MENTORLY

Guide du premier mentorat de Mentorly : édition mentoré(e)

Vous êtes accompagné(e) par un mentor pour la première fois

Un mentorat ne vaut que ce que vous y investissez. Les meilleures relations de mentorat ne naissent pas par hasard. Elles naissent parce que quelqu'un est arrivé préparé, a posé de vraies questions et n'a pas eu peur de parler ouvertement de ses difficultés.

Ce guide est là pour vous aider à y investir les bonnes choses. Il vous aidera à vous préparer, à vous présenter sous votre meilleur jour et à maintenir l'élan. Vous n'avez pas besoin d'avoir toutes les réponses. Il vous suffit de vous présenter avec sincérité et d'être prêt(e) à faire le travail.

Avant la première rencontre : préparez-vous

1. Réfléchissez à vos objectifs, même s'ils sont flous au départ

Voyez votre premier mentorat comme une relation à bâtir avec une personne qui souhaite sincèrement vous aider à réussir. Plus vous savez ce dont vous avez besoin au départ, plus vous en retirerez. Vous n'avez pas besoin d'un plan parfait, mais avoir une direction aide votre mentor à vous soutenir.

Qu'est-ce que je veux vraiment ?

- Quel est le plus grand obstacle entre moi et ma prochaine étape ?
- Dans quels aspects de mon travail est-ce que je me sens le plus dépassé(e) ?
- Qu'est-ce qui me donne de l'énergie dans mon travail ?
- À quoi ressemble le succès pour moi d'ici 6 à 9 mois ?

Qu'est-ce que j'apporte à cette relation ?

- Combien de temps et d'énergie puis-je réalistement y consacrer ?

2. Déterminez vos préférences d'apprentissage

Posez-vous les questions suivantes :

- Est-ce que je préfère recevoir de la rétroaction sur le moment ou après réflexion ?
- Suis-je ouvert(e) à une rétroaction qui pourrait être inconfortable à entendre ?
- Est-ce que j'apprends mieux en discutant, en faisant ou en observant ?
- Comment est-ce que j'aime qu'on me responsabilise ? Comment vais-je me responsabiliser moi-même ?
- Qu'est-ce qui me donnerait l'impression de ne pas retirer assez de cette relation ?

3. Préparez-vous à raconter votre parcours

A. Commencez par l'essentiel. Soyez prêt(e) à donner un bref aperçu de votre parcours : où vous avez travaillé, ce que vous avez étudié et le poste que vous occupez actuellement. Limitez-vous à quelques phrases, ce n'est pas une entrevue d'embauche.

B. Pensez à vos moments charnières. Quels moments ou quelles décisions ont façonné votre carrière jusqu'ici ? Il peut s'agir d'un poste pour lequel vous avez pris un risque, d'un revers qui vous a réorienté(e) ou d'un projet qui vous a montré ce que vous faites vraiment bien.

C. Soyez honnête sur votre situation. Qu'est-ce qui va bien en ce moment, et qu'est-ce qui ne va pas ? Un mentor ne peut vous aider que sur ce qu'il connaît. Plus vous êtes franc(he), plus ses conseils vous seront utiles.

D. Pensez à ce qui vous anime. Quel type de travail vous donne de l'énergie ? Qu'est-ce qui a tendance à vous épuiser ? Comprendre vos propres motivations aide votre mentor à vous donner des conseils qui vous conviennent vraiment, plutôt que des conseils de carrière génériques.

E. Ne peaufinez pas trop. Votre parcours n'a pas besoin d'être parfait ou linéaire. Les mentors ne cherchent pas un palmarès, ils cherchent à vous comprendre. L'authenticité vous mènera plus loin qu'un discours répété.

4. Dressez une courte liste des sujets dont vous voulez discuter

Voici quelques exemples.

