



KVINNLIGA AKADEMIKER
GRADUATE WOMEN

akatee
miset
naiset

Mentorointipilotti 2024: Mentoreiden perehdytys

Merja Leppänen, Sari Nyberg ja
Susanna Sulkunen

15.3.2024

Tervetuloa mentoriksi



KOKEMUKSIA MENTOROINNISTA

"Riittää, että olet aidosti kiinnostunut mentoroinnissa kohtaamistasi ihmisistä ja olet valmis antamaan aikaasi sekä jakamaan ajatuksiasi ja kokemuksiasi. Se kantaa pitkälle!"

"Dialogisuus oli tärkeää. Keskustelu syvällisistä ja haastavista asioista kannusti itseäkin muistamaan että syvälinen ajattelu on tärkeää, mutta ei itsestään selvää."

"Mentorointi avaa näkökulmia myös omaan työhön ja maailmankatsomukseen."

Kokeillaan, opitaan ja kehitetään yhdessä

KONSEPTI

Tarjoamme vapaaehtoisvoimin yksilömentorointia eri elämänvaiheisiin Akateemisten Naisten jäsenille.

Aktori ja mentori voivat tavata kasvokkain tai verkossa.

Liitto ei osallistu mahdollisiin kuluihin, vaan ne jäävät osallistujille.

Pilottiin valitaan toukokuussa 2024 enintään viisi aktori-mentori -paria.

Osallistujien kokemusten ja palautteen avulla konseptia kehitetään edelleen syyskaudelle 2024.

AIKATAULU

1. - 7.4.2024 Verkkohaku

Ma 29.4. klo 17 - 19

Mentoreiden perehdytys

To 2.5.2024 klo 17 - 19

Yhteinen aloitustapaaminen Zoomissa.

Toukokuu. Aktori ja mentori tapaavat ja keskusteleват yhdessä sopimastaan teemasta.

27.5. - 2.6.2024

Verkkopalaute

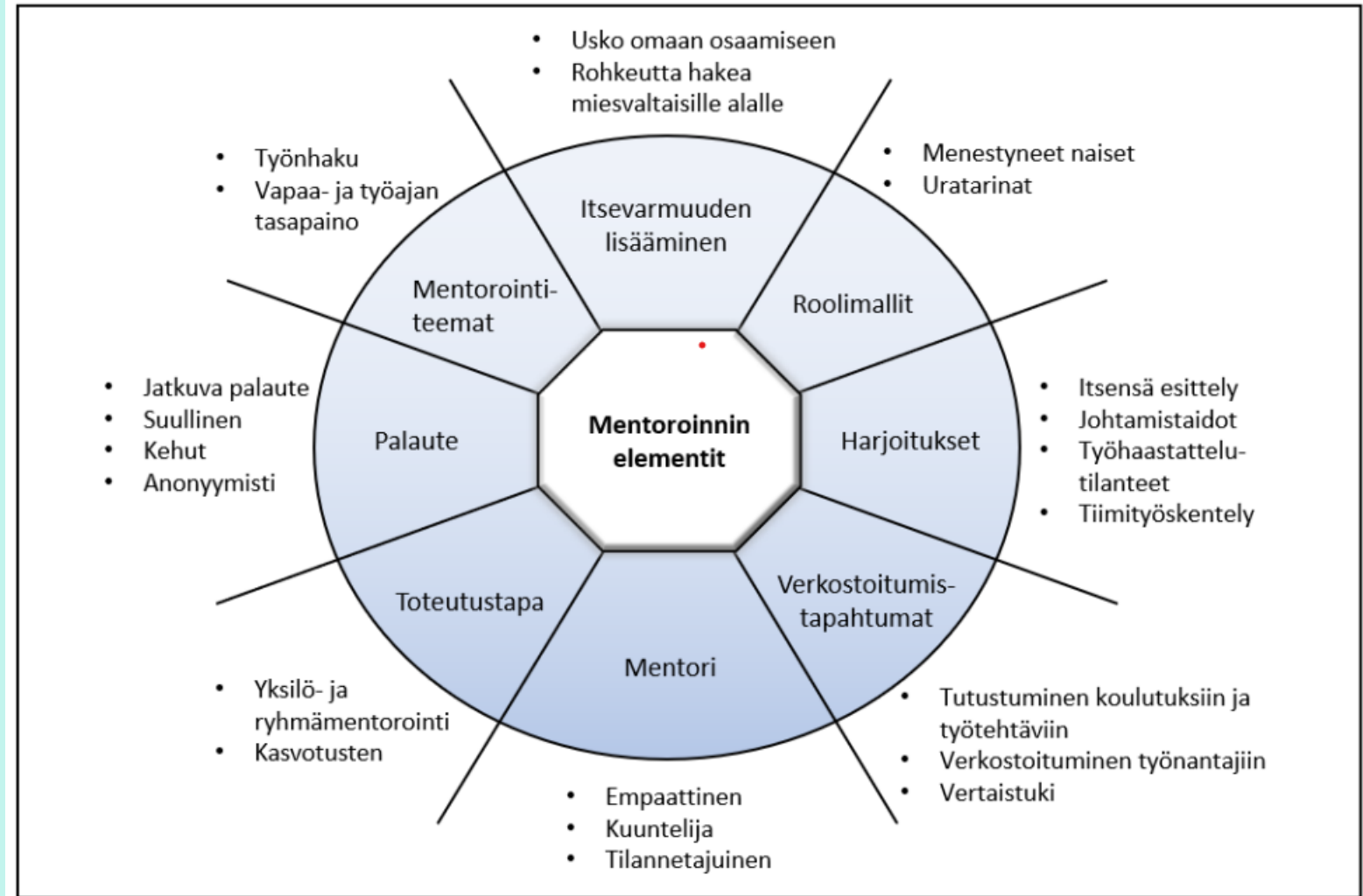
6.6.2024 klo 17 - 19.

