



# RÔLES ET RESPONSABILITÉS

## MENTORE

Une relation de mentorat s'établit en six étapes fondamentales qui se déroulent avant, pendant et après le programme. Révisez vos responsabilités en tant que mentore au fil des six étapes.



## STADE 1 : ÉVALUER L'ÉTAT DE PRÉPARATION

- Comprendre le processus de mentorat
- Évaluer l'aptitude au mentorat
- Déterminer les motifs de l'engagement dans le mentorat

## STADE 2 : SE PRÉPARER

- Évaluer ses compétences et ses besoins personnels et professionnels
- Participer à une formation de mentorat
- Mettre en relation les mentores et les mentorées

## STADE 3 : PRÉPARER LE TERRAIN

- Définir les objectifs et les résultats
- Clarifier le rôle de la mentore et de la mentorée
- Élaborer un plan de mentorat

## STADE 4 : TRAVAILLER ENSEMBLE

- Mettre en œuvre le plan de mentorat
- Organiser des bilans réguliers
- Réfléchir et évaluer en continu

## STADE 5 : RÉCAPITULER

- Évaluer l'atteinte des objectifs
- Communiquer les réussites aux autres
- Célébrer le succès et l'expérience du mentorat

## STADE 6 : ÉVALUER ET PLANIFIER

- Évaluer l'efficacité du mentorat
- Planifier les étapes suivantes en matière d'avancement professionnel



### AVANT LE DÉBUT DU MENTORAT...

- Explorer le programme et déterminer si le mentorat est approprié
- Réaliser des activités d'autoévaluation qui favorisent la connaissance de soi
- Prendre contact avec ses mentorées
- Apprendre des stratégies pour optimiser son temps en tant que mentore (par exemple, participer à des formations)



### PENDANT LE MENTORAT...

- Définir une vision commune et établir des objectifs en vue de sa réalisation
- Créer un plan de mentorat et clarifier les rôles
- Effectuer des bilans réguliers de la mentorée; régler les conflits ou les difficultés
- Fournir un soutien et des commentaires en continu



### APRÈS LA FIN DU MENTORAT...

- Évaluer son développement personnel et professionnel
- Faire part de son expérience à d'autres personnes
- Célébrer l'expérience du mentorat
- Évaluer le programme et la relation de mentorat
- Rechercher d'autres occasions de mentorat

Visitez [la page Web du Modèle de mentorat des entraîneuses](#) pour consulter des ressources supplémentaires!

Le Modèle de mentorat des entraîneuses a été élaboré en partenariat avec Femmes et sport au Canada.