



FAQ - PROGRAMMA MENTORING

1. A cosa è adatto il mentoring?

Il processo di mentoring può avere obiettivi diversi, a seconda dell'esperienza della *mentor* e delle esigenze della *mentee*. Ad esempio:

- Come posso pianificare meglio la mia carriera?
- Quali sono i primi passi da compiere per lanciare la mia carriera?
- Come posso rendermi più visibile professionalmente in un network?
- Cosa devo fare quando è imminente un cambiamento di carriera o l'assunzione di nuovi compiti?
- Come posso apparire efficacemente in un consiglio di amministrazione?
- Come posso guidare un gruppo di lavoro e assumere la leadership?
- Come mi muovo in un ambiente di lavoro dominato dagli uomini?
- Come si conduce una negoziazione salariale?
- Come posso conciliare gli impegni familiari con quelli lavorativi?

I consigli forniti da una *mentor* non riguardano generalmente problemi personali o privati della *mentee*.

2. Quanto dura il programma di mentoring?

Il programma dura 6 mesi con una frequenza di 1-4 o 6 incontri, che vengono stabiliti liberamente tra la *mentor* e la *mentee*. Questo vale sia per una proroga sia per un'eventuale interruzione prematura del programma di mentoring.

Un colloquio dura solitamente 1-2 ore. I colloqui si svolgono:

- in presenza, in un incontro faccia a faccia, in un luogo a scelta della *mentor*;
- per telefono;
- tramite piattaforma online.



3. Quali sono i fondamenti del mentoring BPW?

Ogni tipo di mentoring si basa sui seguenti principi, che regolano la relazione tra la mentor e la *mentee*:

- **Fiducia:** questa è la base di ogni buona relazione tra *mentor* e *mentee*. La fiducia nasce dalla libera scelta della *mentor* da parte della *mentee* e il programma di mentoring può essere interrotto in qualsiasi momento.
- **Rispetto reciproco:** trattandosi di una relazione tra persone adulte, non ci sono gerarchie. Ognuno si assume le proprie responsabilità.
- **Obiettivi chiari e condivisi:** gli obiettivi sono definiti con precisione ed entrambi i partner si assumono la responsabilità personale di raggiungere gli obiettivi.
- **Riservatezza:** tutto ciò che viene discusso durante gli incontri è soggetto ad assoluta riservatezza e non deve essere diffuso all'esterno.
- **Limitazioni:** Il mentoring BPW ha una durata limitata e non richiede in nessun caso la risoluzione di problemi individuali e personali. Di conseguenza, non è né una consulenza o trattamento psicologico, né di coaching.
- **Gratuità:** i servizi di una *mentor* sono forniti volontariamente e gratuitamente.

4. Quanto costa il mentoring?

Il programma di mentoring richiede tempo e impegno ed è offerto in modo gratuito e a titolo volontario dalle socie del club BPW. Il club previa comunicazione si riserva il diritto di addebitare una piccola quota per coprire i costi amministrativi che potrebbero essere sostenuti. Anche in questo caso si tratta di progetti specifici per le donne.

5. Cosa serve per essere una *mentor*?

Essere *mentor* significa possedere esperienza e competenze nel campo di riferimento. L'età non è un vincolo; chiunque desideri condividere le proprie conoscenze e guidare gli altri può abbracciare il ruolo di *mentor*. La chiave è offrire



BPW SWITZERLAND
Business & Professional Women
CLUB TICINO

supporto, condividere saggezza ed essere un punto di riferimento positivo per chi cerca orientamento e crescita professionale. I prerequisiti sono:

Essere una *mentor* non significa semplicemente essere più anziana: ciò che conta è l'esperienza e la competenza. Chiunque può diventare una *mentor*, i prerequisiti sono:

- un'ampia esperienza in un'area professionale o tematica specifica;
- buone capacità di ascolto e di interazione rispettosa con gli altri;
- volontà di sviluppare ulteriormente le proprie capacità di consulenza, ad esempio attraverso lo scambio con altre *mentor*.

BPW SWITZERLAND CLUB TICINO
Casella Postale • 6906 Lugano 6 Caselle

info@bpw-ticino.ch | www.bpw-ticino.ch