



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

**move** <sup>+</sup> **it forward**  
female digital starter weekend

# MIF+ PORTFELJ ZA MENTORIRANE OSOBE



**Erasmus+ Adult Education 2019-1-LU01-KA204-050116**

## Sadržaj

<b>Smjernice za MIF+ mentore</b>	<b>3</b>
Što mentorirane osobe očekuju od mentora?	4
Uloga mentora	5
Uloga mentorirane osobe	5
Sastanak s mentorom	6
Kako mentor i mentorirana osoba provode zajedničko vrijeme?	6
E-mentorstvo / video mentorstvo / kombinirano mentorstvo	6
Ciljevi Mentorskog e-portfelja	7
Obveze mentorirane osobe	8
MIF+ upitnik za samoprocjenu mentorirane osobe	9
Obavijest o zaštiti podataka prema Općoj uredbi EU o zaštiti podataka	13
<b>Kodeks ponašanja mentorirane osobe</b>	<b>14</b>
Dnevnik	16
Dnevnik metoriranja	17
Sastanak s mentorom	17
Povratne informacije nakon svake sesije	19
Zaključak i komentari:	21
Pismo zahvale mentoru/mentorici	21

## Smjernice za MIF+ mentore

Mentorski portfelj je višenamjenski, složeni koncept koji se može razumjeti samo u konkretnom profesionalnom kontekstu. Na koji način će se on koristiti, bilo da se radi o instrumentu ocjenjivanja ili poticaju za profesionalni rast ili savladavanje, ili čak o profesionalnom dnevniku/arhivi korisnih alata mentorstva i promišljanja, ovisi o prioritetima i potrebama konteksta odnos mentora i mentoriranih osoba. Poznavajući potencijal portfelja, mentori i mentorirane osobe mogu izvršavati svoje odgovornosti na produktivan i održiv način.

Jedan primjerak portfelja koristite vi, kao mentor, a drugi mentorirana osoba.

Portfelj potiče dijeljenje ideja i komunikaciju.

- Mentor i mentorirana osoba slijede unaprijed dogovorene točke
- Pišite svoja razmišljanja i zapisujte napredak svaki mjesec prije sastanka
- Koristite portfelj tijekom svakog sastanka za praćenje napretka
- Mentori, zapisujte soju satnicu za kraju ovog portfelja
- Uživajte u zajedno provedenom vremenu!

*Cilj ovog portfelja je mentorima pružiti vodič za organiziranje njihovih aktivnosti uz pomoć različitih alata. Poglavlje s dodacima proširuje raspon predložaka dostupnih za promatranje i ocjenu interesa i stava mentorirane osobe prema poduzetništvu i svijetu rada*

## Što mentorirane osobe očekuju od mentora?

- Mentora koji je pun potpore
- Mentora koji može pružiti savjete za karijeru
- Mentora koji može povezati teoriju s praksom
- Mentora koji nudi strukturirane mogućnosti za poduzetničku karijeru
- Mentora koji može pružiti korisne povratne informacije na strukturiran način.

*Većina mentora uživa u ulozi i smatra mentorstvo pozitivnim, ohrabrujućim procesom koji svima koji sudjeluju pruža brojne mogućnosti.*

Mentoriranje pruža mogućnosti:

- Vodstva kroz primjere dobre prakse
- Ohrabrivanja žena
- Kombiniranja privatnog i poslovnog života
- Diskusije o radnoj etici
- Sudjelovanja u poslovnom dijalogu
- Razvijanja poslovnih veza
- Povećanja samopouzdanja
- Prepoznavanja ostvarenja
- refleksije
- davanja savjeta
- uzimanja rizika
- savjetovanja za karijeru.

## Uloga mentora

- pružiti vodstvo i podršku
- slušati i savjetovati
- pregovarati i odrediti jasne ciljeve za karijeru mentorirane osobe
- analizirati potrebe
- odrediti prioritete
- mentorirati i pratiti napredak
- rukovoditi raspodjelom vremena
- promatrati i ocijeniti
- rješavati konflikte
- pisati izvješća

## Uloga mentorirane osobe

Ciljna skupina sudjelovat će na sastancima i/ili s virtualnim sastancima, unutar kojih će otkriti vještine, tendencije, profesionalne interese i razvijati karijeru. Naučit će prevladati barijere stvorene stereotipima i predrasudama razvijajući samopoštovanje i samopouzdanje, promičući načela rodne ravnopravnosti.