Lopputapaaminen ja arviointikeskustelu Zoomissa.

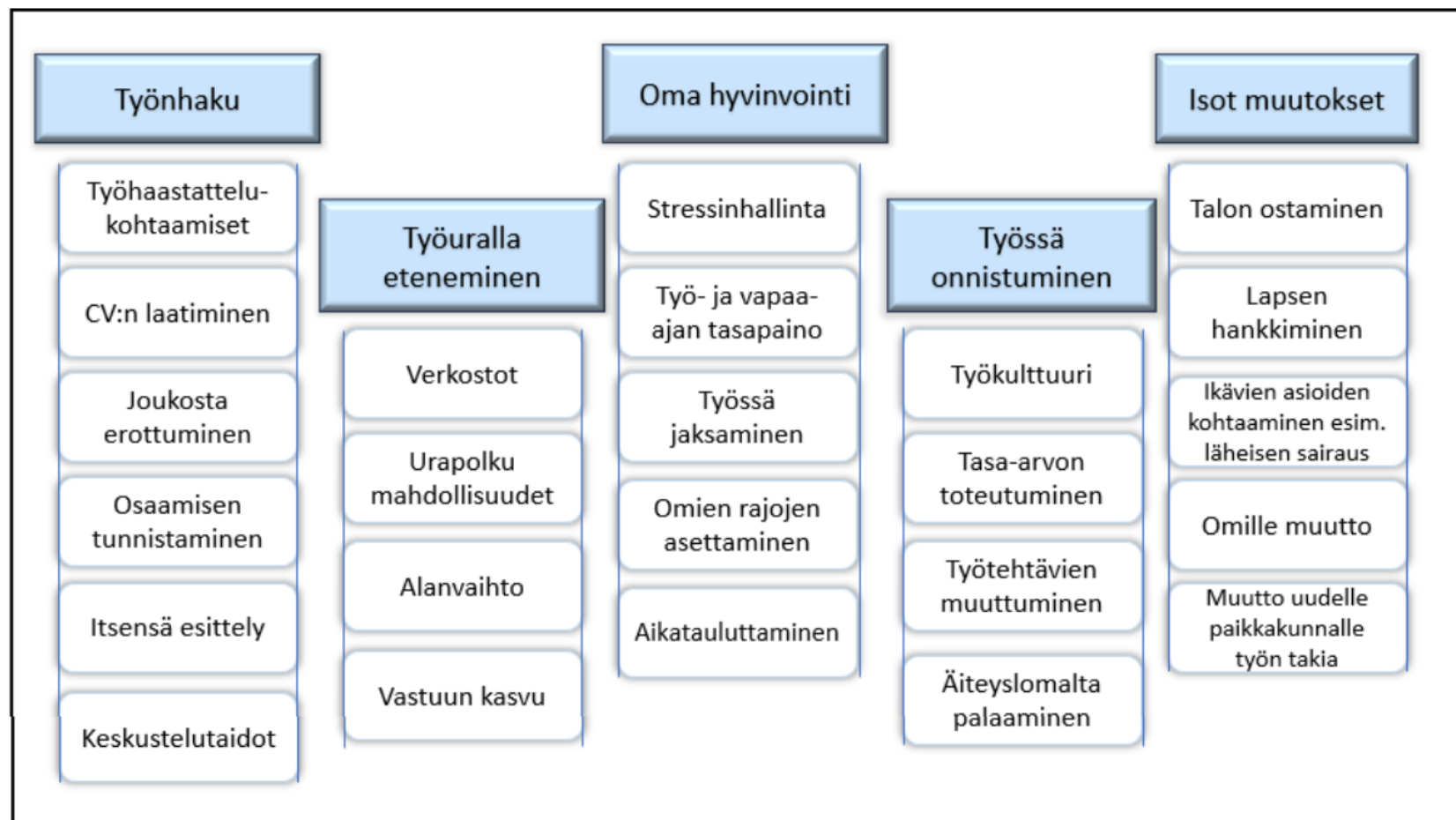
Mentoroinnin elementit



Talja, Vinera (2023): [Mentoroinnin elementit korkeakoulutettujen naisten työelämään siirtymisen tueksi ja segregaaion purkamiseksi](#)

