FICHE OUTIL
Mon premier réflexe mentor

Après la conférence…

Cette fiche vous aide à réfléchir à une première situation concrète où vous pourriez intégrer davantage une posture de mentor dans votre quotidien de supervision.

L'objectif n'est pas d'ajouter des rencontres ou des tâches, mais d'expérimenter de petits ajustements dans des interactions que vous avez déjà.

Une situation concrète

Avec quelle personne ou dans quelle situation aimeriez-vous essayer davantage cette posture?

Mon réflexe habituel

Dans cette situation, quel est habituellement votre premier réflexe? (ex. : donner la réponse, décider, corriger, rassurer, prendre en charge…)

Ce que je veux faire différemment

Quel petit changement voulez-vous tester ? (ex : poser une question avant de répondre, laisser un silence, faire proposer…)

Une question à poser

Quelle question pourriez-vous utiliser pour faire réfléchir davantage?

Si j’ajoute mon expérience

Comment puis-je le faire sans répondre à la place?
(ex : “Si ça peut t’aider, voici ce que j’ai déjà vu…”)

© 2026, Elo Mentorat. Tous droits réservés.
Aucune reproduction, même partielle, ne peut être faite sans l'autorisation écrite de l'auteur.