U okviru odnosa mentorskog razvoja od mentorirane osobe se očekuje:

- Kontroliranje dnevnog reda, preuzimanje odgovornosti za svoj razvoj, umjesto očekivanja 'brzih rješenja' od mentora
- Predanost, u smislu pohađanja planiranih sesija, poduzimanje planiranih radnji s mentorom
- Spremnost za izazov kad mentor osjeti da će biti od koristi,
- Profesionalnost u odnosu s mentorom, na primjer, točnost, poštivanje dogovorenih osnovnih pravila te otvorenost i iskrenost u razgovoru s mentorom. (Clare Wakeham)

## Sastanak s mentorom

- Sastanci između mentora i mentorirane osobe odvijat će se licem u lice ili putem interneta. Mentor će predstaviti svoju biografiju, razvoj svoje karijere, rodne stereotipe i predrasude s kojima se susreo u svom razvoju i savjetovanju.
- **Posjeti radnom mjestu** – Mentorirana osoba će posjetiti i otkriti profesionalne aktivnosti mentora u poslovnom okruženju.

## Kako mentor i mentorirana osoba provode zajedničko vrijeme?

Postoji velika raznolikost aktivnosti koje mentori i mentorirane osobe mogu raditi zajedno, kao što su:

- Predstavljanje trenutne radne pozicije
- Sudjelovanje na izložbama i sajmovima poslova
- Stvaranje zajedničkih projekata
- Razgovaranje o karijerama i poslovima na tržištu rada
- Razgovaranje o budućnosti
- Poslovni/studijski posjeti.

Proces osnaživanja u mentorskom odnosu zahtijeva da mentorirana osoba preuzme odgovornost za upravljanje procesom. Mentorirana osoba s visokim samopoštovanjem i jasnoćom cilja može započeti vezu postavljanjem dnevnog reda, usmjeravanjem mentora prema odgovarajućim odgovorima i aktivnim oslanjanjem na znanje i iskustvo mentora. (CLUTTERBUCK, 2005.)

## E-mentorstvo / video mentorstvo / kombinirano mentorstvo

Ako se e-mentorstvo provodi putem e-pošte ili putem internetskog foruma gubi neke prednosti susreta licem u lice, kao što je sposobnost "čitanja" govora tijela i kontrole tona glasa; glavna je prednost što se to može učiniti bilo gdje i bilo kada, tako da mentor i mentorirana osoba ne moraju biti geografski blizu ili raditi istovremeno. To može omogućiti reflektivnije odgovore. Telefonsko mentorstvo gubi prednost mentora i mentorirane osobe u mogućnosti sudjelovanja u različito vrijeme, ali zadržava ton glasa i korisne savjete u ponašanju poput razdoblja tišine ili usmenih "tikova". Kombinirano mentorstvo putem Skype/Zoom/Meet aplikacija također može



biti korisno. I e-mentorstvo i telefonsko mentorstvo mogu se koristiti umjesto ili zajedno s osobnim sastancima.

### Ciljevi Mentorskog e-portfelja

- Približavanje žena poslovima koji ih zanimaju
- Facilitiranje razvoja kvalitetnog mentorskog odnosa
- Osnaživanje žena da se osjećaju dobrodošlo u novom, poduzetničkom svijetu.



## Obveze mentorirane osobe

Potpisivanjem sljedećeg dokumenta mentorirana osoba postaje odgovorna za MIF+ mentorski program s mentorom na period od četiri mjeseca.

Ime i prezime mentorirane osobe: \_\_\_\_\_

Područje interesa: \_\_\_\_\_

Država: \_\_\_\_\_

Održati ćete mentorski sastanak jednom mjesečno

Popunjavati ćete svoj portfelj I koristiti ga u programu s mentorom

Pružiti ćete povratne informacije putem obrasca za samoprocjenu

Shvaćate da će se vaše ime možda javno koristiti prilikom komuniciranja rezultata projekta

Pratiti ćete pravila koja zadaje Erasmus plus program koji financira ovaj projekt

Sukladan/na sam sa svim izjavama i svojim potpisom pristajem na sudjelovanje u MIF+ mentorskom programu.

