

## CIRCUIT PME – FICHE 27

# COMMENT PUIS-JE M'AMÉLIORER COMME MENTOR·E?

Vous êtes mentor·e depuis quelques années ou vous avez eu l'occasion d'accompagner plusieurs mentoré·es? Est-ce que votre expérience accumulée est suffisante en soi pour faire de vous un·e mentor·e compétent·e et efficace?

Plusieurs recherches semblent indiquer le contraire.

Alors, quelles pratiques mettre en place pour continuellement développer vos compétences et habiletés en tant que mentor·e?

### SE FORMER AU MENTORAT ET AU RÔLE DE MENTOR·E

La formation initiale permet aux mentor·es de comprendre les fonctions et devoirs de chaque partie prenante (mentor·e et mentoré·e), de gérer leurs attentes et d'intégrer les compétences clés requises pour mener une relation mentorale efficace et durable. Ainsi formé·es au mentorat, iels jouent mieux leur rôle auprès des mentoré·es tant au niveau des fonctions psychologiques (sécuriser, motiver), que de celles qui sont reliées à la carrière (guider).

Pourtant, les recherches montrent que la formation continue, et ce peu importe notre degré d'expérience comme mentor·e, nous permet de développer des compétences qui vont contribuer à améliorer la qualité des relations avec nos mentoré·es.

En tant que mentor·e, il est donc recommandé d'échanger avec d'autres mentor·es expérimenté·es, de participer à des activités de co-développement, de s'informer via des infolettres et les réseaux sociaux pour débattre et partager afin de se remettre continuellement en question, de rester efficace dans notre rôle et à jour dans nos pratiques.

### CONTINUER À SE DÉVELOPPER PAR LA FORMATION CONTINUE

Le mentorat est un processus en continu. Bien souvent, on accorde de l'importance aux formations initiales uniquement, sans pousser nos apprentissages plus loin.

# COMMENT PUIS-JE M'AMÉLIORER COMME MENTOR·E?



## ADOPTER DES COMPORTEMENTS EFFICACES EN TANT QUE MENTOR·E

Dans le cadre d'une relation mentorale, il existe plusieurs comportements que des chercheur·euses ont ciblés comme efficaces et inefficaces.

On attend des mentor·es qu'ils développent des habiletés d'écoute et de questionnement, une bienveillance et un intérêt sincère envers leur mentoré·e. Il est également important d'être patient·e et d'adopter une attitude positive par rapport au parcours et aux progrès de votre mentoré·e. Finalement, l'empathie, l'honnêteté et l'authenticité sont primordiales puisqu'elles permettent d'établir la relation sur de solides fondements.

En parallèle, n'essayez pas de résoudre certains problèmes pour la personne mentorée, ni de la surprotéger. Ces comportements, bien qu'ils partent d'une bonne intention, ne permettent pas à la personne de développer son autonomie et son sens critique. Rappelez-vous qu'en fin de compte, votre rôle est de guider et de conseiller!

## RESTEZ CENTRÉ·E SUR LES BESOINS DE LA PERSONNE MENTORÉE ET DEMANDEZ-LUI UNE RÉTROACTION QUANT À L'ACCOMPAGNEMENT QU'ELLE REÇOIT DE VOTRE PART.

Avec le temps, et après plusieurs années d'accompagnement, certain·es mentor·es peuvent devenir plus confiant·es, moins attentif·ves aux besoins des mentoré·es.

Une routine peut se créer et la personne mentore pourrait se dire : « Si cette méthode a marché pour les personnes précédentes, elle pourra marcher pour celle que je mentore présentement ».

Donc, demandez régulièrement du feedback et faites des auto-évaluations. Par exemple, à chaque rencontre, interrogez votre mentoré·e sur ce qu'il attend de vous pour cette rencontre de mentorat – un partage d'expérience, du soutien, des encouragements, des méthodologies de travail, des outils, etc. –, et ajustez-vous en conséquence.

En parallèle, à la fin de chaque relation mentorale, prenez-le temps de réfléchir à la question suivante : si vous deviez vous investir à nouveau dans une relation mentorale, que feriez-vous différemment?

## RESSOURCE UTILE

*Journal réflexif d'apprentissage pour les mentors. Trousse mentorale 2022, Mentorat Québec.*

## POUR ALLER PLUS LOIN

St-Jean, E. Les mentors ne sont pas nécessairement meilleurs avec le temps. *Les affaires*. 17 mars 2012. <https://www.lesaffaires.com/dossier/courrier-universitaire/les-mentors-ne-sont-pas-necessairement-meilleurs-avec-le-temps/542196>

Légaré, C. (2021) L'expérience rend-elle les mentors plus compétents? *Elo Mentorat*. <https://elomentorat.com/fr/blogue/l'experience-rend-elle-les-mentors-plus-competents/#:~:text=Les%20r%C3%A9sultats%20de%20sa%20recherche,aux%20apprentissages%20de%20ceux%20ci>.

