

#ContinuezLeMentorat

Comment continuer les

*Programmes
de Mentorat*

en période de
distanciación sociale

INTRODUCTION

Au sein de la plateforme espagnole Coordinadora de Mentoría Social, qui fait la promotion du mentorat de qualité dans le domaine de l'action sociale et, par conséquent, le développement de liens de confiance entre les individus, nous nous sommes penchés sur l'impact que la COVID-19 peut avoir sur les programmes de mentorat et nous avons dressé une liste de suggestions pour les aider à s'adapter au nouveau contexte.

Ce document est un outil de soutien plutôt qu'un guide exigeant d'être rigoureusement suivi, que nous mettons à la disposition des programmes de mentorat sociaux, mais aussi de tout projet dont l'objectif est de venir en aide aux individus se trouvant dans une situation précaire. Donc, les conseils que nous fournissons ici doivent être adaptés aux réalités, objectifs et profils distincts des personnes visées.

En plus des obligations et des recommandations émises par les divers gouvernements, nous croyons que les programmes de mentorat peuvent contribuer à améliorer la situation en jouant un rôle de premier plan en ce qui a trait au soutien émotionnel, surtout celui des personnes les plus vulnérables.

Étant donné que nos routines sont désormais changées et que nos activités sont maintenant restreintes, il est facile pour certaines personnes de se sentir dépassées par les événements et d'être enclines à s'isoler, ce qui ne fait qu'intensifier leur vulnérabilité. C'est pourquoi, plus que jamais, nous avons besoin de réseaux de soutien, d'espaces sûrs et de relations reconfortantes.

À cet effet, les programmes de mentorat s'avèrent plus que pertinents en ce moment : ce n'est qu'en nous sentant reliés les uns aux autres que nous serons en mesure de faire face à cette situation armés de la volonté, de la patience et de l'état d'esprit qu'elle requiert.

Par conséquent, les circonstances font que nous devons incorporer, dans cette introduction, une demande impérative : l'accès à Internet comme un droit de premier ordre pour tous. Afin de maintenir des relations de mentorat durant cette période de distanciation sociale, l'accès aux moyens de communication devient un élément crucial qui déterminera la qualité et l'impact de notre aide. Ainsi nous demandons aux administrations publiques, de même qu'aux grandes entreprises du secteur des télécommunications, de faire tout en leur pouvoir pour garantir cet accès, surtout aux populations les plus vulnérables.

Par l'entremise de la Coordinadora, nous souhaitons maintenir le réseau d'aide et assurer que les personnes les plus vulnérables peuvent continuer à compter sur l'espace, le climat de confiance qu'offre la relation avec leur mentor.

Ainsi, nous sommes à votre disposition quel que soit votre besoin et, surtout, nous vous encourageons à adapter vos projets afin de garantir que ces liens soient maintenus, même si ce n'est qu'à distance.

Vous pouvez communiquer avec nous par courriel:
coordinadora@mentoriasocial.org

RECOMMANDATIONS AUX PROGRAMMES DE MENTORAT

ARRÊTEZ ET PENSEZ

Avant de commencer, arrêtons-nous et pensons. Il n'y a aucune raison de faire les choses pour la simple raison de les faire. Nous devons prendre le temps de comprendre la situation et de réfléchir à la meilleure façon d'améliorer le contexte actuel.

SOUTIEN AFFECTIF

En lisant des articles et des livres, trouvez les meilleurs moyens d'apporter votre soutien affectif à la fois aux mentors et aux mentorés.

FAITES UN SCHÉMA DE LA SITUATION EN CE QUI CONCERNE LA CONNECTIVITÉ DES MENTORÉS AFIN DE MIEUX LES AIDER

S'ils n'ont pas de connexion ou de données Wi-Fi (ou pas assez de données) peut-être le temps est-il venu de leur offrir cet accès si vous avez les ressources financières pour le faire :

- Un grand nombre d'entreprises offrent à leurs clients d'ajouter des données à leur forfait actuel pour une somme modique même s'ils n'annoncent pas toujours ces offres spéciales. Nous vous recommandons de téléphoner aux compagnies de télécommunications puisque ceci est sûrement la meilleure option.
- Dans le cas de projets de mentorat impliquant des mineurs, si le mentoré ne possède pas de cellulaire ou d'ordinateur, nous suggérons qu'il demande à un membre de sa famille s'il est possible qu'il emprunte leur appareil un jour ou au cours d'une période de la semaine.

FOURNISSEZ DES RESSOURCES SUR LES OUTILS D'APPEL VIDÉO

Facilitez le plus possible l'accès aux différents moyens de communication pouvant être utilisés autant par les mentors que par les mentorés, surtout lorsqu'ils ne sont pas familiers avec ce genre de technologies.