Mjesto i datum:

Ime i prezime mentorirane osobe:

Potpis:



## MIF+ upitnik za samoprocjenu mentorirane osobe

Molimo vas da odgovorite na sljedeća pitanja:

### Osobni podaci:

Ime I prezime: \_\_\_\_\_

Zanimanje: \_\_\_\_\_

Područje interesa: \_\_\_\_\_

Molimo vas da zaokružite odgovor koji najbolje opisuje vaše mišljenje:

Muškarci se mogu jednako dobro brinuti o djeci kao i žene.

- a. U potpunosti se ne slažem
  - b. Ne slažem se
  - c. Slažem se
  - d. U potpunosti se slažem
- Tehničke vještine pružaju i muškarcima i ženama jednake mogućnosti
    - a. U potpunosti se ne slažem
    - b. Ne slažem se
    - c. Slažem se
    - d. U potpunosti se slažem
  - Ukoliko želimo promijeniti društvo, moramo prvo promijeniti sebe.
    - a. U potpunosti se ne slažem
    - b. Ne slažem se
    - c. Slažem se
    - d. U potpunosti se slažem
  - Žene odrađuju dvije trećine posla, ali primaju samo jednu desetinu ukupnog dohotka.



- a. U potpunosti se ne slažem
  - b. Ne slažem se
  - c. Slažem se
  - d. U potpunosti se slažem
- Žene mogu raditi jednako dobro kao i muškarci.
    - a. U potpunosti se ne slažem
    - b. Ne slažem se
    - c. Slažem se
    - d. U potpunosti se slažem
  - Ako obrazujete ženu, obrazujete narod. (Afrička poslovice)
    - a. U potpunosti se ne slažem
    - b. Ne slažem se
    - c. Slažem se
    - d. U potpunosti se slažem
  - Kada razmišljamo o inženjerima, rijetko pomislimo na žensku osobu.
    - a. U potpunosti se ne slažem
    - b. Ne slažem se
    - c. Slažem se
    - d. U potpunosti se slažem
  - Žene trebaju vještine koje će im omogućiti da zarade više novca, da bolje odgovore na potrebe preživljavanja i postanu samostalne.
    - a. U potpunosti se ne slažem
    - b. Ne slažem se
    - c. Slažem se



- d. U potpunosti se slažem
- Na ulogu žene u društvu gleda se kao kućanica, mama ili ne plaćena radna snaga u domu.
  - a. U potpunosti se ne slažem
  - b. Ne slažem se
  - c. Slažem se
  - d. U potpunosti se slažem

- Koje izazove i mogućnosti pred vas stavlja MIF+ projekt?

---

---

---

- Po vašem mišljenju, koje aktivnosti treba provesti kako biste mentorirane osobe približili tržištu rada?

---

---

---

- Kao mentoru MIF+ projekta, koji bi vam različiti resursi i edukacije pomogle?

---

---

---



- Znamo da je vaše vrijeme dragocjeno. Uzevši to u obzir, po vašem mišljenju, koliko žena možete mentorirati u naredna četiri mjeseca?
  - 1-2
  - 3-4
  - 5-6
  - Više od 6 \_\_\_\_\_ (upiшите broj)
  
- Kako ćete održavati vezu s mentoriranim osobama?

---

---

---

## Obavijest o zaštiti podataka prema Općoj uredbi EU o zaštiti podataka

Program Erasmus+: MOVE IT FORWARD+

Projekt: Erasmus+ Adult Education No: 2019-1-LU01-KA204-050116

**Erasmus+ Program: MIF+**

### Međunarodni projekt

#### *Odgovornost za zaštitu podataka*

Organizacija \_\_\_\_\_ (naziv organizacije, dalje u tekstu „organizacija“) je odgovorna za zaštitu podataka prema odredbama zaštite podataka.

Niste zakonski niti ugovorno dužni davati svoje podatke.

#### 2. *Fotografiranje i snimanje video zapisa*

Ukoliko tokom provedbe aktivnosti organizacija fotografira ili snimi video sadržaj polaznika taj sadržaj može se iskoristiti u sljedeće svrhe:

- Objave na web sjedištu organizacije i/ili projekta
- Objave na društvenim mrežama (Facebook, Instagram i slično)
- Objave u godišnjim izvještajima, e-biltenima i slično.

