



СЪВЕТ

ОТ СВЕТОВНАТА ПРАКТИКА

Нашите ментори трябва да бъдат насърчавани да се чувстват ценени и подкрепяни. Всички те се борят по същият начин, както и ние.

КАК ДА ПОКАЖЕМ УВАЖЕНИЕ, ПОДКРЕПА И БЛАГОДАРНОСТ КЪМ МЕНТОРИТЕ СИ

Мислите на един педиатър

Лидерство, състрадание, отдаденост, страст, амбиции за постигане на по-добро лечение за пациентите си, това са само част от качествата на менторите, които учат нас – младите лекари, на медицина, наука, но и много повече. Това са медиците, които ежедневно дават добрия пример – не само на пациентите и техните семейства, но и на поколения лекари, които разчитат на тях за силно наставничество и мъдри напътствия.

Дължим толкова много на специалистите, които отделят от времето и енергията си, за да са наши ментори и можем само смирено да се надяваме да предадем наученото на онези, които биха търсили от нас своя тип ефективно лидерство и насърчение.

Времето, прекарано с менторите, ни е безценно. Важно е да си поставим за цел да поддържаме връзка с тях през годините и развитието на кариерата ни. Въпреки че обикновено ни инструктират колко е важно да имаме ментори, за да подпомогнем кариерното си развитие, вярвам, че често силно подценяваме въздействието, което ние, като наставявани, можем да окажем върху нашите ментори.

Споделяме пет препоръки за това как най-ефективно да подкрепяме, почитаме и показваме благодарност към нашите ментори:

1. Никога не забравяйте предишните си ментори

Никой не е стигнал до позицията на която е, без чужда помощ и подкрепа. Всеки е имал ментор в училище, гимназията и университета, докато пише своята докторантура, специализира и дори доброволства. Никога не се забравят съветите, подкрепата и насърчението, които получаваме през многото години на обучение и работа от най-различни успешни и сърцати професионалисти. В знак на уважение е важно да поддържаме връзка, да уведомяваме наставниците си къде се намираме и да им напомняме за въздействието, което тяхното време, преподаване и цялостна инвестиция са имали върху нас, кариерата и живота ни.

2. Менторите се нуждаят от положителна обратна връзка

Не забравяйте, че менторите също са хора и че са изключително заети (много вероятно дори по-заети от вас). Споделете им колко много оценявате невероятно ценното време, което прекарват с вас. Тъй като вашият ментор най-вероятно продължава да се усъвършенства в кариерата си, отделете време да го поздравите за постиженията му и открито признайте силните му страни. Забележете също, когато се борят за дадена кауза или пациент и никога не се колебайте да подадете скромна ръка за помощ. Въпреки че симбиотичната природа на връзката вероятно ще се промени с времето, най-силните връзки наставник-наставявани винаги се изграждат върху основата на взаимно и непрекъснато учене, уважение, доверие и подкрепа.

3. Не крийте неуспехите си от своя ментор

Моите ментори постоянно ме учеха на стойността на постоянството и важността на устойчивостта. Когато се сблъскам с предизвикателства и препятствия, винаги съм честен с наставниците си, търся обратна връзка и тяхното откровено мнение. Най-добрите ментори сами си спомнят как са се сблъскали със собствените си предизвикателства и празнуват с вас, когато ги преодолеете, споделяйки вашите победи. Когато самият аз съм ментор на някого, избягвам да търся решения на казусите им от менторите си. Винаги съм се възползвал повече от тяхната конструктивна критика и откровени дискусии, които имат за цел да ми помогнат да се развивам в моя професионален път, но крайното решение винаги остава в моите ръце.

4. Вие също носите отговорност да помагате и подкрепяте своя ментор

Наставничеството не е еднопосочна улица. Като наставяван, вие също можете да дадете своя принос за израстването на своя ментор. Нещо толкова просто, като номинация за награда на вашия ментор, насърчаване за публикуване на дадена негова статия

или препоръка за ангажимент като лектор, може да помогне за популяризирането на кариерата и идеите му. Помислете за различни начини, по които можете да подкрепите своя ментор. Препоръчвайте ги и ги почитайте сред текущата си професионална партньорска мрежа, помогнете им да разработят презентация си или им помогнете да настроят или усъвършенстват техния онлайн бизнес профил.

5. Отгелете време в натоварения си график за вашите ментори

Изграждането на взаимоотношение ментор-наставяван отнема време. Планирайте редовни часове за среща с вашия ментор и направете това време приоритет за вас. Вотът на доверие на менторите ни е вдъхновение за нас, особено в моменти на предизвикателства, стрес и нови начинания. Една подкрепа, като потупване по рамото, усмивка и одобрение за пътя, по който сме поели, е толкова одухотворяващо и мотивиращо, че само за това си заслужава целия труд и безсънни нощи, които всеки лекар носи на плещите си.

Моите актуализации и искрена благодарност, дори по време на някои от „най-натоварените ми етапи от живота“, помогнаха на моя професор да осъзнае, че времето, което инвестира в своите студенти, си заслужава и че времето е най-големият подарък, който менторът може да даде на своя наставяван.

Нашите ментори трябва да бъдат насърчавани да се чувстват ценени и подкрепяни. Всички те се борят по същия начин, както и ние. Всички споделяме опита от изправянето пред предизвикателства и неизбежна промяна. Да се научим как да се справяме с изпитанията и премеждията, е част от житейският път на всеки от нас.

Наставническата връзка, изградена върху взаимно доверие, през целия живот е безценна. Не забравяйте, че рано или късно, вие ще бъдете менторът, който наистина оценява подкрепата, насърчението и благодарността на онези, в чийто живот сте вложили собствения си живот. Може да е по-добре да даваме, отколкото да получаваме, но ние наистина никога не можем да загубим, когато безкористно си помагаме и се наставяваме един друг с почтеност и споделено чувство на благодарност. ■