

3.1.3. Wspólne umiejętności podstawowe

Model ten określa następujące wspólne umiejętności podstawowe (Philips-Jones, 2003):

- **Aktywne słuchanie:** Aktywne słuchanie ma fundamentalne znaczenie dla mentorów i podopiecznych. Kiedy ktoś słucha, pokazuje, że obawy i zastrzeżenia drugiej osoby zostały wysłuchane i są brane pod uwagę. To pomaga w ustanowieniu i rozwoju relacji mentor – podopieczny, ponieważ sprawia, że druga osoba czuje się akceptowana i pomaga budować zaufanie. Mentorzy, muszą być szczególnie ostrożni, aby nie skierować rozmowy na swoje przeszłe doświadczenia i sposób ich rozwiązania, ani nie popaść w nastawienie na rozwiązywanie problemów. Pierwszy krok kończy się po prostu na słuchaniu i rozumieniu siebie nawzajem, a nie na próbach natychmiastowego rozwiązania czegokolwiek.
- **Budowanie zaufania:** Ta umiejętność opiera się na poprzedniej, ale wykracza poza nią. Jest ona rozwijana przez cały czas trwania relacji i im większe jest zaufanie i im bardziej zaangażowani są mentorzy i podopieczni, tym bardziej efektywne będzie to partnerstwo. W celu zbudowania zaufania, oboje powinni zachować dla siebie wszystko, co zostało im powiedziane w zaufaniu, szanować granice drugiej strony, postępować zgodnie z tym, do czego się zobowiązali, przyznawać się do błędów i być w stanie dyskutować i z szacunkiem się nie zgadzać.
- **Zachęcanie:** Pozytywna informacja zwrotna jest najważniejsza dla udanego mentoringu. Zarówno od mentora do ucznia, jak i od ucznia do mentora. Kiedy ktoś słyszy, że wykonuje wspaniałą pracę, zyskuje pewność siebie i pozostaje bardziej skupiony i zmotywowany. Ważne jest jednak, aby podkreślić, że pozytywne informacje zwrotne muszą być szczere. Ponadto, lepiej jest zaoferować "za dużo" pozytywnych informacji zwrotnych, niż "za mało".
- **Identyfikacja celów i aktualnej rzeczywistości:** Niezależnie od roli, jaką ktoś pełni, powinien mieć określone cele, osobistą wizję i być w stanie uzyskać dostęp do aktualnej rzeczywistości. Dla mentorów oznacza to bycie obiektywnym i bezpośrednim w rozmowach z podopiecznymi na temat tego, czego oczekują od przyszłości i od mentoringu, a także przejrzystość w odniesieniu do aktualnych realiów własnych cech i specyfiki mentora (np. jego umiejętności i ograniczeń). Dla podopiecznych oznacza to możliwość samodzielnego określenia, co chcą osiągnąć, jakie są ich mocne strony, jak muszą się rozwijać, a także jaki konkretny rodzaj pomocy będzie im potrzebny. Należy

to osiągnąć poprzez otwartą rozmowę pomiędzy mentorami i podopiecznymi, która powinna być prowadzona w trakcie całego procesu.