Combler un écart de compétences. « Je remarque que les personnes d'expérience de mon équipe excellent dans la gestion des parties prenantes, mais je n'ai jamais vraiment eu à le faire. J'aimerais avoir des conseils pour commencer à développer cette compétence. »

S'orienter dans la culture organisationnelle. « Je suis nouveau ou nouvelle dans l'entreprise et je cherche encore à comprendre comment les décisions se prennent réellement. Le processus officiel et le processus informel semblent très différents. »

Confiance en soi ou communication. « J'ai tendance à rester silencieux ou silencieuse dans les grandes réunions, même quand j'ai quelque chose à apporter. Je veux travailler à prendre davantage la parole, surtout devant la haute direction. »

Aspirations en leadership. « J'aimerais accéder à un poste de gestion d'équipe d'ici quelques années, mais je ne sais pas trop ce que je dois démontrer pour être considéré(e) comme prêt(e). »

5. Réfléchissez à ce que vous attendez d'un mentor

Être honnête à ce sujet vous prépare à un partenariat sain.

- Est-ce que je cherche des conseils, une personne qui me responsabilise, une oreille attentive ou autre chose ?
- Est-ce que je veux que mon mentor me pousse, ou surtout qu'il me soutienne ?

De quoi ai-je besoin de ce mentor en particulier ?

- Quelles expériences ou perspectives de mon mentor aimerais-je mettre à profit ?
- Qu'est-ce qui me serait le plus précieux : son réseau, son expertise, son parcours ou son opinion franche ?

La première rencontre : comment aborder la conversation

1. Créez un lien de façon intentionnelle

Votre première conversation porte moins sur la résolution de problèmes que sur la connexion et l'alignement. Vous n'avez pas besoin de plonger tout de suite dans vos dilemmes de carrière.

Commencez par :

- Les présentations
- Ce qui vous donne de l'énergie au travail
- Les raisons pour lesquelles vous vous êtes joint(e) au programme de mentorat
- La façon dont vous aimez apprendre

2. Partagez vos objectifs, même ceux qui ne sont qu'à moitié définis

Vous n'avez pas besoin d'arriver avec un plan quinquennal peaufiné. Une conversation sur les objectifs qui semble un peu incertaine est souvent plus productive qu'une conversation trop répétée. Essayez d'aborder :

- **Où vous en êtes maintenant.** Un portrait bref et honnête de votre réalité actuelle, de ce qui va bien et des aspects où vous vous sentez mis(e) au défi.
- **Où vous voulez aller.** Même une idée approximative de la direction est utile.
- **Ce qui vous freine.** Les obstacles, les lacunes ou les incertitudes qui vous semblent les plus pertinents.
- **Comment vous saurez que vous progressez.** Ce n'est pas nécessaire que ce soit mesurable au sens formel, mais avoir une compréhension commune de ce à quoi ressemble la croissance vous aide tous les deux à garder le cap.

> **Conseil :** Si vous avez fait le travail de réflexion de la section précédente, cette conversation vous semblera beaucoup plus naturelle. Vos notes de cet exercice valent la peine d'être apportées.

3. Parlez de vos attentes en toute transparence

Dites tout haut ce qu'on garde habituellement pour soi afin d'éviter les attentes déçues. Soyez franc(he) sur ce dont vous avez réellement besoin et cherchez à vous entendre sur :

- **La fréquence.** Chaque semaine, aux deux semaines, chaque mois ? Qu'est-ce qui est réaliste compte tenu de votre horaire et de vos objectifs ?
- **La communication.** Êtes-vous du genre à envoyer « un petit message entre les séances » ou à « garder ça pour notre prochain appel » ? Les deux conviennent, mais votre mentor devrait le savoir.

- **La responsabilisation.** Voulez-vous que quelqu'un fasse le suivi de vos progrès, ou préférez-vous vous en charger vous-même ?
- **Le soutien.** Avez-vous besoin d'une oreille attentive ? De quelqu'un qui vous challenge ? D'une personne qui vous encourage ? Probablement d'un peu de tout cela, et ça vaut la peine de le nommer à voix haute.

> **Conseil :** Si exprimer vos attentes à voix haute vous semble gênant, essayez de le formuler ainsi : « J'ai réfléchi à ce qui me serait le plus utile ». Cela ouvre la conversation plutôt que de mettre de la pression d'entrée de jeu.

