

Forberedelse til det første møde

Det er afgørende for forløbets succes at komme godt forberedt til hvert møde. Men hvordan skal man forberede sig til det første møde? Her anbefaler vi, at begge parter bruger lidt tid på at reflektere over deres respektive roller i det kommende forløb.

Spørgsmål til Mentor

- Hvordan vil jeg sikre, at det er en god dialog, og Mentee får den fornødne plads?
- Hvordan vil jeg etablere tryghed og tillid mellem os?
- Hvordan vil jeg bruge mine egen erfaringer til udfordre mentee på et passende niveau?

Spørgsmål til Mentee

- Hvad ser jeg mest frem til?
- Hvilke emner vil jeg helst tale om?
- Er der noget, der bekymrer mig (ved forløbet), som jeg bør adressere allerede ved det første møde?

Mellem møderne

Vi anbefaler, at mentee efter hvert møde udarbejder et notat, hvor de vigtigste punkter fra det I har talt om opsummeres. Så får I begge to mulighed for at bearbejde det til næste møde. Det typisk mellem møderne, når man har tid til at fordøje det, I har talt om, at den største forandring sker, og de største indsigter kommer for mentee. Derfor er det godt at kunne vende tilbage til opsummeringen, for at igen blive mindet om, hvad I talte om.

Det kan også være en god idé for mentee at skrive de tanker og refleksioner ned, der kommer mellem møderne. På den måde sikrer man også den røde tråd gennem hele mentorforløbet og får nemmere øje på sin egen udvikling.

Det sidste møde

Når mentorforløbet efter ca. 12 måneder er ved vejs ende, anbefaler vi, at mentor og mentee bruger det sidste møde på at lave en fælles opsummering og afslutning af hele forløbet. Her kan man fx vælge at arbejde med:

- Har vi opnået målsætningen i vores kontrakt?
- Hvad har været den vigtigste læring for hhv. mentor og mentee?
- Hvor blev jeg mest udfordret?
- Hvad er målet for mentee fremadrettet?
- Skal vi ses fremadrettet – står mentoren til rådighed for enkelte spørgsmål etc.?

ÅBENHED, ÆRLIGHED og NYSGERRIGHED

kort sagt gode ingredienser i et succesrigt mentorforløb.