#### 3. *Prijenos podataka*

Budući da je MIF+ europski projekt, vaše osobne podatke dijelimo sa sljedećim organizacijama ili ugovornim projektnim partnerima organizacije:

- Women in Digital Initiatives Asbl (Luksemburg) – koordinatorska organizacija
- Centar Tehničke Kulture Rijeka (Hrvatska)
- Digital Leadership Institute (Belgija)
- Fundatia Professional (Rumunjska)
- Led By Her (Francuska)

➤ Northtown Vilnius (Litva)

#### 4. *Vrijeme čuvanja podataka*

Vaši će se podaci izbrisati nakon isteka zakonskog razdoblja čuvanja.

Vaši će podaci biti blokirani za bilo koju drugu upotrebu.

Podaci koje ste unijeli u upotrebu naših podataka za kontakt izbrisat će se čim se komunikacija zaustavi ili kad se vaš zahtjev u potpunosti razjasni, a istodobno vaši podaci nisu prikupljeni u ugovorne svrhe. Komunikacija za zaštitu prava u pravnom zahtjevu čuvat će se tijekom odgovarajućeg roka zastare.

#### 5. *Vaša prava*

Imate pravo dobiti informacije o svojim podacima pohranjenim u organizaciji, možete prilagoditi netočne podatke ili zaključati ili izbrisati svoje podatke u bilo kojem trenutku.

Štoviše, možete proturječiti obradi podataka i ugovoriti prijenos vaših podataka nekome drugome. Također imate pravo podnijeti žalbu regulatornom tijelu za zaštitu podataka.

---

Vrijeme i datum

---

Ime i prezime

---

Potpis

## Kodeks ponašanja mentorirane osobe

Ovaj dokument ima za cilj uspostaviti norme i društvene odgovornosti između mentora i mentorirane osobe u programu mentorstva. Ovo je važan korak u uspostavljanju inkluzivne vizije, u kojoj su svi sudionici svjesni stavova i ponašanja koji se od njih očekuju.

### Odgovornosti mentorirane osobe:

- Pokazati interes za sudjelovanjem u programu



- poštivati mentora kao potporu njihovom razvoju, uzimajući u obzir osobno iskustvo mentora, znanje vezano uz rad i činjenicu da je mentor volonter u programu.
- biti odgovorna za upravljanje vlastitim učenjem, prepoznavanje i postavljanje ciljeva, koristeći mentora kao potporu ovoj aktivnosti.
- Biti svjesna da je ovaj odnos povjerljiv
- biti uključena u razmjenu znanja, vještina, stava, stručnosti i naučenih lekcija
- održavati visoku razinu povjerljivosti koja je primjerena i dogovorena na početku veze
- održavati kontakt s mentorom radi procjene napretka u skladu s ciljevima programa
- biti usredotočena i iskoristiti svaku priliku da naučim više stvari o svijetu rada (poduzetništvo / digitalna tehnologija / marketing itd.)
- poštivati osobna ograničenja kako bi osigurali privatnost i promicali zdravu ravnotežu u odnosu.

## Dnevnik

### Što je dnevnik?

Dnevnik može imati različite oblike. Ako se koristi kao oblik kvantitativne procjene, može se razviti kao strukturirani zapis opažanja, poredan kronološki. Ako se dnevnik želi koristiti u kvalitativnom pristupu, ne bi trebao biti kronološki strukturiran i trebao bi se sastojati uglavnom od tekstova, bilješki o iskustvima ili osjećajima osobe koja ga piše. Dnevnik (koji se redovito popunjava) izvrstan je način za prikupljanje materijala koji će se integrirati u izvješće o mentorskoj aktivnosti. Evidencije su ključni elementi za strukturiranje organiziranja dokumentacije mentorskih aktivnosti. Mogu se dodati slike, dijagrami, videozapisi i tako dalje.