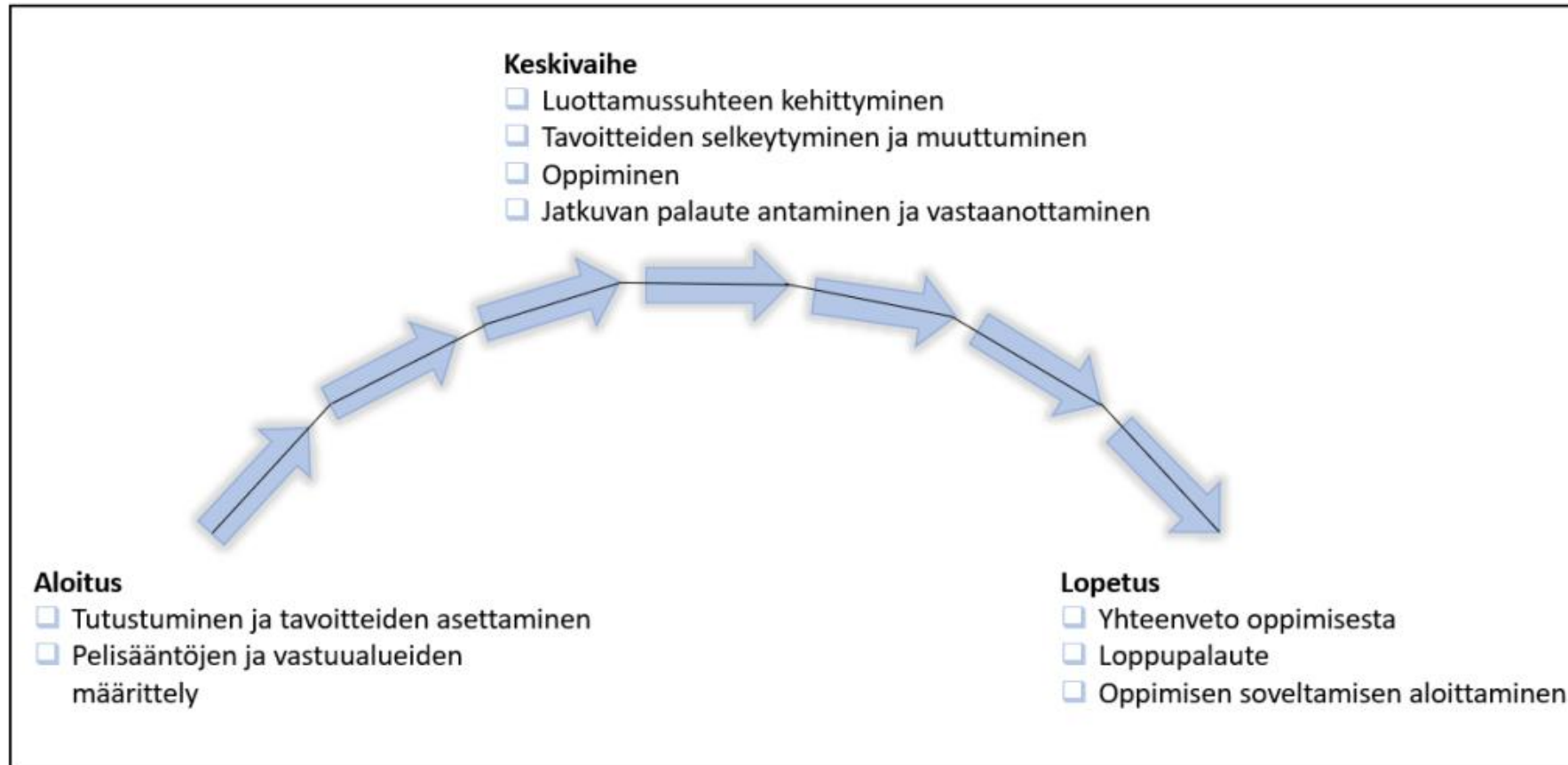


Esimerkkejä käsiteltävistä teemoista



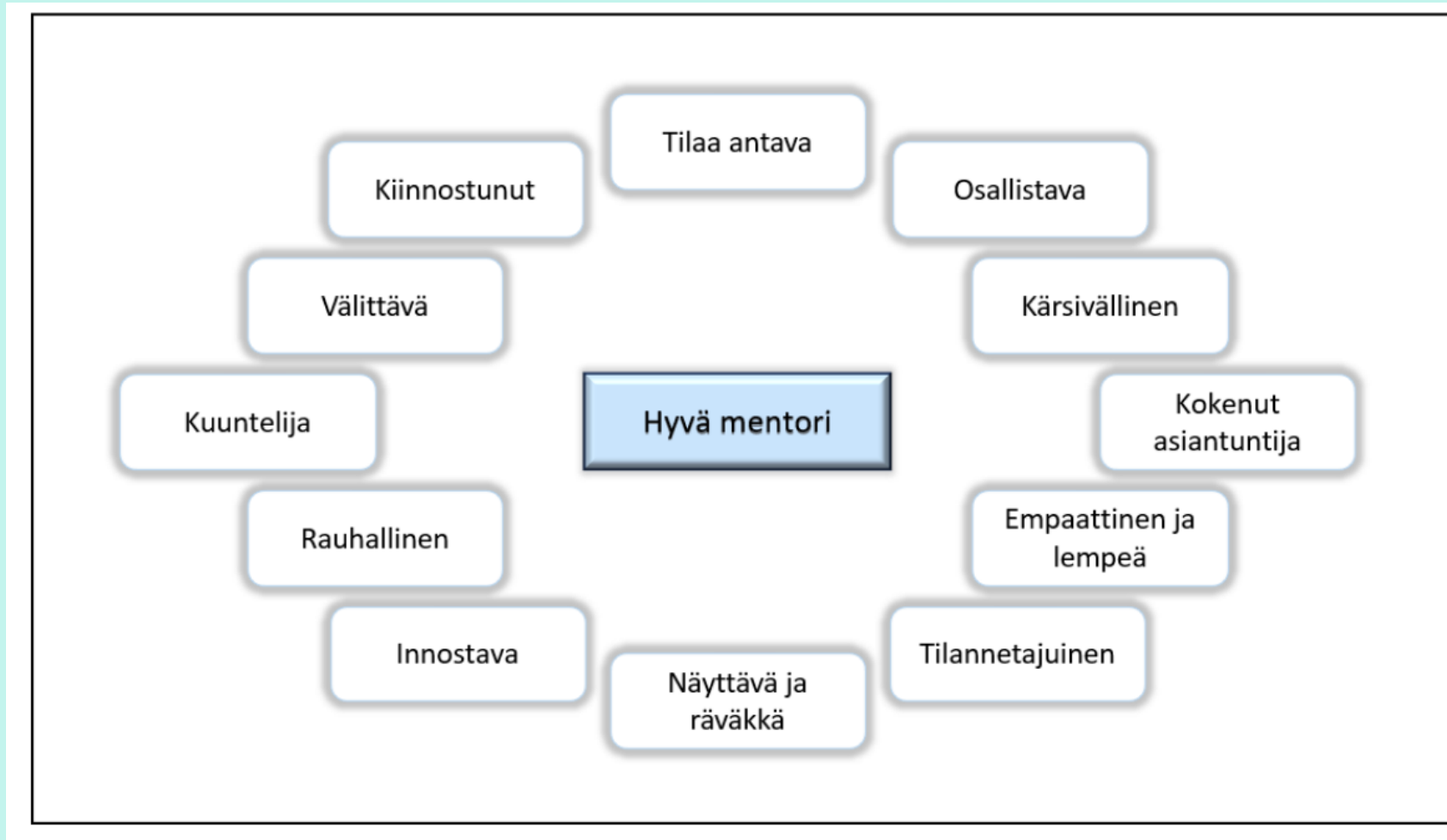
Talja, Vinera (2023): [Mentoroinnin elementit korkeakoulutettujen naisten työelämään siirtymisen tueksi ja segregaaation purkamiseksi](#)

