Développer la posture et les habiletés de mentor

Durée: 1 jour
Public cible: Coach

À qui s'adresse cette formation ?

Cette formation s'adresse spécifiquement aux professionnels, aux gestionnaires ainsi qu'à toute personne occupant un rôle d'accompagnement et désirant renforcer ses compétences et habiletés en mentorat. Cela inclut les professionnels des ressources humaines, les coachs, les consultants, les responsables de programmes de mentorat, ainsi que toute autre personne intéressée par cette démarche et souhaitant s'investir dans le développement de cette compétence clé.

Objectifs de la formation

- Comprendre les fondements du mentorat pour en expliquer les principes et les bénéfices dans un contexte professionnel.
- Analyser les rôles et postures du mentor afin d'adopter un style d'accompagnement adapté aux besoins du mentoré.
- Utiliser les outils clés du mentorat et développer les compétences relationnelles nécessaires pour établir une relation de confiance

Description sommaire

Dans un monde en perpétuelle mutation, et dans le contexte d'évolution rapide des milieux de travail, il est essentiel plus que jamais de renforcer les connaissances et de développer les compétences. Les organisations qui se veulent apprenantes disposent de plusieurs avenues et le mentorat en fait partie à titre de moyen d'apprentissage des plus performants et des moins coûteux! Être un bon mentor, ...ça s'apprend! De nombreuses recherches démontrent que le parcours professionnel du mentor ne suffit pas à garantir un mentorat éthique et bénéfique pour la personne mentorée. La formation du mentor constitue un facteur clé de succès et de satisfaction mutuelle. Accompagner dans l'action requiert des compétences relationnelles et des habiletés spécifiques, du doigté, du tact, une capacité à créer une relation de confiance et à offrir un cadre sécuritaire où la personne peut s'épanouir et déployer ses talents. Cette formation vous permettra d'acquérir ou de consolider les connaissances

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.

et les compétences essentielles pour adopter un style d'accompagnement adapté aux besoins des personnes mentorées dans une dynamique mutuellement bénéfique.

Contenu du plan de cours

Comprendre les fondements du mentorat pour en expliquer les principes et les bénéfices dans un contexte professionnel.

- Connaître l'origine, la définition, les différents types et les avantages du mentorat.
- Situer le positionnement du mentorat dans les métiers d'accompagnement au changement.
- Saisir les 3 fonctions du mentor.

Analyser les rôles et postures du mentor afin d'adopter un style d'accompagnement adapté aux besoins du mentoré.

- Découvrir les bénéfices de la formation au mentorat et les expertises requises pour être un bon mentor.
- Discerner les différents modes d'accompagnement.
- Développer les attitudes propices à la réussite du mentorat.
- Définir son ADN de mentor pour ancrer sa confiance.

Utiliser les outils clés du mentorat et développer les compétences relationnelles nécessaires pour établir une relation de confiance.

- Accompagner sans jugement : sortir de ses biais et préjugés
- Saisir les étapes clés du mentorat pour structurer l'accompagnement.
- Savoir créer la connexion et bâtir la relation de confiance avec la personne mentorée.
- Guider un entretien de mentorat au moyen d'un cadre efficace.
- Développer une écoute empathique et générative pour favoriser la relation de confiance et le développement de la personne mentorée.
- Déployer un questionnement puissant pour conduire à un engagement plus profond et à des solutions autogénérées.
-

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.

Se servir de la rétroaction et du debriefing pour reconnaître et ancrer les apprentissages de la personne mentorée.

Approche et méthode pédagogique

Cette formation privilégie un apprentissage ancré dans la pratique et la réflexion sur soi. Elle combine apports conceptuels, mises en situation et échanges structurés entre participants pour permettre une intégration progressive des compétences du mentor.

Apports théoriques contextualisés : les fondements du mentorat sont présentés de façon concrète, en lien direct avec la réalité des participants

Exercices de mise en pratique : les participants s'exercent à guider un entretien de mentorat, à poser des questions puissantes et à offrir une rétroaction constructive

Réflexion sur son ADN de mentor : chaque participant est invité à identifier son style d'accompagnement naturel pour ancrer sa confiance et sa posture

Apprentissage entre pairs : les échanges collectifs permettent de s'enrichir de la diversité des expériences et des contextes professionnels présents dans la salle.

Recommandations

Participer activement Teser, expérimenter, accepter le feedback Rester en mode apprentissage et non performance

Accréditations

L'activité est reconnu par le **CRHA**.

Numéro de préapprobation : **6285**

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.