

Программа менторства

для выдающихся первокурсников

Гайд менти



Данный гайд позволит вам разобраться в терминологии менторства, поставить цели программы и понять роли участников. С помощью этих рекомендаций вы сможете осознанно выбрать ментора, а также сделать взаимодействие с вашим ментором максимально эффективным.

Содержание

О программе

Что такое менторство?	4
Кто участвует в программе менторства?	4
Что даст менторство мне?	5

Как выбрать ментора?	6
-----------------------------------	----------

Взаимодействие

Как мне себя вести?	8
Чек-лист первой встречи	9

Must have

Советы	12
Координаторы программы	13

Что такое менторство?

Менторство — это больше, чем просто консультирование или передача того, что ментор пережил в конкретной области или ситуации. Речь идет о мотивации и *расширении возможностей другого человека* для определения его собственных проблем и целей, а также о помощи в поиске путей их решения или достижения путем понимания и уважения различных методов работы.

Кто участвует в программе менторства?

Менторство представляет собой партнерство между двумя лицами — ментором и менти.

Ментор — это человек, имеющий профессиональный и жизненный опыт и добровольно согласившийся помочь менти развивать навыки и компетенции, устанавливать новые цели и искать способы их достижения. Важно понимать, что ментор не выдает готовых ответов, он помогает определить главное и второстепенное.

Менти — это студент первого курса, который готов уделять особое внимание своим собственным целям, получая при этом поддержку от ментора.

Что даст менторство мне?

Общение с успешными людьми из разных сфер деятельности;

Помощь в формировании траектории карьерного, академического и (или) личностного развития;

Содействие ментора в реализации ваших планов;

Участие в интересных встречах, мастер-классах, конференциях по приглашениям в рамках программы и, как следствие, появление новых знакомств;

Возможность активизировать и оптимизировать процессы самообучения и саморазвития.

Шаг 1

Определитесь с тем, что вы хотите получить от программы. Если это формирование карьерной траектории, то в какой сфере или компании? Если личностное развитие, какие навыки вы бы хотели приобрести в конце программы?

Шаг 2

Внимательно изучите профили менторов: занимаемую должность, компанию, краткую биографию ментора. В профиле также можно посмотреть темы, с которыми ментор будет готов помочь студенту.

Шаг 3

Во время изучения профилей менторов держите в голове свои цели и сопоставляйте их с информацией о каждом менторе. Посмотрите, интересна ли вам должность, занимаемая ментором, хотелось бы вам работать в компании, в которой он работает, нравится ли вам эта отрасль. Выписывайте тех, кто вам наиболее подходит.

Шаг 4

Определитесь, как часто вы хотите взаимодействовать с ментором. Оцените его возможности (*см. профиль конкретного ментора*). Также помните о том, что более высокая должность ментора зачастую означает более высокую занятость и плотность графика. Это может помешать вам получить желаемое количество встреч. После этого ограничьте свой диапазон выбора.

Шаг 5

Попробуйте поискать в интернете дополнительную информацию о выбранных вами менторах, почитайте интервью/статьи с ними, если они есть. Постарайтесь понять, насколько близки вам взгляды и ход мышления каждого ментора, удобно ли вам будет взаимодействовать и вести диалог.

Шаг 6

Почитайте про компании, в которых работают выбранные вами менторы. Это поможет вам сформировать более детальное представление о том, что можно узнать у каждого ментора, какие контакты можно будет попросить.

Шаг 7

После этого пункта стоит ещё раз обратиться к пункту №1 и ответить на его вопросы ещё раз. Есть вероятность, что ещё часть вариантов будет отсеяна.

Шаг 8

Прочитайте требования/пожелания ментора по качествам менти. Соответствуете ли вы этой характеристике?

Шаг 9

Попробуйте составить список вопросов для каждого из оставшихся кандидатов. Для кого из них писать вопросы было проще всего? На какие вопросы вам было бы интереснее получить ответы? Проранжируйте кандидатов и направьте список организаторам.

Как мне себя вести?

Соблюдайте правила деловой переписки: отправляйте сообщения в рабочее время; не используйте сленг; излагайте свои мысли простым, но четким, лаконичным и официальным языком; не забывайте указывать тему своего письма.

Будьте пунктуальны, если ваш наставник предлагает определенный период времени для встречи, уважайте его/ее пожелания.