Mentorointiprosessin vaiheet



Talja, Vinera (2023): [Mentoroinnin elementit korkeakoulutettujen naisten työelämään siirtymisen tueksi ja segregaaion purkamiseksi](#)

Hyvän mentorin ominaisuudet



Talja, Vinera (2023): [Mentoroinnin elementit korkeakoulutettujen naisten työelämään siirtymisen tueksi ja segregaaion purkamiseksi](#)

Mentorin rooli ja vastuu

- Kuuntele aktorin toiveita ja ajatuksia, ole aidosti läsnä tapaamisissa.
- Ole valmis jakamaan omia kokemuksia (mm. erilaisista urapoluista) ja osaamistasi aktorille.
- Mentorina et toimi työnvälittäjänä etkä anna valmiita vastauksia tai tee päätöksiä aktorin puolesta, mutta voit rohkaista mm. työllistymään miesvaltaisille työtehtäviin tarjoamalla tietoa ja esittelemällä roolimalleja.
- Mentorina voit toimia ajatusten ja tiedon vaihtajana, tukijana, opastajana, roolimallina ja sparraajana. Molemmat sekä aktori että mentori oppivat ja hyötyvät prosessista.
- Keskustellut asiat ovat **ehdottoman luottamuksellisia**. Ethän kerro niitä eteenpäin muille.
- Ole kiitollinen siitä, että pääset kuulemaan ja jakamaan aktorin ajatuksia yleensä elämään sekä työhön että uraan liittyen. Arvosta sitä, että sinulle kerrotaan henkilökohtaisia asioita ja ole luottamuksen arvoinen.



Aktorin rooli ja vastuu

- Anna itsellesi lupa unelmoida sekä olla rohkea (mm. työllistymään miesvaltaisiin työtehtäviin) ja asettaa pelottavaltakin tuntuvia tavoitteita.
- Ole tapaamissa aidosti läsnä ja kuuntele, mitä mentorilla on sanottavana.
- Ohjelmasta saat apua ja tukea omiin elämänvalintoihin sekä ammatilliseen kehittymiseesi. Vastuu omasta oppimisesta ja kehittämisestä on kuitenkin sinulla itselläsi.
- Mentorointi pohjautuu sinun tavoitteidesi edistämiseen, jotka voivat liittyä mihin tahansa elämänvaiheeseen: opintoihin, työelämään tai vaikkapa eläkkeelle siirtymiseen. Ota siis aktiivinen rooli mentoroinnin kehittämisessä ja ohjelmaan osallistumisessa.
- **Keskustellut asiat ovat ehdottoman luottamuksellisia.** Voit toki kertoa ystävillesi ja muille läheisillesi ohjelman aikana syntyneistä oivalluksistasi ja ajatuksistasi, mutta älä kerro mentorin asioita muille.



Mentorointi eri elämänvaiheissa

- **Tärkeitä teemoja opiskelijoille:**
Alanvalinta, itsen johtaminen ja jaksaminen, osaamisen tunnistaminen ja sanoittaminen, työnhaku.
- **Tärkeitä teemoja työntekijöille:**
Urasuunnittelu, oman osaamisen tunnistaminen, alanvaihto, työssä jaksaminen, työn ja muun elämän yhteensovittaminen.
- **Tärkeitä teemoja lähellä eläkeikää:**
Työelämässä hankitun tiedon ja osaaminen hyödyntäminen, oma hyvinvointi ja jatkuva oppiminen.

Aikaa kysymyksille ja keskustelulle