

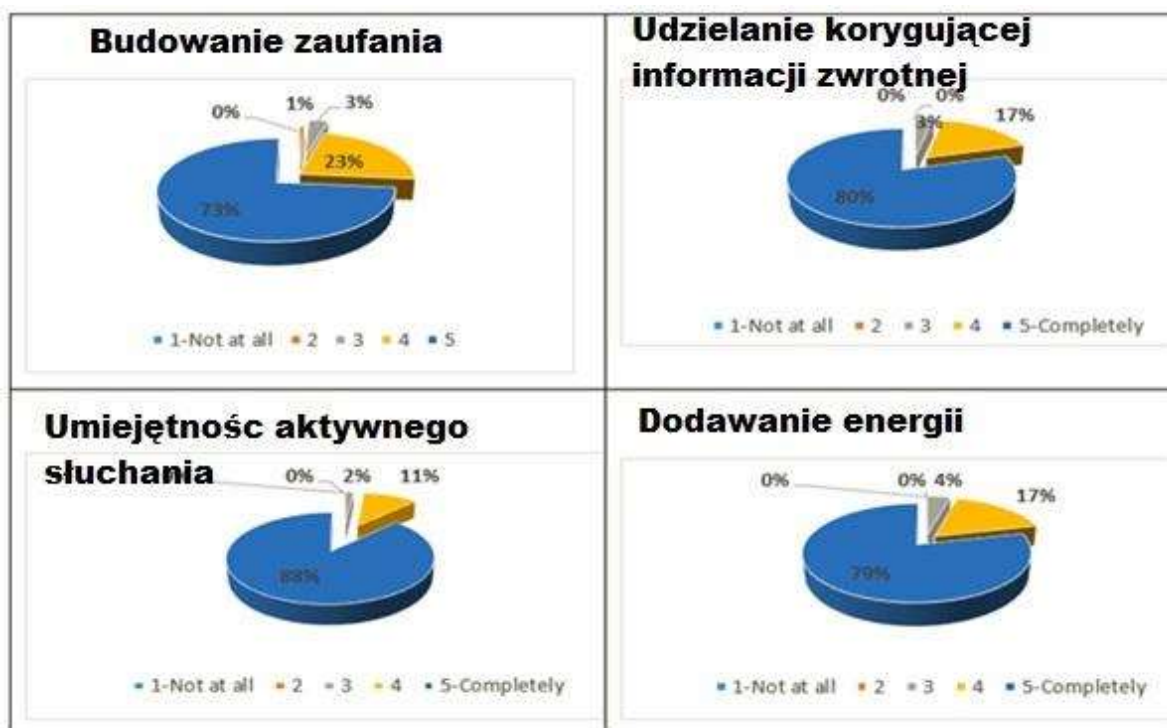
1.3. Role Mentora Rówieśniczego - 10 zasad

1	Mentoring jest podróżą w kierunku upodmiotowienia nie tylko poprzez przekazywanie wiedzy, ale poprzez zaangażowanie w budowanie relacji jako narzędzia, poprzez które przekazywana jest wiedza, mądrość i umiejętności. Jako taki, mentoring jest przedsięwzięciem opartym na procesie, a nie na produkcie końcowym. Chodzi o budowanie relacji pomiędzy mentorem i podopiecznym, w celu ułatwiania rozwoju i wzmocnienia podopiecznych.
2	Mentoring to transformacja, nie tylko podopiecznego/podopiecznej, ale i mentora. Pamiętając o tym, spodziewaj się zaskoczenia! Na początku relacji cele, które są początkowo ustalone jako parametry, przez które mierzymy lub widzimy wzrost, mogą być ograniczające w odniesieniu do rzeczywistego wzrostu, który miał miejsce. Tak więc te początkowe cele służą jedynie jako zasady przewodnie, a nie wykute w kamieniu miary sukcesu. Bądź otwarty i oczekuj zaskoczenia!
3	Mentorzy wychodzą z założenia, że ich podopieczny jest diamentem w kamieniu, który ma ogromny potencjał, aby zabłysnąć. Tak więc podróż/cel mentora polega na odkryciu i pasjonującym zainspirowaniu podopiecznego, aby upęłnomocnić go do zmanifestowania tego potencjału.
4	Każda sytuacja jest okazją do nauki, niezależnie od kontekstu....bądź zaradny!
5	Udane możliwości uczenia się powstają dzięki znalezieniu równowagi pomiędzy uczeniem się z tradycyjnych kontekstów informacji, jak również z niekonwencjonalnych kontekstów informacji. Nie bój się więc być kreatywnym!
6	Sukcesy w uczeniu się przemawiają nie tylko do logiki podopiecznego, ale także do jego serca, wyobraźni i ciekawości.
7	Mentorzy raczej wzmacniają niż umożliwiają swoim podopiecznym! Upodmiotowienie polega na daniu podopiecznemu nadziei i zbudowaniu pewności, że faktycznie może sobie poradzić, z mentorem lub bez niego. Upęłnomocnienie jest zaproszeniem do wzięcia odpowiedzialności za urzeczywistnienie potencjału, podczas gdy umożliwienie polega na stworzeniu zależności od mentora, która jest napędzana przez podstawowe przesłanie i strach, że podopieczny nie jest w stanie poradzić sobie bez mentora.
8	Mentorzy nie tylko udzielają odpowiedzi na wszystkie pytania i problemy/przeszkody swoich podopiecznych. Mentorzy dzielą się podstawowymi umiejętnościami uczenia się i w ten sposób

