

MORE WOMEN IN RESEARCH

'Apprendre et guider ensemble'

Mentorat

***Module 3 : Entretenir des
relations de mentorat***



RÉSUMÉ DU MODULE 2

Au cours du module 2, :

1. Vous avez réfléchi à vos objectifs professionnels et à vos besoins en matière de mentorat.
2. Vous avez élaboré votre **feuille de route personnelle** en matière de mentorat de recherche.
3. Vous avez identifié des mentors et constitué un réseau de soutien plus large.
4. Vous avez exploré comment la confiance, la communication et les attentes communes renforcent les relations de mentorat.
5. Vous avez découvert des outils pratiques — notamment **l'accord de partenariat de mentorat** — pour favoriser des relations de mentorat fructueuses.

**Les relations de mentorat solides se construisent de manière intentionnelle.
Nous allons maintenant voir comment les entretenir au fil du temps.**

COMPRENDRE • CONSTRUIRE • **PERPÉTUER**

Des relations de mentorat constructives au service de
l'excellence en recherche



***Relever les
défis***



***Éthique et
limites***



***La croissance
par le
changement***



***Respect et
inclusion***



***Mentoring
pour
l'avenir***

MODULE 3 : OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À la fin de ce module, vous serez capable de :

1. Reconnaître les difficultés courantes qui peuvent survenir dans le cadre des relations de mentorat.
2. Mettre en œuvre des stratégies concrètes pour gérer les conversations délicates, les limites et les rapports de force.
3. Établir des relations de mentorat inclusives, au-delà des différences de culture, de genre et d'expérience.
4. Réagir de manière appropriée face aux dilemmes éthiques et aux situations susceptibles de nuire à la confiance ou au professionnalisme.
5. Clôturer les relations de mentorat de manière positive et mener une réflexion sur leur propre évolution continue en tant que mentors et mentorés.

PARTIE 1:

FAIRE FACE AUX DÉFIS

RÉFLEXION

Laquelle de ces situations avez-vous déjà vécue ?



Quelle conversation pourrait contribuer à faire évoluer cette relation ?

CHAQUE DÉFI COMMENCE PAR UNE CONVERSATION

Même si chaque situation est différente, elles commencent souvent par les mêmes questions :

Nos attentes ont-elles changé ?

Communiquons-nous ouvertement ?

Nos priorités ont-elles évolué ?

Cette relation de mentorat est-elle toujours la bonne ?



AIDER WANJIRU À SE RECONNECTER

Que se passe-t-il donc ?

- Priorités contradictoires ou charge de travail imprévue
- Évolution de la disponibilité ou des responsabilités
- Attentes floues concernant la fréquence des réunions
- La relation a perdu de son élan

Qu'est-ce qui pourrait aider ?

- ✓ Ne présumez pas d'un manque d'intérêt.
- ✓ Demandez si la situation a changé.
- ✓ Convenez d'un horaire de rendez-vous qui convienne aux deux parties.
- ✓ Faites le point sur vos objectifs et vos attentes.



Les bonnes relations de mentorat s'adaptent à l'évolution des circonstances.