Tirer le meilleur parti du mentorat

Un excellent mentorat est mené par le ou la mentoré(e)

Cela signifie :

- Apporter des points à l'ordre du jour à chaque rencontre
- Faire le point sur les aspects pour lesquels votre mentor vous a soutenu(e), et en partager les résultats, qu'ils soient positifs ou négatifs
- Parler ouvertement des obstacles rencontrés ou des erreurs commises en cours de route
- Prendre l'initiative de dire à votre mentor ce qui fonctionne ou ne fonctionne pas

> **Conseil :** Si vous ne savez jamais quoi apporter à une séance, demandez-vous : à quoi est-ce que j'évite de penser ? C'est généralement le sujet le plus important à aborder.

Quittez toujours la rencontre avec des idées claires

Assurez-vous de terminer chaque rencontre en sachant :

- Les un ou deux principaux aspects sur lesquels vous concentrer pour la suite
- Ce sur quoi vous réfléchirez avant la prochaine rencontre
- Les actions à accomplir avant la prochaine rencontre, s'il y a lieu
- La date de votre prochaine rencontre

Revoyez vos objectifs et la relation à mesure que vous grandissez

Le mentorat n'est pas figé, et vous non plus. Ce dont vous aviez besoin au départ n'est peut-être plus ce dont vous avez besoin trois ou six mois plus tard. Toutes les quelques séances, prenez un moment pour faire le point avec vous-même :

- Mes objectifs ont-ils changé ou sont-ils devenus plus clairs ?
- L'orientation de nos conversations est-elle toujours pertinente par rapport à là où j'en suis ?
- Est-ce que je retire de cette relation ce que j'espérais, et sinon, qu'est-ce qui manque ?

Si quelque chose a changé, dites-le. Les mentoré(e)s qui retirent le plus de l'expérience sont ceux et celles qui traitent leurs objectifs comme un document évolutif, et non comme une destination fixe.

> **Conseil :** Si quelque chose dans la dynamique ne vous convient pas, nommez-le tôt. Un petit décalage abordé dès les premières séances est beaucoup plus facile à corriger qu'un décalage qu'on a laissé grandir.

Ce que les mentoré(e)s devraient faire

- **Établissez l'ordre du jour avant chaque séance.** Envoyez-le dans une courte note à l'avance. Cela montre que vous respectez le temps de votre mentor et vous aide tous les deux à aller droit à l'essentiel.
- **Apportez de vrais problèmes, pas des résumés bien léchés.** La version plus brouillonne et plus honnête de votre défi est presque toujours plus utile à explorer qu'une version arrangée.
- **Prenez des notes sur le moment.** Notez non seulement ce qui a été dit, mais aussi ce que cela vous a fait penser ou ressentir. C'est souvent dans ces réactions que se trouvent les véritables prises de conscience.
- **Passez à l'action sur au moins un point avant votre prochaine séance.** Les bienfaits du mentorat se multiplient quand vous appliquez ce dont vous discutez. Même une petite action maintient l'élan et vous donne quelque chose de concret sur quoi réfléchir ensemble.
- **Dites-le quand quelque chose ne vous rejoint pas.** Si un conseil ne vous semble pas pertinent pour votre situation, dites-le. Un bon mentor préfère s'ajuster plutôt que de vous voir hocher la tête par politesse.

Ce que les mentoré(e)s devraient éviter

- **Ne traitez pas votre mentor comme un décideur.** Votre mentor est une oreille attentive, pas quelqu'un qui devrait vous dire quoi faire. Le but est de vous aider à penser plus clairement, pas de penser à votre place.
- **Ne confondez pas confort et progrès.** Si chaque séance vous semble facile et rassurante, vous ne vous poussez peut-être pas assez. Les conversations les plus précieuses sont souvent les plus inconfortables.
- **N'esquivez pas et n'écartez pas discrètement une rétroaction qui pique un peu.** Les conseils inconfortables à entendre sont souvent ceux qui méritent le plus qu'on s'y attarde. Vous n'êtes pas obligé(e) d'être d'accord avec tout ce que dit votre mentor, mais prenez-le sérieusement en considération avant de décider que cela ne s'applique pas à vous.
- **Ne laissez pas les bonnes idées s'estomper avant votre prochaine séance.** Tenez une note continue de vos réflexions, mises à jour ou nouvelles questions au fil de l'eau, afin d'arriver préparé(e) et de reprendre la conversation là où vous l'aviez laissée.