

Een netwerk opbouwen kan best lastig zijn, zeker als je aan het begin van je carrière staat. En hoe zet je die volgende stap in je loopbaan of laat je je onderneming groeien? Van alle vormen van begeleiding en advies is die van het mentoraat misschien wel de meest laagdrempelige. Een mentor kan je helpen moeilijke beslissingen in je loopbaan te nemen, bij dilemma's op de werkvloer of bij versterking van je competenties.

Yvonne Burger, hoogleraar organisatiecultuur, communicatie en leiderschap aan de Vrije Universiteit in Amsterdam, ziet een duidelijke opmars van deze een-op-eenbegeleiding. Sinds begin deze eeuw neemt dit binnen organisaties vaker de plaats in van trainingen en opleidingen in groepsvorm, ziet ze.

Burger, tevens oprichter van het Center for Executive Coaching, maakt duidelijk onderscheid tussen een mentor en een coach. Ze verwijst naar de herkomst van de woorden. In de Griekse mythologie is de oude Mentor raadgever en huisvriend van Odysseus' zoon Telemachos. Een mentor is een vertrouweling en geeft advies vanuit eigen ervaring. Daaruit kan een vriendschappelijke band ontstaan.

Het woord coach komt van het Engelse woord voor koets. Een coach brengt je van A naar B. Iemand helpt je nieuwe inzichten te krijgen en ondersteunt, maar geeft niet zozeer advies. Bovendien wordt een coach betaald voor zijn of haar diensten. Een coach wordt nooit een vriend.

Afspraken

Het belangrijkste voor de relatie tussen mentor en mentee zijn goede afspraken, of 'contractering', zoals Burger het

MENTORSCHAP

Een oudere 'vriend' als loopbaanhulp

Loopbaankeuze? Ondernemersprobleem? Een oudere, ervaren collega kan uitkomst bieden. Mentoren en mentees vertellen over hun ervaringen.

Tekst **Esther Elligens** en **Annelies Bontjes**
Illustratie **Rik van Schagen**

noemt. Stem af wanneer er contact is, in welke vorm - fysiek of per mail - en hoe vaak je een beroep op iemand mag doen - mag je altijd bellen of moet je doseren? Duidelijke afspraken kunnen teleurstelling voorkomen. Bovendien, zegt Burger: „Als je verwachtingen expliciet maakt, wordt de relatie minder vrijblijvend.”

Hoe kom je aan een mentor? Soms vind je die binnen je eigen organisatie, al dan

niet met behulp van een chef of afdeling personeelszaken. Is die mogelijkheid er niet, dan kan je op zoek gaan in je eigen netwerk of aansluiting zoeken bij een extern mentortraject. Veel van dit soort initiatieven richten zich op specifieke groepen, zoals vrouwen, nieuwkomers of mensen met een bepaalde geloofsovertuiging. Ook is er NLGroeit, een online adviesplatform voor ondernemers. Daar-

bij zijn ruim vierhonderd mentoren aangesloten, van wie zo'n negenhonderd ondernemers gebruikmaken. Zoals bij veel mentortrajecten is deelname gratis, wel worden mentees na een succesvol mentortraject bij NLGroeit aangemoedigd om zelf mentor te worden en hun wijsheid door te geven.

Sommige organisaties vragen wel een bijdrage van de mentee. Zo moet een mentee bij de Nederlandse Vereniging van Journalisten (NVJ) 150 euro betalen voor twaalf uur mentorondersteuning, en bij Creative Talks, een mentorinitiatief voor fotografen, betaal je 1.650 euro voor een mentortraject van in totaal tien uur.

Chemie

In alle gevallen geldt: de klik is heel belangrijk. Burger: „Er moet chemie zijn tussen mentor en mentee. Zonder klik wordt de relatie geen succes.”

Verder moet een mentor een gesprekstijl hebben die bij je past. „Kies bijvoorbeeld niet voor een confronterend iemand als je daar zenuwachtig van wordt.”

Heeft iedereen baat bij een mentor? Volgens Burger blijkt uit diverse onderzoeken dat een mentor een positief effect kan hebben op je loopbaan. Wel waarschuwt ze kritisch te zijn bij de keuze. „Bedenk goed met wie je in zee gaat. Je kunt ook iemand treffen die zijn eigen problemen op jou projecteert. Dat kan zelfs schadelijk zijn.”

De relatie moet professioneel blijven. Zo kent Burger iemand die door haar coach mee op vakantie werd gevraagd. „En dat liep niet goed af.” Een vriendschappelijke band moet kunnen, een vakantie samen is een stap te ver.