AIDER AISHA À RECONSTRUIRE LA COMMUNICATION

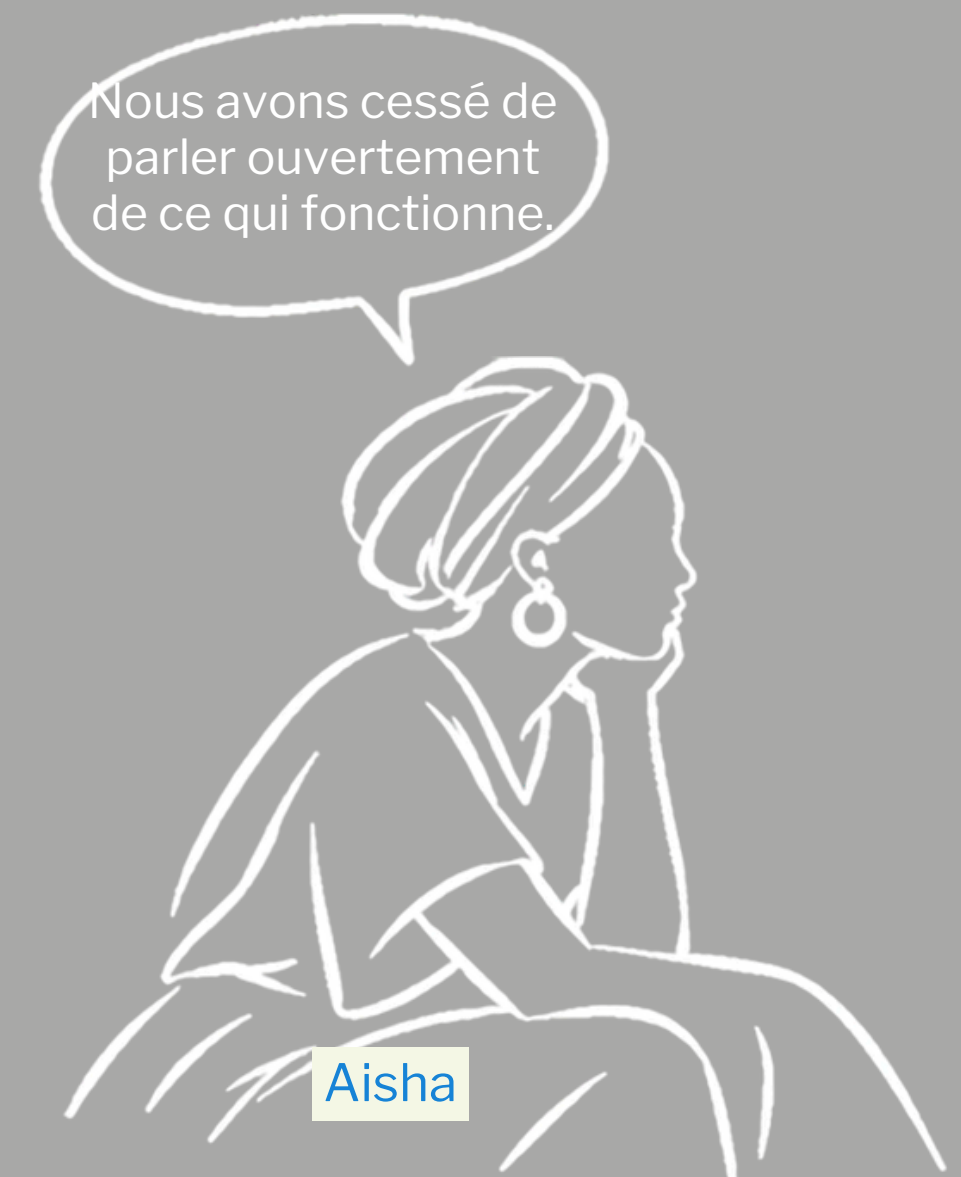
Que se passe-t-il donc ?

- Les petits soucis sont restés inexprimés.
- Les retours d'expérience se sont espacés.
- Chacun fait des suppositions.
- Il faut rétablir la confiance par le dialogue.

Qu'est-ce qui pourrait aider ?

- ✓ Exprimez vos préoccupations dès le début.
- ✓ Écoutez sans vous mettre sur la défensive.
- ✓ Concentrez-vous sur le problème, pas sur la personne.
- ✓ Mettez-vous d'accord sur les prochaines étapes concrètes.

Les échanges francs permettent de renforcer les relations de mentorat.



AIDER AKINYI À RÉÉVALUER SES ATTENTES

Que se passe-t-il donc ?

- Les objectifs ont changé.
- De nouvelles attentes sont apparues.
- La notion de réussite est désormais définie différemment.
- Cette relation a besoin d'une nouvelle orientation.

Qu'est-ce qui pourrait aider ?

- ✓ Revenez sur vos objectifs initiaux.
- ✓ Demandez à chacun ce qu'il espère accomplir à présent.
- ✓ Précisez les rôles et les responsabilités.
- ✓ Mettez-vous d'accord sur la prochaine étape de votre relation.



Un accompagnement efficace évolue au fur et à mesure que les besoins des personnes changent.

PARTIE 2:

CONSTRUIRE DES RELATIONS DURABLES

ÉTABLIR DES RELATIONS RESPECTUEUSES ET INCLUSIVES

MORE WOMEN
IN RESEARCH 

Les relations de mentorat fructueuses ne reposent pas
uniquement sur l'expertise.

Elles sont basées sur :

- Respect mutuel
- Confiance
- Inclusion
- Professionnalisme
- Ouverture à
l'apprentissage



Un mentorat efficace accorde autant d'importance à la personne qu'au
professionnel.

CONSTRUIRE LA CONFIANCE

Construire la confiance par des gestes quotidiens

La confiance se renforce lorsque les gens...	Trust weakens when people...
Respectent leurs engagements	Annulent souvent sans donner d'explication
Communiquent en toute honnêteté.	Enfreignent la confidentialité
Respectent la confidentialité	Ignorent les actions convenues
Suivent les actions convenues	Font des suppositions
Admettent leurs erreurs	Ignorent les préoccupations
Écoutent avec curiosité	Donnent des messages contradictoires

La confiance se construit grâce à la cohérence, et non à la perfection.

