

TOPSIDE

TOPSIDE staat in het Engels voor 'Training Opportunities for Peer Supporters with Intellectual Disabilities in Europe'



Richtlijnen voor Mentoren



www.peer-training.eu

Auteurs: TOPSIDE partners

- Hugh Savage, ENABLE, Schotland
- Petra Nováková, Inclusion Czech Republic, Tsjechië
- Juultje Holla, Perspectief, Nederland
- Alina Sima & Cristina Burlacu, Pentru Voi, Roemenië
- Ivana Vilademunt & Anna Gutierrez Roca, Sant Tomas, Spanje
- Taija Humisto, KVTL, Finland
- Camille Latimier & Luca Magri, Inclusion Europe

©Inclusion Europe, Brussel, oktober 2013

Dit project werd gefinancierd met de steun van de Europese Commissie.
De verantwoordelijkheid voor deze publicatie ligt uitsluitend bij de auteur; de Commissie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor het gebruik van de informatie die erin is vervat.

Mentor zijn voor een peer supporter is een privilege!

De mentor is een belangrijk element van Peer Support. Wij denken dat individuen die deze vorm van ondersteuning geven baad hebben bij het volgende advies en richtlijnen.

Mensen die deze vorm van ondersteuning bieden moeten zich volledig bewust zijn van de onderliggende principes van de **TOPSIDE** training.

Het is vooral belangrijk dat de mentor begrip en empathie heeft voor de doelstelling van het project, namelijk dat volwassenen met een verstandelijke beperking proffiteit kunnen en zullen hebben van ondersteuning van andere mensen met een verstandelijke beperking.

Mentoren moeten ervaren individuen zijn die de peer supporters op een zelfde manier kunnen ondersteunen dan wat de peer supporters in de training leren. Mentoren zijn voorbeelden.

Deze mentoren hoeven geen zogenaamde professionals te zijn. Een vrijwilliger die de juiste waarden en houding heeft kan deze rol ook vervullen.

De peer supporter heeft een periode van training en ondersteuning gehad om beter te worden in het ondersteunen van andere mensen met een verstandelijke beperking. Deze periode is ondersteund door trainers die zich gehouden hebben aan het flexibele curriculum en de richtlijnen voor trainers.

Trainers moedigen de peer supporters in hun training aan om niet direct advies of instructie geven aan personen die zij ondersteunen. In plaats daarvan stellen zij een persoon in staat om alle opties die open staan te bekijken, zonder hen in hun keuze al te zeer te beïnvloeden.

De peer supporter is verantwoordelijk voor het gebruik van de eigen ervaringen. Zij zouden deze ervaringen moeten inzetten om anderen te laten zien wat de mogelijke consequenties van keuzes of acties zijn. Dit kan een persoon helpen een geïnformeerde keuze te maken.

Zoals wij allemaal zal de peer supporter problemen of dilemma's tegen komen die zij van te voren niet hadden voorzien.

Als dat gebeurd is het belangrijk dat zij het proces wel aan kunnen gaan, maar dat zich wel tot een mentor kunnen wenden als zij wat ze meemaken en leren willen bespreken met iemand die zij vertrouwen en respecteren.

Het is natuurlijk belangrijk dat de peer supporter zich volledig op zijn gemak voelt bij deze mentor. Het kan zijn dat zij al een vertrouwelijke en vriendschappelijke relatie hadden, hoewel deze relatie van te voren geen voorwaarde hoeft te zijn voor een mentor.

Gebaseerd op onze ervaringen in de pilot van TOPSIDE geloven we niet dat de TOPSIDE trainer ook mentor moet worden, omdat dit verwarrend kan werken voor beide individuen. Waar dit het geval is kan dit een negatieve werking hebben op de relatie tussen mentor en peer supporter. Idealiter zou de mentor een andere persoon zijn met een duidelijk idee van zijn of haar rol en verantwoordelijkheid, en hoe deze verschillen van die van de trainer.

Als we praten over mentoren als voorbeelden bedoelen we ook dat de mentoren facilitair zijn. Als een peer supporter ondersteuning zoekt zou de mentor via een proces moeten werken wat lijkt op dat wat de trainers de peer supporters aanleren. Op die manier komen de peer supporters zelf tot beslissingen en oplossingen waar zij zelf achter staan.

