



**Fundació
Autònoma Solidària**

UAB CAMPUS

Informacions pràctiques per al voluntariat

Mentors i Mentores Programa d'Acollida

Voluntariat Acompanyament Social – Grup 3

14 de Juny del 2017

Bellaterra Campus UAB (Cerdanyola del Vallès)

5 Recomanacions a tenir en compte abans de començar

5.1 Responsabilitat

Ambdues parts heu de ser conscients de la responsabilitats que suposa l'acompanyament així com les expectatives de la relació i què voleu aconseguir. S'ha d'entendre que per a l'èxit de la mentoria hi ha unes fites que s'han de tenir clares:

- **Participar de forma activa i contínua en les activitats** reportant tot allò que considereu oportú i/o necessari al coordinador
- Complir i treballar amb la persona mentorada oferint **suport, orientació i la motivació** necessària per afavorir actituds autònomes i independent al final del procés
- **Respectar la confidencialitat**
- **Portar un registre de les trobades**

5.2 Confidencialitat

La confidencialitat és important en la relació perquè **serà la base de la confiança** en la creació del vincle ja que les persones es sentiran més segures si senten que tot allò que manifesten en les seves sessions és confidencial.

Es previsible que existeixin situacions en què es pot aportar informació clau per alguna qüestió. **Si detecteu alguna situació greu o en què sentiu controvèrsia acudiu al coordinador o tècnic per demanar ajut per tal de facilitar la intervenció.**

5.3 Límits

Els límits són importants durant el procés de Mentoria per poder **garantir un espai en que la relació pugui créixer.**

- Les relacions s'enforteixen tenint en compte que hi ha espais vulnerables als que només podem accedir si el participant està d'acord. Envair la intimitat de l'altre només pot reforçar la relació si ho permet el protagonista.

6.2 ASPECTES PRÀCTICS A TENIR EN COMPTE DURANT LES TROBADES.

- **Acompanyament respectuós i positiu:**
 - o La confiança, el reconeixement i l'acceptació afavoriran la creació d'un vincle inclusiu.

- **Actituds no discriminatòries:**
 - o Diàlegs constructius
 - o Respectar a l'altre i mostrar actituds positives

- **La comunicació:**
 - o Com ens dirigim i parlem als altres és important. També cal tenir en compte que no tota la comunicació és verbal

- **Escolta activa i empatia:**
 - o Preguntes obertes
 - o No jutjar les opinions diferents
 - o Evitar interrompre
 - o Acompanyament visual i expressions corporals

- **Apropar-nos a la realitat del mentorat.**

- **No demanar més informació de la que necessitem o que pugui fer sentir incòmode al mentorat.**

7 Final i assoliment d'objectius

L'acompanyament és el procés mitjançant el qual dotem de recursos a les persones participants per a què una vegada finalitzat el Programa, puguin continuar vivint i sent persones socialment actives sense el vostre suport. Per aquest motiu és important:

- **Dotar de recursos i recolzament al participants** per a què sentin que poden continuar sense el Mentor

- **Entendre la experiència com quelcom positiu per ambdues parts.**

7.1 Trobada de cloenda de la mentoria

Es realitzarà un acte final on pugueu compartir obertament les vostres experiències i esbrinar fins a quin punt s'han complert els objectius de la vostra mentoria.