hindurchzugehen.

Orientierung in einer komplexen Welt

Gerade in Zeiten mit grossen Umbrüchen suchen viele Menschen Halt, sei das privat, gesundheitlich oder beruflich. Als «Beziehungsperson auf Zeit» kann ein Mentor hierbei eine Schlüsselrolle einnehmen, indem er dem Mentee zuhört, Fragen sortiert, ihm Bedürfnisse spiegelt und ihn als Mensch begleitet. Dabei ist es wichtig, klare Grenzen einzuhalten, denn ein Mentor ist kein Therapeut. Seine Aufgabe ist es, dem Mentee Klarheit über die nächsten Schritte zu vermitteln.

Die Kunst des Mentoring

Jeder Mensch hat zwei Ohren, aber nicht jeder kann zuhören. So ist es auch für Mentoringbeziehungen gut, sich weiterzubilden – ob das dann im kirchlichen Bereich ehrenamtlich eingesetzt wird oder sogar professionell. Dafür muss zunächst geklärt werden, warum man sein Wissen eigentlich weitergeben möchte: Geht es darum, andere nach den eigenen Vorstellungen zu formen? Oder

darum, sie in ihrer eigenen Entwicklung zu stärken?

Was sich nebensächlich anhört, ist entscheidend. Gutes Mentoring respektiert die Einzigartigkeit des Gegenübers. Es eröffnet Perspektiven, statt vorzugeben. Es begleitet, statt zu lenken. Das ist keine angeborene Fähigkeit, sondern es lässt sich lernen und einüben. Zunächst ist es wichtig, sich mit der eigenen Lebensgeschichte und ihren Herausforderungen und Brüchen auseinanderzusetzen. Dazu kommen dann konkrete Kompetenzen wie das Führen von Gesprächen, gutes Fragen und das Gestalten von Prozessen.

Mentoring als gesellschaftliche Notwendigkeit

Menschen über 50 stehen oft an einem Wendepunkt im Leben: Was wird (zum Beispiel im Beruf) bleiben, wenn sie nicht mehr da sein werden? Finden sie eine Möglichkeit, etwas davon weiterzugeben? Das Mentoring eröffnet hier eine neue Perspektive, weil sie sich nicht schrittweise zurückziehen müssen, sondern noch etwas beizutragen haben. Damit fördern sie nicht nur andere, sondern wachsen selbst und entwickeln sich weiter. Sinnstiftung funktioniert damit in beide Richtungen: für Mentor und Mentee.

Ein lohnender Schritt

Das Nachdenken über Mentoringbeziehungen kann vieles in Bewegung bringen: Mentees finden Leute, die an sie glauben und in sie investieren. Mentoren können Erfahrungen weitergeben, in erster Linie aber Beziehungen bauen, selbst wachsen und in die Entwicklung anderer investieren. Um das auf eine möglichst gewinnbringende Weise tun zu können, kann ein Kurs wie «Mentoringplus» eine grosse Hilfe sein. Manche halten Mentoring für ein Trendthema, das bald wieder unter dem Horizont verschwinden wird. Das wird allerdings höchstens geschehen, wenn es zum «Programm» verkommt. Jens von Grüningen und Monika Henze zeigen im Gespräch, dass diese Gefahr kaum besteht, wenn man im Mentoring vom Ratgeber zum echten Gegenüber wird und damit Menschen, Teams und ganzen Organisationen oder Kirchen und Gemeinden entscheidende Impulse gibt. Damit Erfahrung nicht verlorengeht.

Zum Talk:

Datum: 17.04.2026

Autor: Hauke Burgarth

Quelle: Livenet

Tags

[Leadership](#)

[Livenet](#)

[Christen in der Gesellschaft](#)

[Schweiz](#)