De mentor kan de peer supporter aansporen op eigen ervaring of de ervaring van anderen om hen heen te gebruiken om een ander met een verstandelijke beperking te ondersteunen. De mentor kan hierbij gebruik maken van zijn/haar eigen ervaring om op zijn/haar beurt de peer supporter te ondersteunen. De mentor kan ook ondersteuning bieden op het moment dat een peer supporter zorgen uit over de manier waarop ze iemand anders ondersteunen. Op zo'n moment kan een mentor laten zien hoe iets opgelost kan worden door een goed voorbeeld te stellen.

Mentoren moeten geen directe meningen geven maar de peer supporter de mogelijkheid geven om zijn of haar eigen weg te vinden, met alleen wat begeleiding onderweg.

Van de peer supporter wordt verwacht dat zij voordeel halen uit hun eigen ervaring en vaardigheden wanneer zij iemand ondersteunen om geïnformeerde keuzes te maken. De mentor zou op diezelfde manier moeten werken.

Het is belangrijk om niet als een expert simpelweg instructies te geven. De mentor zou de peer supporter moeten aanmoedigen om te reflecteren op het eigen leren en persoonlijke ontwikkeling en zou een proces moeten faciliteren waarbij de peer supporter zijn/haar eigen weg kan bepalen.

Er kunnen zich situaties voordoen waarbij de peer supporter zich niet bij machte voelt om hun volgende stappen via dit proces te bepalen. Het kan dan nodig zijn voor hen om te bepalen of ze ergens anders advies willen inwinnen.

Ook dit is volgens de principes van peer support. Mensen die hulp zoeken worden ondersteund om een aantal van de opties of vervolgstappen te onderzoeken voordat ze verder gaan. Pas dan nemen ze een besluit over de volgende stap die zij zullen nemen.

De enige uitzondering op dit proces is wanneer duidelijk wordt dat een peer supporter te maken krijgt met een persoon die vertelt over een situatie waarin sprake is van letsel of mishandeling. Op dat punt kan het nodig zijn dat de mentor verantwoordelijkheid neemt en direct de situatie beschouwd vanuit een meer professionele rol. Het kan nodig zijn de informatie over te dragen aan de daarvoor bevoegde personen of autoriteiten. De peer supporter heeft hierin geen formele rol, maar blijft betrokken als hij/zij dat wil om de ander te ondersteunen in dit vaak zware proces. Het is belangrijk dat de peer supporter begrijpt dat er situaties zijn waarin andere hulp gezocht moet worden en dat de mentor daar op dat moment verantwoordelijk voor is. De peer supporter moet weten dat hij/zij onrust moet melden bij de mentor. De mentor heeft vanaf dat moment de verantwoordelijkheid.

De mentor zou de peer supporter aan moeten moedigen om steeds minder gebruik te maken van zijn/haar facilitaire ondersteuning. De relatie tussen mentor en peer supporter is niet bedoeld als permanent partnerschap, maar meer als relatie die ondersteuning kan bieden tot de peer supporter zelf vindt dat hij/zij deze ondersteuning niet meer nodig heeft.

Dit zal per individu verschillen, maar de rol van de mentor is alleen maar op het individu te begeleiden tot waar nodig. Mentoren moeten zich hiervan bewust zijn en in de gaten

houden dat peer supporters niet van hen afhankelijk worden, of dat hun leren op andere wijze negatief beïnvloed wordt.

De mentor moet een vaardig en zelf bewust individu zijn om al het bovenstaande advies te kunnen inzetten in de relatie met de peer supporter. Mentoren moeten volledig bekend zijn met alle elementen van het TOPSIDE trainingsprogramma en hoe dat gekoppeld is aan de relatie tussen de peer supporter en de persoon die zij ondersteunen.

Specifiek moeten ze er rekening mee houden dat de peer supporter geen vervanging is van een maatschappelijk werker, maar eerder een vriend die ondersteuning biedt vanuit een zelfde soort context. Dit unieke perspectief moet niet ondergeschoven worden door de relatie tussen mentor en peer supporter.

De mentor moet zich dus volledig bewust zijn van de ambities van peer support en deze ook onderbouwen. Hij of zij moet zich er van weerhouden om hulp te bieden op een manier die peer support negatief beïnvloed.

De relatie tussen mentor en peer supporter kan zich afspelen in de korte of in de lange termijn. Dat hangt af van de situatie. Er kan een tijd komen waarin de mentor niet langer nodig is. Het kan per persoon verschillen gebaseerd op de persoonlijke situatie. De ambitie moet altijd zijn om de rol van de mentor zo klein mogelijk te houden, zodat peer supporters zo min mogelijk afhankelijk worden van hun mentor.