Будьте внимательны во время беседы с ментором: слушайте, что говорит вам наставник и не бойтесь выразить свое мнение по теме разговора.

Будьте открыты. Не бойтесь говорить о себе и своих интересах, а также становиться активно вовлеченными в процесс сотрудничества.

Чек-лист первой встречи

До встречи

Я связался(-ась) с ментором.

Помните, что инициатива должна исходить от вас. Определитесь, в каком мессенджере/соц сети вам обоим будет комфортно общаться. (Посмотрите анкету ментора: возможно, там указан приоритетный вариант).

Я сформулировал(-а) основные цели своего участия в программе.

Первая встреча - установочная, поэтому важно определить конкретные цели, которые вы обсудите с ментором.

Я внимательно изучил(-а) информацию о менторе и сопоставил(-а) её со своими целями.

Так вы определитесь, в какой области можно задавать вопросы и о чем вы будете говорить на первой встрече.

Я подготовил(-а) список конкретных вопросов для ментора.

Эти вопросы можно затем разделить на категории (вопросы про работу и компанию/касающиеся карьерного развития/совершенствования soft skills и т д). Например: «Как проходит Ваш рабочий день?», «Какие навыки для Вас являются наиболее полезными в работе?», «Какие книги помогли Вам на карьерном пути?»

Чек-лист первой встречи

Во время встречи

- Я представился(-ась) и рассказал(-а) о себе, исходя из того, что уже знаю о менторе и о том, что хочу получить от программы.
- Я попросил(-а) ментора также рассказать о себе.
- Я ещё раз уточнил(-а) и обсудил(-а) с ментором форматы взаимодействия и каналы связи.
- Я рассказал(-а) о своих планах и целях на участие в программе.

Проговорите, интересно вам личностное, академическое или карьерное развитие, есть ли желание участвовать в различных конференциях, мастер-классах, исследованиях и т. д.

- Я спросил(-а) у ментора, чего ждёт от программы он(а).
- Я задал(-а) интересующие меня вопросы.

Можете обсуждать продвигающие вопросы сразу, а те, которые уводят от темы - записывать, чтобы задать в конце или на следующих встречах.

- Мы с ментором подвели итоги встречи.

Обсудите, что удалось определить сегодня, какой план намечен на дальнейшее взаимодействие, что нужно сделать/подготовить к следующей встрече.

Чек-лист первой встречи

После встречи

Я повторно проанализировал(-а), как прошла встреча.

Подумайте, что было наиболее полезно, точно ли обсуждение соответствовало вашим целям.

Я дал(-а) ментору обратную связь и запросил(-а) фидбек у него.

Я связался(-ась) с ментором, чтобы назначить вторую встречу.

Я дополнил(-а) список вопросами, возникшими во время встречи.

Это поможет понять, что вы будете обсуждать дальше.

Я выполнил(-а) все рекомендации и задачи, которые мы договорились сделать к следующей встрече.

Советы

Обязательно определите для себя цель участия в программе и ее KPI, по которым возможно отследить, была ли цель достигнута.

Будьте инициативны в организации общения и встреч, но соблюдайте договоренности о частоте и способах взаимодействия.

Будьте честны и не бойтесь выражать свое мнение, даже если оно противоположное мнению ментора.

Учитесь воспринимать обратную связь и признавать свои ошибки.

Заведите дневник менти и записывайте ценные мысли, договоренности, идеи, возникающие во время встречи.

Всегда готовьтесь к встречам заранее и выполняйте задания, данные ментором.

Выражайте своему ментору благодарность за совместную работу.

Обращайтесь за помощью к координаторам

Команда организаторов здесь для того, чтобы сделать Программу максимально комфортной для каждого её участника.

Мы готовы ответить на все ваши вопросы, помочь с коммуникацией, подсказать тему для разговора, найти Вашего ментора, если он(а) вдруг вам долго не отвечает.

Всё для вас, но только не забывайте писать нам. Мы примем ваши идеи и предложения, постараемся решить проблему и будем на связи!

Вы можете связаться с нами несколькими способами: написать на почту spb.hse.mentor@gmail.com или одному из нас в указанном мессенджере:



Элина

Найдёт Вашего ментора в любое время года

TC: @k_rmr



Саша

Поможет с коммуникацией, если возникли трудности

TC: @alediaeva



Лера

Идеи, предложения, жалобы сюда

TC: @valerie_kts



Вадим

Подкинет тему для разговора с ментором

TC: @xkennedy

