

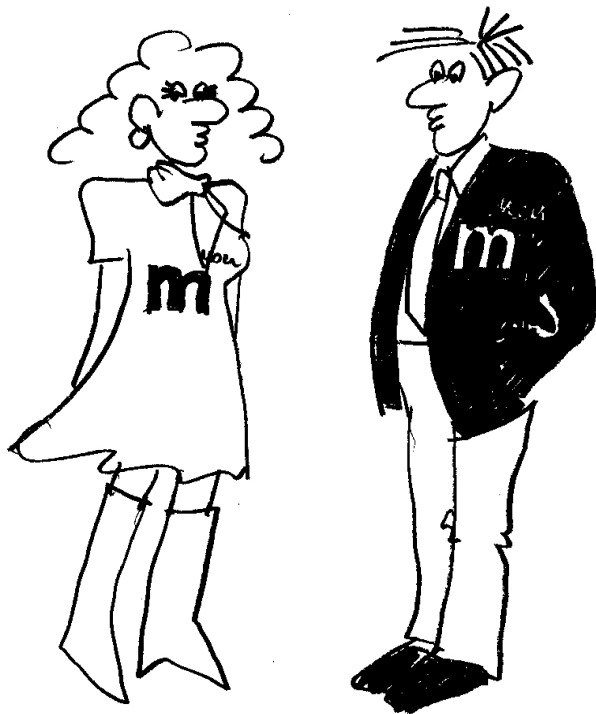
En bra mentor

Du är en bra mentor om du

- följer och stöttar adepten i sin intention och riktning
- har respekt för din adept, är ärlig och rak
- lutar dig lite tillbaka, är lagom ambitiös
- sätter värde på att lyssna till adeptens reflektioner
- litar på att du duger som du är
- ser och bekräftar adepten för det han/hon är
- visar intresse för det adepten har att berätta
- är tillgänglig efter överenskommelse
- använder din empati och nyfikenhet
- njuter av att få ställa "dumma frågor", som den utomstående person du är
- tillämpar ett lärande och coachande förhållningssätt

Mentorns ansvar

- att lyssna och vara en intresserad och hängiven stöttare
- att värna om den utvecklande relationen mellan adept och mentor
- att få ut något för egen del
- att känna moraliskt ansvar att stötta och låta adepten ta praktiskt ansvar
- att ge adepten utrymme på samtalsarenan



MENTOR upa

- U** utomstående och oberoende
utan personligt ansvar för adeptens verksamhet,
- P** personligt engagerad, professionell
- A** ansvarar för sin stöttande roll i relationen

Att vara utomstående och oberoende innebär att det inte finns några bindningar eller beroenden som kan skapa konflikt mellan yrkesroll och mentorroll.

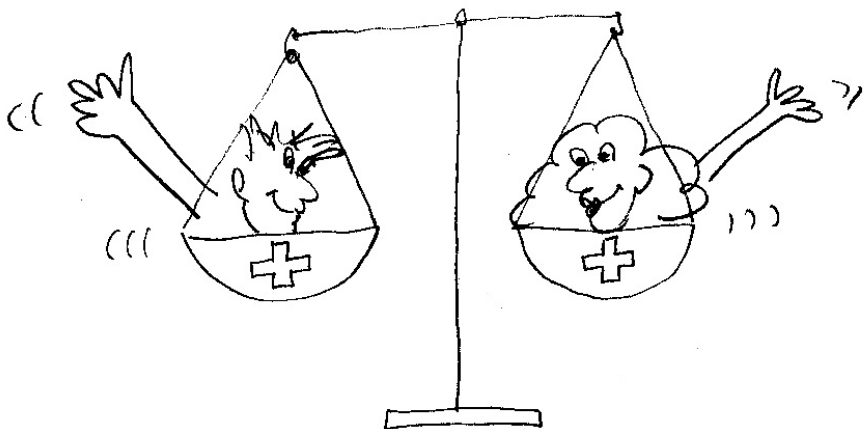
Det fungerar bäst om...



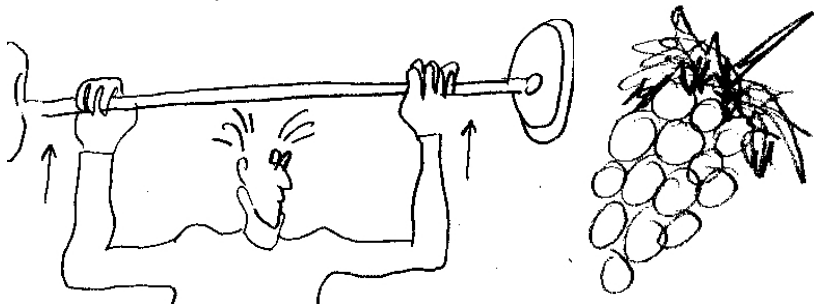
... du är tillgänglig och blir "använd"
Berätta hur du upplever det om adepten inte hör av sig så ofta.

Ledstjärna

Relationen skall tillföra energi och upplevas givande för båda parter. Gott mentorskap är en vinna-vinna-relation.



Om relationen känns energilös - avbryt mentorskapet - det kan tillföra ny energi. Gör det respektfullt och meddela berörda parter.



Adam har avslutat en andefattig relation och upplever ny energi

Några röster



Det har varit värdefullt att vara mentor. Frågorna från min adept har fått mig att sammanfatta mina erfarenheter som ledare. Jag har på så sätt gjort ny kunskap av mina egna erfarenheter.

Mentorskapet har gjort mig uppmärksam på vikten av att stanna upp och reflektera. Det mest värdefulla har varit adeptens frågor och att jag tagit mig tiden.



Mentorrollen har gett mig näring i min roll som chef. Det är viktigt att det är adepten som drar, bestämmer vad vi ska prata om och tar ansvar för sig. Och det är både lättsamt och stimulerande att hjälpa till.

Citaten är representativa för vad många mentorer säger om sina erfarenheter av mentorskapet.

Värdefullt för mentorn

- att få stanna upp och reflektera över stora frågor och vägval
- att stressen minskar genom att du tar dig tiden att stanna upp
- att få utforska egna erfarenheter och egen kompetens
- att få insyn i och inspiration från en annan verksamhet
- att känna tillfredställelsen att bidra till en annan människas växande
- att få tillgång till kontaktnät av mentorer och adepter från olika organisationer



Bra att få klä erfarenheterna i ord. Mina egna berättelser gör att jag bättre förstår vad jag varit med om och lärt.

Roligt att få bidra till en annan människas växande. Jag är stolt över hans resultat.

Är gärna mentor igen.

Erfarenheten visar att mentoreterna brukar vara mycket nöjda med vad de fått ut av sin roll som mentor.