UTILISER SON INFLUENCE AVEC RESPONSABILITÉ

**MORE WOMEN
IN RESEARCH** 

Le mentorat implique souvent des différences en matière de :

- Expérience
- Ancienneté
- Poste universitaire
- Accès aux opportunités
- Réseaux professionnels et influence

Des mentors efficaces :

- ✓ Encourager la réflexion autonome
- ✓ Répartir équitablement les opportunités
- ✓ Favoriser le développement et la confiance en soi
- ✓ Utiliser son influence pour donner aux autres les moyens d'agir

Le mentorat doit favoriser l'autonomie, et non créer une dépendance.



APPRENDRE À PARTIR DE DIFFÉRENTES PERSPECTIVES

Les relations de mentorat peuvent réunir des personnes présentant des différences :

- Cultures et langues
- Identités et expériences de genre
- Disciplines et institutions
- Étapes de la carrière
- Styles de communication

Le mentorat inclusif est renforcé par :

- ✓ Curiosité
- ✓ Respect
- ✓ Humilité culturelle
- ✓ Volonté d'apprendre



La différence est une force, pas un obstacle

ÉTABLIR DES LIMITES SAINES

Un accompagnement de qualité allie soutien et professionnalisme.

Voici quelques exemples de limites appropriées

- Respecter la confidentialité
- Définir clairement les rôles
- Respecter les délais et les engagements
- Entretenir des relations professionnelles
- Savoir reconnaître quand un soutien supplémentaire est nécessaire



Des limites claires renforcent la confiance, et non la distance

RÉAGIR DE MANIÈRE ÉTHIQUE

Pause

Qu'est-ce qui vous met mal à l'aise ou vous inquiète ?

Réfléchir

De quel principe de mentorat s'agit-il ?

- Respect
- Équité
- Confidentialité
- Professionnalisme

Discuter

Pouvons-nous régler cela ensemble ? Avez-vous besoin de conseils ou d'un soutien supplémentaire ?

Le mentorat éthique commence par une réflexion approfondie et un dialogue sincère

RÉFLEXION

Pensez à une relation de mentorat que vous avez vécue.

Quelle base permettrait de le renforcer au mieux ?

- Confiance
- Communication
- Inclusion
- Attentes claires
- Limites saines

Quelle petite action pourriez-vous entreprendre pour renforcer cette relation ?

PARTIE 3 :

Aller de l'avant

AIDER MUMBI À ALLER DE L'AVANT

Avant de décider de mettre fin à votre relation, posez-vous les questions suivantes :

- Mes besoins en matière de mentorat ont-ils évolué ?
- Avons-nous discuté ouvertement de ces changements ?
- Pourrions-nous redéfinir notre relation ?
- Serait-il utile d'élargir mon réseau de soutien ?



Les relations de mentorat devraient évoluer au fur et à mesure que les carrières évoluent.

QUAND LES RELATIONS DE MENTORAT CHANGENT

Les relations de mentorat peuvent :

- Se poursuivre avec de nouveaux objectifs
- Devenir moins fréquentes
- Évoluer d'un mentorat vers un partenariat entre collègues
- S'élargir pour inclure d'autres mentors
- Prendre fin naturellement



Le changement est un signe de progression, et non d'échec.

COMMENT BIEN METTRE FIN À UNE RELATION DE MENTORAT

MORE WOMEN
IN RESEARCH 



Une conclusion positive comprend :

- Reconnaître ce que vous avez appris ensemble
- Célébrer les progrès et les réussites
- Exprimer sa gratitude
- Discuter des contacts futurs, le cas échéant
- Mettre fin à la relation dans le respect mutuel

Une fin en beauté rend hommage à la relation et aux personnes qui en font partie.

DEVENIR LE MENTOR DONT LES AUTRES ONT BESOIN

Chaque chercheur a quelque chose à apporter.

Vous pouvez jouer le rôle de mentor en :

- Partager son expérience
- Écouter avec bienveillance
- Renforcer la confiance en soi
- Ouvrir des perspectives
- Soutenir la prochaine génération



Il n'est pas nécessaire d'être en fin de carrière pour faire la différence.

RÉFLEXION FINALE

Repensez à vos débuts.

Complétez ces phrases...