Nike Ayinla (26)
uit Den Haag

Oprichter van Orisun Studio, vertegenwoordigt makers in de creatieve sector. Was mentee via Fempreneurhulp, een gratis mentortraject voor vrouwelijke ondernemers.

„Ik vertegenwoordig mensen in de creatieve sector, zoals meubelontwerpers en kledingmakers. Ik kon wel wat hulp gebruiken bij crowdfunding en uitbreiding van mijn netwerk. Ook wilde ik mijn bedrijf winstgevend maken, maar had geen idee hoe.

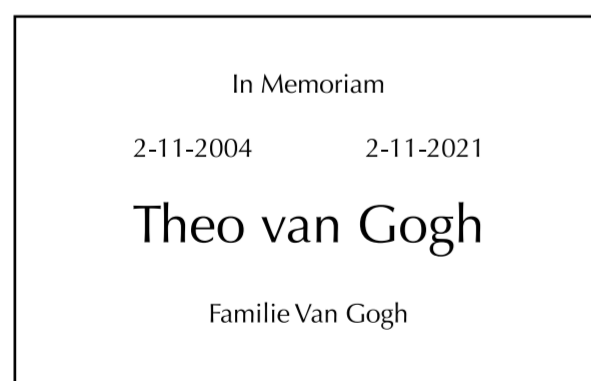
„Ik werd gelinkt aan een Amerikaanse ondernemer, zonder ervaring in de creatieve sector. Toch bleek hij me goed te kunnen helpen, wat me aangenaam verraste. We hebben drie keer een uurtje afgesproken in een café. Hij kwam met ideeën zoals een webshop waarin ik kleding en ontwerpen van de makers die ik vertegenwoordig te koop kan aanbieden.

„Ik was altijd bang dat winst maken ten koste zou gaan van mijn passie. Van mijn mentor leerde ik dat dit niet zo hoeft te zijn, zolang je maar goede afspraken maakt over de winstverdeling met de mensen met wie je werkt. Nu weet ik: zonder winst blijft mijn bedrijf slechts een hobby.

„Hulp vragen van een mentor raad ik iedereen aan. Kies iemand die bij jouw specifieke vraag past. Of benader meer mensen. Ik heb mentoren gehad op het gebied van spiritualiteit, sport én carrière.”

Familieberichten

In memoriam



Overleden

Met ontsteltenis en verdriet ontvingen wij het bericht van het overlijden van

Susan de Sola Rodstein-Derks

Echtgenote van onze Jaarclubgenoot Maarten Derks

We wensen Maarten kracht om met het heengaan van zijn grote liefde om te gaan en de kinderen sterkte met het verlies van hun moeder.

Jaarclub Comedy Capers RSC 1980

“Het nu -denk ik- is een klein momentje van de eeuwigheid. Het gisteren en morgen bestaan alleen in onze gedachten.”

-Marijcke-

Samen hebben we in alle rust afscheid kunnen nemen van onze warme, liefdevolle, ruimdenkende, maar ook ondeugende en eigenzinnige moeder en oma. Wat hebben we veel gelachen. Wij zijn dankbaar voor de vrijheid die ze ons gegeven heeft om ons eigen leven vorm te geven.

Marijcke Annette van Delden-Vreede

weduwe van Ir. Jan van Delden

30 november 1931 - 29 oktober 2021

Pieter van Delden †
Francien van Delden
Martha van Delden en Martin de Niet
Ella en Matthijs de Zoeten-van Delden
Nelleke van Delden en Gerco van Eck
en kleinkinderen

De crematieplechtigheid vindt in kleine kring plaats.

Correspondentieadres:
Sweelincklaan 64, 3723 JG Bilthoven

Patrick Mandemaker (42)
uit Apeldoorn

Principal customer engineer bij Microsoft, mentor via deRefugee Talent Hub

„In mijn sector zijn veel personeels-tekorten. Het 'buddyprogramma' bij de Refugee Talent Hub leek me een mooie manier om daar iets aan te doen, door iemand te begeleiden die nieuw is in de IT. Ik vind het leuk om mensen te helpen.

„Adem was zo gemotiveerd dat hij al op eigen initiatief een online IT-examen had gehaald, nog voor onze eerste online ontmoeting. Ik had meteen een goede indruk van hem.

„Sinds juni 2021 hadden we twee keer per maand een gesprek, maar Adem mocht altijd bellen of appen. We praat-ten ook over persoonlijke dingen, over hoe zijn leven was in Turkije.

