

FICHE MENTOREE

Être mentorée signifie avoir une posture particulière au cœur de la relation interindividuelle que l'on crée avec sa mentore.

Cette relation implique un certain nombre de prérequis dans votre démarche interpersonnelle, à commencer par trouver une mentore qui sera bienveillante et dans l'écoute de vos besoins de développement professionnel.

Il est primordial qu'en tant que mentorée vous soyez dans la volonté d'investir la relation de mentorat pour faire bouger les lignes et vous enrichir des conversations que vous aurez avec votre mentore.

Sachez que le contenu de vos échanges sera souvent beaucoup plus riche que ce que vous pourrez immédiatement mettre en œuvre sur le terrain. C'est pour cela que nous vous incitons à prendre des notes lors de vos différents échanges avec vos mentores. Ultérieurement, vous pourrez toujours revenir à vos échanges, au moment où une situation vous rappellera une conversation que vous avez eue avec votre mentore.

Avant de sélectionner la mentore qui vous correspondra le mieux, lors de votre inscription sur la plateforme, il est important d'identifier vos besoins professionnels dans le questionnaire qui va vous permettre d'indiquer quelles sont les thématiques sur lesquelles vous souhaitez être mentorée.

Tout au long du processus de mentorat qui est un voyage-découverte – de vous-même, sous le prisme du statut de mentorée et de la personne qui devient votre mentore –, vous allez vous immerger dans un travail continu de clarification de vos besoins et de vos objectifs. Sachez qu'ils évolueront au fil de vos conversations.

En tant que mentorée, vous acceptez de vous remettre en question, de vous interroger et d'explorer les situations sous tous ses angles, en d'autres termes de vous mettre en

mouvement au cœur de l'expérience de mentoring afin de profiter pleinement de ses bénéfices.

Vous allez, en tant que mentorée, cheminer selon une modalité « *Test & Learn* ». Vous appliquerez ce qui s'est échangé avec votre mentore. Vous allez tester des actions sur le terrain, en intégrer certaines dans vos pratiques et laisser de côté ce qui n'est pas utile. Cette dynamique active s'appliquera jusqu'à l'atteinte de vos objectifs.

Être prête à la remise en question de ses certitudes et perceptions facilite la pratique de ce dédoublement qui consiste à monter au balcon et se regarder marcher dans la rue. Cela apporte une forme de flexibilité intérieure, une cohérence et une légèreté liée au fait d'être connectée à soi-même dans un alignement personnel.

Les points essentiels

- ✓ Être mentorée, c'est accepter de questionner ses certitudes, ses habitudes de pensées et d'actions pour mieux atteindre ses objectifs au cours de ses échanges avec sa mentore
- ✓ Sans tabous, la mentorée s'exprime sur les situations passées, présentes, et sur les émotions qui émergent dans son quotidien professionnel. Elle partage ses interrogations, ses incertitudes, ses valeurs, ses motivations et ses ambitions.
- ✓ La mentorée revisite librement ses objectifs, besoins et attentes, dans un climat de bienveillance, donnant naissance à de nouvelles approches voire à de nouveaux objectifs.
- ✓ La mentorée va au bout de son expérience en prenant conscience de la façon dont elle apprend à apprendre, tout en prenant du recul sur son vécu professionnel et en bénéficiant également des conseils et de l'expérience de sa mentore.
- ✓ La mentorée garantit à sa mentor une absolue confidentialité de leurs échanges.