**MENTOR-ordning for Arbejds- og Miljømedicin**

**Har du brug for sparring fra en erfaren kollega uden for din afdeling på udfordringer i arbejdslivet som:**

* **Karriereveje**
* **Arbejdslivs-balance**
* **Samarbejdsrelationer**
* **Den kliniske hverdag**
* **Undervisning og formidling**
* **Forskning**
* **Lederrollen**
* **så kan du bede om en mentor**

En mentor er en erfaren arbejds- og miljømediciner eller arbejdspsykolog udenfor ens arbejdsplads, som indgår en relation med en kollega og stiller sig frivilligt til rådighed med sparring og samtaler om faglig og personlig udvikling indenfor vores fag. Der er tale om et forløb af samtaler mellem mentor og mentee – typisk 4 til 10 samtaler - måske over et år. Der er fuld tavshedspligt.

Meld dig som **Mentor** til DASAMs mentorordning, hvis du har lyst og mulighed for at give fortrolig sparring til en kollega på udfordringer i arbejdslivet – specielt indenfor Arbejds- og Miljømedicin. Det kræver, at du kan lytte, stille spørgsmål, bidrage til refleksion, strukturere en samtale, er nysgerrig og har empati for andre.

Meld dig som **Mentee** til DASAMs mentorordning, hvis du har brug for sparring og samtale med en kollega udenfor din arbejdsplads om din arbejdssituation, karriere, samarbejdsrelationer, forskning, lederrolle m.m. Overvej hvilke behov du har for sparring, vær åben om udfordringerne og reflekter sammen med mentor. Du har selv ansvar for eventuelle efterfølgende handlinger.

Mentorordningen skal ikke bruges til udredning og behandling af sygdom, er ikke en psykologbehandling, og er ikke et sted, man anmelder krænkelser eller løser arbejdspladsens arbejdsmiljøudfordringer. Der kan selvfølgelig drøftes ting i nærheden af disse forhold og overvejelser over, hvor man så kan henvende sig – f.eks. i Lægeforeningen, hos en psykologordning eller hos personaleafdelingen.

**Mentor og mentee aftaler** selv hvor ofte, hvor og hvor længe der samtales. Det kan anbefales at finde et neutralt sted. Mentee vil ofte have ansvaret for at være mobil ved fysiske møder eller at opsætte virtuelle møderum samt at prioritere starten på samtalens indhold. Der vil blive spurgt til geografisk region, så fysiske møder er mulige.

**Ved tilmelding** til mentorkorpset udfyldes et skema, som sendes til Inger Schaumburg, som formidler kontakt. Ved ønske om en mentor udfyldes et skema med behov for sparring, som sendes til Inger, som giver besked om mulig mentor samt kontaktmuligheder. Mentee tager altid den første kontakt til mentor.

**MENTOR OPLYSNINGSSKEMA:**

Navn:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Mobil\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Mail\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Region\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Kan bidrage med råd og vejledning om:

Karriereveje \_\_\_\_ Arbejdslivsbalance\_\_\_\_ Samarbejdsrelationer\_\_\_\_ Den kliniske hverdag\_\_\_\_

Undervisning og formidling\_\_\_\_ Forskning\_\_\_\_ Lederrollen\_\_\_\_ Andet\_\_\_\_\_\_

**MENTEE OPLYSNINGSSKEMA:**

Navn:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Arbejdsplads:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Mobil:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Mail:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Region\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Har behov for mentoring omkring**:

Karriereveje\_\_\_\_ Arbejdslivsbalance\_\_\_\_ Samarbejdsrelationer\_\_\_\_ Den kliniske hverdag\_\_\_\_

Undervisning og formidling\_\_\_\_ Forskning\_\_\_\_ Lederrollen\_\_\_\_

Andet (skriv venligst stikord) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Oplysninger fra mentor og mentee sendes i fortrolighed til:**

Inger Schaumburg, [ingerschaumburg@hotmail.com](mailto:ingerschaumburg@hotmail.com) eller mobil 29271693