### Zašto se dnevnik koristi?

- Prikupljanje podataka o ponašanju koje nije lako uočiti ili razumijevanje i razvijanje znanja o interpretacijama sudionika do kojih se ne može doći interakcijom s njima.
- Prikupljanje podataka o mislima, interpretacijama i aktivnostima sudionika kako bi se otkrili potencijalni odnosi (između različitih elemenata) i njihov razvoj tijekom vremena

### Kako se dnevnik koristi?

Da biste primijenili ovu metodu procjene, možete koristiti različite pristupe, ovisno o vrsti podataka koje želite prikupiti. Može se papiru na papiru ili u digitalnom obliku (ponekad čak i snimku glasa ili video dnevnik) koji se popunjava svakodnevno/tjedno/mjesečno i koristi za prikupljanje specifičnih promatranja sudionika, povratnih informacija o određenim zadacima i određenim događajima.

Dizajn dnevnika može se prepustiti izboru sudionika (osiguravajući da prikupljeni podaci budu relevantni za ocjenu i značajni za sudionike). Međutim, predlažemo vrlo jednostavan predložak poput ovog u nastavku:



## Dnevnik mentoriranja

Ovdje možete zapisivati svoje mentorske aktivnosti. Možete iskoristiti i fotografiju kao sredstvo dokumentacije.

Datum	Aktivnosti – očekivanja, osjećaji, doprinosi

## Sastanak s mentorom

### I. Sesija

Ovaj sastanak pomaže vam da se upoznate i pronađete načine za dobru suradnju. Pitanja predložena za mentorirane žene:

- Pitajte jedni druge sljedeća pitanja i bilo što drugo što vam padne na pamet
- Koja vam je omiljena knjiga ili film
- Ispričajte mi o nečemu na što ste jako ponosni
- Ispričajte mi o važnom trenutku u svom životu ili o izazovu kojeg ste morali prebroditi
- Što želite postati u profesionalnom svijetu
- Napravite popis znanja i vještina u kojima ste dobri (vodstvo, organizacija, poštivanje rokova i slično)

- Napravite popis znanja i vještina u kojima se želite dodatno razvijati i napredovati (ovo postaju ciljevi mentoriranja).

**Aktivnost:** Dogovorite sljedeća tri sastanka. Razjasnite očekivanja od mentorstva i dogovorite najbolje načine komunikacije s mentoriranom osobom. Mentor bi trebao govoriti o znanjima i vještinama povezanim s njegovim/njezinim poslom.

## II. Sesija

Ciljevi / snovi / sklonosti / primjeri iz obitelji / preference / potrebe.

Mentorirana osoba dolazi na drugi sastanak s popunjenim popisom. Mentor to bilježi u portfelj.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

Mentorirana osoba: Kako mogu mjeriti uspješnost svojih ciljeva / snova / preferenci?

Mentor predlaže da svaki mjesec napiše mail koji odgovara na dva pitanja:

- Koje su moje potrebe?
- Izazovi i barijere koje mi stoje na putu?

Odaberite dva do pet ciljeva za mentoriranu osobu koji uključuju učenje i dovode do definiranih rezultata.

Primjeri:

- Da biste bolje prepoznali koji su poslovi u vašoj zajednici dostupni, morat ćete istražiti kakva su poduzeća u vašem gradu i razmišljati o budućnosti. Morate biti svjesni svog znanja, ali i onoga što je takozvani "jaz u plaćama" između žena i muškaraca.

### III. Sesija

Mentor bi trebao dati mentoriranim osobama uvid u njegove poslovne aktivnosti.

Točnije:

- Kako je radno mjesto organizirano i strukturirano
- Bonton i pravila ponašanja na radnom mjestu.

Mentorirane osobe će naučiti:

Kako koristiti specifične oblike tehnologije  
Kako se educirati unutar poduzeća.

Mentorirane osobe će dobiti uvid u:

Što znači biti dijelom tima u poduzeću/kompaniji/instituciji  
Što to znači biti aktivan na lokalnoj, regionalnoj, nacionalnoj ili međunarodnoj razini  
Važnost savladavanja različitih znanja i vještina u različitim kontekstima.

### IV. Sesija

Ovisi o dogovoru mentora i mentorirane osobe.

## Povratne informacije nakon svake sesije

### I. Sesija



II. **Sesija**

III. **Sesija**

IV. **Sesija**



### Zaključak i komentari:

### Pismo zahvale mentoru/mentorici