**UNE IDÉE QUE JE RETIENDRAI,
C'EST...**

**UNE CONVERSATION QUE JE DOIS AVOIR,
C'EST...**

**UNE DES MESURES QUE JE
PRENDRAI AU COURS DU MOIS
PROCHAIN EST...**

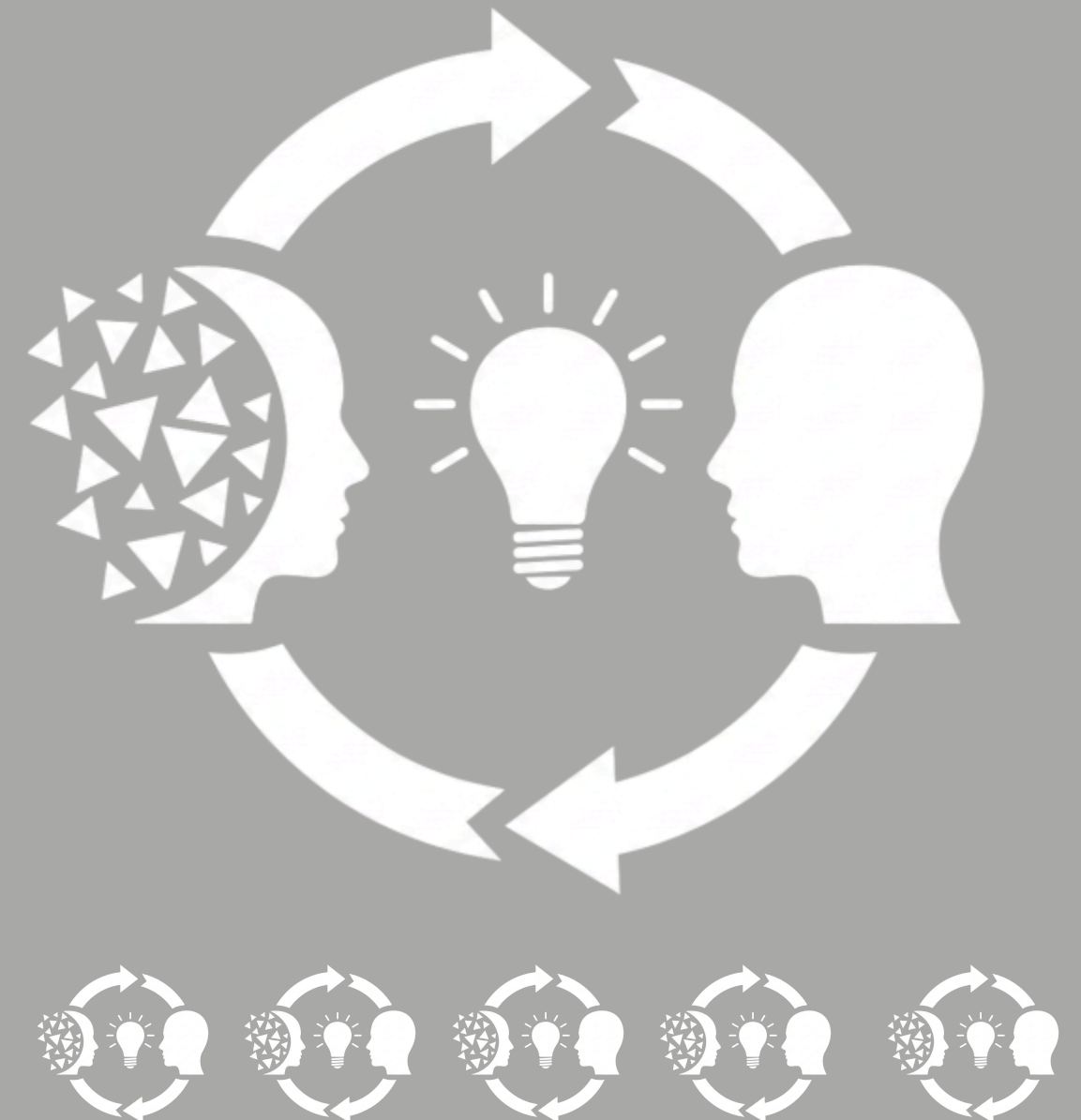
**UNE FAÇON POUR MOI D'AIDER
UN AUTRE CHERCHEUR EST...**

Quel engagement vas-tu prendre envers toi-même

RÉSUMÉ DU MODULE

Dans ce module, nous avons vu comment :

1. Surmonter les difficultés courantes liées au mentorat.
2. Construire des relations respectueuses, inclusives et éthiques.
3. Gérer les transitions et mettre fin aux relations de mentorat de manière professionnelle.
4. Continuer à évoluer, tant en tant que mentoré qu'en tant que mentor.

