

**KONTAKT UND ANMELDUNG:**

Amt der NÖ Landesregierung  
Abteilung Familien und Generationen  
Landhausplatz 1  
3109 St. Pölten

TELEFON: 02742/9005-13266

E-MAIL: [frauen@noel.gv.at](mailto:frauen@noel.gv.at)

LINK: [www.noel.gv.at/frauen](http://www.noel.gv.at/frauen)

**REGIONALES  
MENTORING**

**REGIONALES MENTORING-PROGRAMM  
FÜR FRAUEN IN NIEDERÖSTERREICH**

**IMPRESSUM:**

Amt der Niederösterreichischen Landesregierung  
Abteilung Familien und Generationen,  
3109 St. Pölten, Landhausplatz 1  
Gestaltung: Tina Hochkogler  
Druck: Abteilung Gebäudeverwaltung, Amtsdruckerei



## MENTOR war ...

... in der griechischen Mythologie der Lehrer von Telemach, dem Sohn des Odysseus. Die Geschichte berichtet, dass Mentor die Göttin der Weisheit, Pallas Athene, verkörperte.

## MENTORING ist ...

... eine Methode zur Förderung der persönlichen und beruflichen Entwicklung durch Lernen am erfolgreichen Vorbild. MentorInnen unterstützen Nachwuchskräfte als Mentees bei informellen Fragen, sei es im beruflichen Aufstieg, bei Neuorientierung oder im Wiedereinstieg in den Beruf. Sie geben Erfahrungen aus ihrer eigenen beruflichen Laufbahn weiter und sind mit Netzwerk-Kontakten behilflich.

## MENTORSCHAFTEN bringen...

... interessante Weiterbildungs- und Entwicklungsmöglichkeiten. Im Regionalen Mentoring-Programm des Landes NÖ dienen Mentorschaften der Förderung und Stärkung des persönlichen und beruflichen Potenzials von Frauen.

## Das Regionale Mentoring-Programm für Frauen in NÖ wurde 2001 im Rahmen eines EU-Projekts entwickelt.

Es setzt jährlich einen neuen Schwerpunkt und bietet Frauen in Niederösterreich die Möglichkeit, von den Erfahrungen erfolgreicher Menschen zu lernen:

- Gezielte Weiterbildungsseminare zu Schlüsselthemen der Persönlichkeitsentwicklung
- Mentorschaften mit Persönlichkeiten
- Vernetzung mit anderen Mentees und Netzwerken

Das Land Niederösterreich unterstützt Frauen in der Weiterentwicklung ihrer persönlichen und beruflichen Laufbahn.

Das regionale Mentoring Programm ermöglicht Frauen, von erfolgreichen Persönlichkeiten zu lernen und unterstützt bei Fragen zur Karriereentwicklung, Neuorientierung oder zum Wiedereinstieg im Beruf. Nutzen Sie das Angebot für eine erfolgreiche Zukunft in unserem Land!



A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Ch. Teschl-Hofmeister'.

Christiane Teschl-Hofmeister  
Landesrätin für Frauenangelegenheiten

## Das Regionale Mentoring-Programm im Überblick

Die Koordinationsstelle unterstützt Frauen bei der Anbahnung und Durchführung von Mentorschaften.

### → Anmeldung

Das ausgefüllte Anmeldeblatt der Mentee dient als Grundlage für die Anfrage geeigneter MentorInnen.

### → Anfrage

Das Referat Generationen des Landes NÖ ersucht eine passende Persönlichkeit um die Übernahme der Mentorschaft. Alle Daten werden vertraulich behandelt.

### → Das erste Treffen

Die Mentee nimmt Kontakt mit der Mentorin/dem Mentor auf und vereinbart ein erstes Treffen, bei dem gemeinsam Vorgehen, Zeit und Ort für das Mentoring geplant werden.

### → Mentorschaftsgespräche

Es werden monatliche Treffen à ca. 2 h empfohlen. Inhaltlich orientieren sich die Gespräche an den Anliegen der Mentee, organisatorisch an den Möglichkeiten der MentorInnen. Die Ausgangslage der Mentee, ihr berufliches oder persönliches Ziel werden formuliert, Erkenntnisse aus den Gesprächen reflektiert. Die Dauer der Mentorschaft beträgt je nach Vereinbarung ein halbes bis ein Jahr.

### → Vernetzung

Mentees und MentorInnen wird Erfahrungsaustausch mit anderen Teilnehmerinnen im Rahmen spezieller Seminare und bei Veranstaltungen angeboten.

### → Evaluierung

Zum Abschluss werden rückblickend Ziele und Erkenntnisse besprochen und die Mentoring-Vereinbarung beendet.

Die Mentee arbeitet weiter an ihren Zielen, die Mentorin/der Mentor will vielleicht für neue Mentees tätig werden - das Regionale Mentoring-Programm steht zur Verfügung!

## Teilnahme-Voraussetzung für Mentees

Wohnsitz in NÖ, Lernbereitschaft und Motivation!

**Die Mentee übernimmt die Verantwortung** für die aktive Kontaktaufnahme und die Einhaltung vereinbarter Treffen. Sie ist sich über ihre Ziele im Klaren und sucht nach neuen Verhaltens- und Handlungsweisen zur Umsetzung der Ziele.

## Voraussetzung für MentorInnen

Umfangreiche berufliche Erfahrung im Arbeits- oder Berufsleben, Bereitschaft zur Weitergabe von Erfahrungen und Einführung in Netzwerke!

**MentorInnen leiten die Treffen**, sprechen Herausforderungen und Fragen an, fassen wichtige Erkenntnisse zusammen und ermöglichen der Mentee neue Kontakte.

## Erfolgsfaktoren zur Gestaltung einer Mentorschaft

- **Erfahrung nutzen:** Die Bereitschaft zur Weitergabe von Erfahrungen ist etwas sehr Natürliches, das „fließt“, sobald es in Gang kommt. Daher erzählen MentorInnen über bedeutsame Erfahrungen ihrer Karriere und interessante Netzwerke.
- **Gemeinsam nachdenken:** In der Reflexion erschließen sich für beide Partnerinnen neue Perspektiven: Welche Herausforderungen gibt es für die Mentee? Welche Erfahrungen und Erlebnisse der MentorInnen erweisen sich als hilfreich in der momentanen Situation der Mentee?
- **Begleiten und lernen:** Mentees könnten ihre MentorInnen auch zu Veranstaltungen oder Netzwerktreffen begleiten, um neue Handlungsspielräume und Kontakte kennenzulernen.
- **Visionen beleuchten:** Wohin will die Mentee, was will sie versuchen, wie wird sie ihre Ziele umsetzen und wie können MentorInnen dabei helfen? Auch für MentorInnen erweisen sich diese Gespräche als bestärkend und motivierend.