

Adept

Vägledning

Ett mentorskap kan antingen vara en tjänst du köper under perioder då du behöver extra stöd, men det kan lika gärna vara ett erfarenhetsutbyte mellan dig och en annan person. Det ska dock helst inte vara en person som står dig för nära.

Hur väljer du då vem som är rätt för dig och din verksamhet?

Nedan finns ett antal frågor som hjälper dig att definiera dina behov.

Vad vill du ha hjälp med?

Personlig utveckling? Företagsutveckling? Bolla idéer generellt eller inom ett speciellt område eller rörande en specifik del av din verksamhet?

Vem har den erfarenhet och kunskap som du vill ta del av?

Det kan vara en kollega, bekant eller vän som du ser upp till. Fråga runt i ditt nätverk och tveka inte att höra av dig till en person du inte känner så väl. Den som blir tillfrågad kommer att uppskatta förtroendet.

Våga ta initiativet!

Ring upp eller mejla den person du tror kan bli en bra mentor. Presentera dig, tala om varför du valt just henne eller honom. De flesta blir glada och smickrade.

Var förberedd när ni ses. Tänk igenom vad du vill prata om. Om mötet känns bra, ta initiativ till nästa steg!

Tänk på:

Du styr inte över allt som har att göra med dina resultat, saker händer på vägen.

Däremot styr du över alla ansträngningar du gör som kan leda till resultat. Därför ska du fokusera på just det, dina ansträngningar!

Fundera på hur du kommer att arbeta med att sätta upp mål och delmål.

Fokusera mest på vad du gjort och inte lika mycket på vad det har resulterat i.

Om ni jobbar på i rätt riktning kommer resultaten förr eller senare!



Adept

Vägledning

Äldre eller yngre?

En äldre mentor med lång erfarenhet kan kännas tryggt, men å andra sidan kan en yngre utmana dig i dina föreställningar. Gör valet efter vad du känner att du behöver.

Lika eller olika?

Det finns en poäng med att tänja på sin bekvämlighet, utveckling handlar alltid om att våga utmana sig själv? Kanske ska du vända dig till någon som är helt olik dig, någon som är verksam i en helt annan bransch?

Fundera på om det är någon med erfarenhet från just din bransch du behöver. Eller om du vill ha någon som hjälper dig att komma på nya idéer.

Öva på att ta emot feedback

Din mentors roll är att ställa frågor för att få dig att reflektera, men också att utmana dig mellan varven. Att ta emot feedback är en konst i sig, ansträng dig för att inte gå i försvar, utan att ta till dig det din mentor säger. Du behöver inte hålla med, men du behöver lyssna.

1. Lyssna på det mentorn har att säga.

Kväv din spontana reaktion att försvara dig genom att skylla på yttre omständigheter som du inte kan påverka.

2. Fortsätt lyssna, kommentera inte, avbryt inte.

En tillåtande attityd från ditt håll ger dig förutsättningar för utveckling!

3. Bekräfta feedbacken, visa att du hört.

Visa att du tar in det som sagt, och att du tar med dig mentorns ord, utan att veta vad det leder till. Om du tycker helt annorlunda och det känns viktigt att säga det ska du givetvis göra det. Men fundera också över varför det känns så viktigt, reagerar du med ett automatiskt motstånd?