DE uiteindelijke ambitie is dat de peer supporter onafhankelijk ondersteuning kan bieden. Hiervoor zijn tijd en verbintenis nodig van zowel mentor als peer supporter. Maar denk je eens in wat er allemaal kan gebeuren als die tijd eenmaal aanbreekt....!

Hier zijn onze TIEN TOP TIPS:
Een mentor moet...:

1. geloven in de kwaliteiten en mogelijkheden van mensen met verstandelijke beperkingen om elkaar ondersteuning te bieden
2. het TOPSIDE peer support trainingsprogramma volledig begrijpen en hier achter staan
3. peer supporters op een zelfde manier ondersteunen als wat hen geleerd wordt
4. een faciliterende houding aan nemen, niet oplossen maar meedenken
5. duidelijk maken aan de peer supporter dat je als mentor ook geen expert bent, en dat je eigenlijk ook peer support biedt
6. de peer supporter aanmoedigen de mentor steeds minder en minder nodig te hebben, en te vertrouwen op de eigen ervaring en kennis
7. geloven in en werken naar een situatie waar in peer supporte de mentor niet meer nodig heeft.
8. een vaardig en zelfbewust individu zijn met de nodige houding en gedrag.
9. de peer supporter niet leiden in wat hij of zij doet (met een uitzondering, namelijk als er sprake is van mishandeling)
10. de rol van peer supporter adopteren en faciliteren en de ambities van het TOPSIDE project promoten en ondersteunen.

Hier zijn wat voorbeelden van mentoren in actie. SUCCES!

Tsjechië:

In Tsjechië had ik een bijeenkomst met de mentor voordat zij onze peer supporters ontmoette. Ik had de beide rollen al uitgelegd. We ontmoetten samen de peer support groepen waar de mentor de peer supporters in actie kon zien. Toen we voelden dat vertrouwen genoeg opgebouwd was vertelde ik de peer supporters hoe zij de mentor konden zien en hoe zij hen kon ondersteunen. Ook vertelde ik hoe zij de mentor konden benaderen voor ondersteuning. Op onze laatste bijeenkomst samen herinnerde we iedereen er aan, peer supporters en mentor, hoe hun relatie zou moeten werken en wanneer de peer supporters zich tot de mentor zouden kunnen richten voor advies en ondersteuning.

Spanje:

We hebben de manier waarop we de bijeenkomsten organiseerden herdacht toen duidelijk werd dat sommige deelnemers meer training nodig hadden dan anderen om hun rol goed uit te voeren. De bijeenkomsten worden nu gestructureerd rondom groepjes, met een persoon wiens vaardigheden al goed ontwikkeld zijn samen met mensen die mogelijk iets meer training nodig hebben. Zij kunnen hier de rol van peer supporter al oefenen.

In deze eerste fase zal de mentor heel belangrijk zijn omdat zij het werk van de peer supporters kunnen faciliteren. Zij nemen niet de rol van trainer over! De peer supporters bedenken zelf de ondersteuning die ze in elke verschillende situatie willen bieden. De mentor is aanwezig bij bijeenkomsten later tussen peer supporters en anderen om te observeren hoe de peer supporters hun rol oppakken, en om reflectie op hun rol te faciliteren.

Schotland:

In Schotland hebben we het geluk dat we 6 nieuwe begeleiders hebben kunnen rekruteren voor ons netwerk van advies groepen door het hele land verspreid. Dat maakt 7 in totaal. Deze begeleiders hebben een introductietraining doorlopen waarin we het TOPSIDE Programma hebben geïntroduceerd, met de ondersteuning van peer supporters zelf. Met hen allen hebben we de rol van mentor besproken. Dit was al eerder besproken, maar nog nooit eerder was er zo'n kans geweest om een coherente structuur te creëren voor de rol van mentor. De eerste terugkoppeling na de training wijst uit dat er behoefte is om dieper op de stof uit de TOPSIDE training in te gaan en we hebben voor volgende maand nog een bijeenkomst georganiseerd. Onze peer supporters zullen ook weer uitgenodigd worden. Dit geeft ons de mogelijkheid om samen te praten over de rol van mentor en om de ervaringen tot dan toe met elkaar te bespreken.



Inclusion Europe



Programma
Een leven
lang leren



PERSPECTIEF

Met de hulp van Het Programma Een Leven Lang Leren van de Europese Unie

www.peer-training.eu