	zachęcają swoich podopiecznych do odkrywania, rozwijania i generowania własnych pomysłów i rozwiązań. Proces ten buduje w podopiecznych dojrzałość, odporność i niezależność.
9	Mentorzy zachęcają i prowadzą swoich podopiecznych w procesie refleksji nad ich działaniami, ułatwiając proces uczenia się.
10	Mentorzy żyją według zasady nr 6! Co to oznacza? I jakie są inne zasady? Zasada nr 6 mówi o tym, że nie należy brać siebie i innych zbyt poważnie. W ten sposób mentorzy tworzą środowisko, w którym zarówno błędy podopiecznych, jak i mentora są postrzegane jako okazje do nauki, aby zacząć od nowa, ale z większą mądrością i inteligencją!

Jakiej rady udzieliłabyś komuś, kto chce zostać mentorem rówieśniczym?

Prześledźmy kwestionariusz wypełniony w ramach projektu Erasmus+ PEER-TRAIN przez 124 osoby z krajów partnerskich. Należy podkreślić, że wszyscy uczestnicy mają jakieś doświadczenia w nauczaniu lub mentoringu osób dorosłych.



Istnieją inne umiejętności uznane za istotne, które nie zostały wymienione w kwestionariuszu:

- cierpliwość, empatia, zaangażowanie
- poczucie komfortu
- błędy są dopuszczalne

- znać swoje ograniczenia
- otwartość i nieosądzanie
- przekazywanie wiedzy i doświadczeń
- zrozumieć warunki życia inne niż własne
- umiejętność pracy w zespole

Myśląc o dobrych relacjach pomiędzy mentorami i podopiecznymi powinniśmy wziąć pod uwagę również umiejętności rówieśnicze podopiecznego.

Według danych z badań kluczowe są następujące umiejętności podopiecznego:

- budowanie zaufania
- aktywne słuchanie
- wykazywanie inicjatywy
- określenie celów i obecnej rzeczywistości
- zachęcanie

Istnieje jeszcze kilka umiejętności podopiecznych uznanych za istotne, które nie zostały wymienione w kwestionariuszu:

- doświadczenie uczenia się w trybie mieszanym
- empatia, cierpliwość, ciekawość, opanowanie, spokój
- poznanie swoich ograniczeń
- zdolność do pokonywania trudności

Jakiej rady udzieliłabyś komuś, kto chce zostać mentorem rówieśniczym?

- Traktuj podopiecznych mądrze
- zacznij od poznania podopiecznych
- traktuj podopiecznych 50+ indywidualnie i empatycznie
- bądź cierpliwy i uprzejmy dla podopiecznych
- nie oczekuj zbyt wiele w zakresie wyników i zaplanowanego czasu
- bądź sobą i dziel się swoją pasją
- bądź otwarty i przekonany, że twoja wiedza i doświadczenie mogą komuś pomóc
- pamiętaj, że często mniej znaczy więcej
- wyjaśniaj rzeczy w prosty sposób

- słuchaj bez osądzania i bądź otwarty
- nie oczekuj zbyt wiele, zanim poznasz podopiecznego/podopiecznej

Będąc mentorem, należy wziąć pod uwagę potrzeby podopiecznych, które sprawiają, że pozostają oni zmotywowani w programie mentoringu rówieśniczego:

Wspieranie osobistych potrzeb rozwojowych, wyznaczanie jasnych celów, stwarzanie wspierających warunków do nauki w dobrej atmosferze, proponowanie ciekawych zajęć, artykułowanie pozytywnych wyników, zapewnienie, że mają kogoś, kto ich słucha, rozumienie ich ograniczeń, rozwijanie przyjaznych relacji, oferowanie różnorodnych tematów, świętowanie sukcesów podopiecznych, rozumienie problemów podopiecznych, wspieranie współpracy, zaspokajanie potrzeb bycia poważnie traktowanym, przekonywanie podopiecznych, że sesja naprawdę ma sens.

Ważna jest również motywacja, wytrwałość, wiara w sens nauki, zaufanie do mentora.

Podopieczni/podopieczne muszą otrzymać jakiś bezpośredni, natychmiastowy "zysk".

Jakie szczególne potrzeby mają osoby 50+, jeśli chodzi o mentoring rówieśniczy?

Indywidualne podejście mentora do indywidualnych potrzeb, poczucie niewiedzy może być frustrujące, więc musimy im przypominać, że jest ok, tempo nauki dostosowane do wieku, empatia, cierpliwość, tolerancja, natychmiastowe rozwiązywanie problemów, umiejętność pracy z osobami starszymi, świadomość, że korzystanie z nowych technologii/narzędzi wymaga nowych umiejętności, pamiętanie, że osoby 50+ mają własne doświadczenia życiowe, znajomość ich priorytetów, jeśli chodzi o tematy (np.np. chcą wiedzieć, jak komunikować się z rodziną, przyjaciółmi, jak szukać informacji, jak nie paść ofiarą oszustwa), rozpoczęcie od jasnego i spokojnego wyjaśnienia, czym jest sesja z mentorem i nad czym będziemy pracować, rozwój "miękkich umiejętności" przydatnych we współczesnym świecie, integracja z osobami w podobnym wieku, uhonorowanie ich doświadczenia.