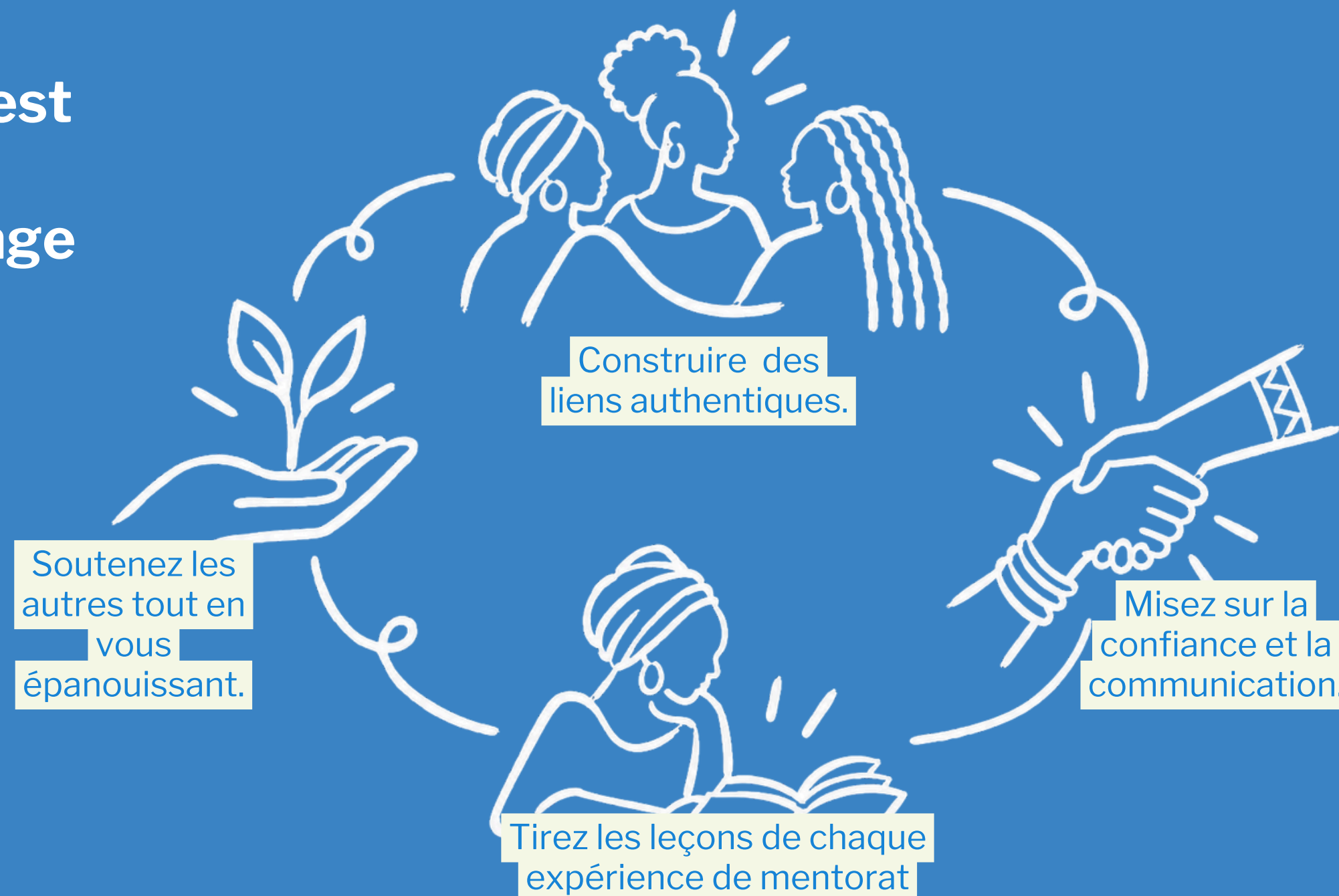


CONCLUSION DU COURS

COMPRENDRE • CONSTRUIRE • PERPÉTUER

MORE WOMEN
IN RESEARCH 

Le mentorat est
un parcours
d'apprentissage
continu.



Ensemble, nous
renforçons la
recherche
en nous soutenant
mutuellement.

YOUR MENTORING JOURNEY CONTINUES

Think about your next step.

1. Continue developing your **Mentorship Roadmap**.
2. Begin a **Mentoring Partnership Agreement**.
3. Reach out to a mentor.
4. Schedule your next mentoring conversation.
5. Support another researcher.

MORE WOMEN IN RESEARCH



©2026