„Adem heeft me laten inzien dat de kansen die we in Nederland hebben niet vanzelfsprekend zijn. Hij pakt snel dingen op en wil graag leren, ook al is hij in een land waar hij niet vrijwillig naar toe is gegaan.

„Officieel is het buddyprogramma nu afgelopen, maar ik wil wel contact houden. Vanwege de lockdown voerden we al onze gesprekken via Teams. Ik weet zeker dat we elkaar binnenkort in het echt gaan ontmoeten.”

Adem Gökalp (28)
uit Groningen

Volgt een traineeship bij belasting- en advieskantoor EY, mentee via de Refugee Talent Hub

„In december 2018 kwam ik naar Nederland vanwege de politieke situatie in Turkije. In het azc heb ik in twee jaar Nederlands en Engels geleerd.

„Toen ik begon met solliciteren, verliep dat moeizaam. Ik werd nooit uitgenodigd voor een sollicitatiegesprek. Ik dacht: ik heb hulp nodig van iemand met ervaring.

„Ik werd gematcht met Patrick. Dat vond ik heel bijzonder, in Turkije zou ik nooit zomaar met iemand van een groot bedrijf kunnen praten.

„Patrick hielp me met het maken van een cv, verbeteren van mijn LinkedIn-profiel, schrijven van een motivatiebrief en voorbereiden op sollicitatiegesprekken. Ook heb ik diploma's gehaald voor technische skills, zoals voor het werken met programma's van Microsoft.

„Om nog meer van mezelf te laten zien, heb ik een vlog gemaakt voor LinkedIn, een *elevator pitch*. Ook Patrick heeft die *post* gedeeld. EY [belasting- en advieskantoor] zag mijn video en benaderde me. Nu zit ik in de eerste maand van mijn traineeship bij EY. Ik heb het erg naar mijn zin omdat ik veel leer hier, dat is het allerbelangrijkste voor mij.”

Joost van Heusden (44)
uit Utrecht

Mentor (vrijwillig) bij Impact Navigators, netwerk voor christelijke young professionals.

„Al drie jaar kom ik om de drie weken samen met mijn mentorgroep, zes mannen van rond de dertig jaar. We eten, praten en bidden, zijn bij elkaars leven betrokken en hebben het over hoe je geloof en werk kan combineren.

„Wat als je de enige christen bent op kantoor? Hoe heeft God werk bedoeld? Of: hoe ga je om met christelijke waarden als rechtvaardigheid, gelijkheid en eerlijkheid als je zelf hoogopgeleid bent en een 'betere' baan hebt dan anderen? Dat zijn vragen die we behandelen.

„Onze avonden zijn voor mij net zo waardevol als voor de mentees. Ik ben meer dan tien jaar ouder dan zij, maar vind het verfrissend om met jongere mensen van gedachten te wisselen. Ik noem mezelf dan ook geen mentor, maar ben meer een *facilitator*. Het gaat in onze groep niet om intellectuele discussies of carrièretips, maar om het luisteren naar elkaar en God.

„Voor mensen die een mentor zoeken: kies iemand van wie je de levenshouding bewondert, dan heb je al snel een klik met elkaar. Iemand moet je begeleiden naar wie je kan worden, niet naar wat je kan bereiken.”

Jochanan Leenman (32)
uit Ede

Accountmanager bij adviesbureau Quoratio Groep, mentee via Impact Navigators

„Toen ik Joost acht jaar geleden zag spreken op een bijeenkomst, wist ik meteen: hij moet mijn mentor worden. Hij straalde leiderschap uit en ik wilde net zo goed voor een groep kunnen staan als hij.

„Mijn gesprekken met Joost gingen vooral over hoe ik als voorzitter van een Navigator-studentenvereniging studenten zo goed mogelijk kon begeleiden. Als christelijke student kun je erg zoekende zijn naar hoe je met drank en feesten toch trouw kunt blijven aan je geloofsovertuigingen.

„Nu ik ouder ben en we in een groepje samenkomen, hebben we het vooral over wat het betekent om christen te zijn in werk en privé. Zoals: hoe ga je om met verantwoordelijkheid, welke plek heeft integriteit en hoe geef je terug aan de maatschappij?

„Vroeger gaf Joost me huiswerk mee. Dan moest ik een tekst lezen, of uitwerken wat we besproken hadden. Nu praten we vooral veel en hebben we steun aan elkaar. Niet dat we met z'n allen de psycholoog lopen uit te hangen. Ik zou ons eerder omschrijven als een vriendengroep met duidelijke kaders.”