RENDONS-NOUS DISPONIBLES

La plupart des mentors ont sûrement pris l'initiative de contacter leur partenaire d'une façon ou d'une autre, mais, malgré tout cela, les mentorés doivent savoir que les programmes sont là pour les aider et que vous êtes prêts à faire tout ce qui est possible afin de leur donner les ressources requises pour garantir cette communication.

ENCOURAGEZ LA PARTICIPATION AU SEIN DES RÉSEAUX DE SOUTIEN LOCAUX

Encouragez la participation au sein des réseaux de soutien qui existent dans votre ville. Les mentors peuvent se servir de ces espaces virtuels, mais ils peuvent aussi encourager les mentorés à les utiliser et même les guider au besoin.

GARANTISSEZ DES ROUTINES AUX MENTORÉS

Incitez les mentors à être une personne-ressource qui assure les routines des mentorés : les mentors peuvent établir un horaire de choses à faire durant la journée, des lectures, des devoirs, des travaux ménagers...

PROTOCOLE DE LA COVID-19

Établissez un protocole qui définit les mesures à prendre lorsqu'une personne est diagnostiquée, lorsqu'un individu est à risque ou a été en contact avec des personnes ayant la COVID-19.

FOURNISSEZ AUX MENTORS DES SUGGESTIONS D'ACTIVITÉS CULTURELLES, DES JEUX ET DES ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES QU'ILS PEUVENT FAIRE AVEC LES MENTORÉS

Il est important de ne pas parler que de la pandémie de la COVID-19. Les mentors et les mentorés doivent passer du temps ensemble et se concentrer sur autre chose. Le fait de trop parler des circonstances actuelles peut causer même davantage d'anxiété. Il est donc essentiel d'aborder d'autres sujets de conversation. À cet effet, les experts en matière de mentorat sur le Web insistent sur le fait qu'il est conseillé de faire des activités dont il sera possible de parler plus tard. Voici quelques stratégies à utiliser :

- Créez des concours sur Instagram auxquels les mentors et les mentorés peuvent participer et participez à ceux qui sont déjà en cours.
- Proposez de rédiger ou d'enregistrer une sorte de « journal en confinement » que le mentor et le mentoré peuvent échanger.
- Annoncez des activités diffusées en direct ou en ligne pour les mentorés.
- Partagez des suggestions intéressantes de films/vidéos/séries sur lesquels le mentor et le mentoré peuvent fournir leurs commentaires et échanger.
- Dressez une liste de jeux en ligne.
- Créez des projets en collaboration : paper.li, pixton, récits collaboratifs avec notes vocales...
- Échangez des recettes et partagez des photos de repas.
- Apprenez ou améliorez une langue ou une compétence.

ADAPTEZ NOTRE SUIVI AUX MENTORS ET MENTORÉS

- Faites des suivis par appel vidéo.
- Utilisez les courriels pour nous garder au courant et pour nous informer de l'état de votre relation mentor-mentoré.
- Intensifiez les contacts avec les mentors à l'aide de WhatsApp.
- Créez un lieu de rassemblement en ligne pour les mentors.
- Favorisez les liens entre mentors en facilitant les contacts entre eux afin qu'ils puissent s'entraider et apprendre mutuellement de leurs expériences.

COMMUNIQUEZ AVEC LES COMMANDITAIRES

Informez vos commanditaires des mesures prises afin de continuer le projet. Soulignez l'importance d'aider les groupes vulnérables ces jours-ci et comment les suivis permettent de détecter les cas les plus à risque. Faites cela avant même qu'ils demandent une mise à jour au cas où ils seraient déjà en train d'établir leurs priorités.

15 RECOMMANDATIONS À L'INTENTION DES MENTORS

Important : Sachez que les mentorés peuvent avoir d'autres préoccupations que celles de rencontrer à distance leur mentor en raison de leur situation précaire. Donnez la chance et le temps nécessaire au mentoré afin de pouvoir assimiler ce qui arrive. Comme toujours, il est important de se concentrer sur l'autre avant tout.

1. Reconnaissez et comprenez les inquiétudes du mentoré et ne reniez pas l'état des choses.
2. Reconnaissez que vous avez vous aussi des préoccupations et faites-en part à votre mentoré sans toutefois l'alarmer.
3. Encouragez activement le respect des recommandations émises par les gouvernements (transmettez l'idée de réduire les sorties, de se laver les mains...).
4. Soyez disponible pour les mentorés. Facilitez l'usage des différents moyens de communication (téléphone, appels vidéo, WhatsApp).
5. Verbalisez que « nous sommes là » pour les mentorés. Ditez-leur personnellement qu'ils vous tiennent à cœur, que vous vous souciez de leur bien-être.
6. Désapprouvez les discours accusatoires/racistes sur la propagation de la COVID-19.
7. Favorisez les sources d'information fiables et évitez de propager des rumeurs.
8. Proposez des activités virtuelles à faire avec le mentoré.
9. Signalez toute situation posant un risque à votre agent d'aiguillage.
10. Fournissez aux mentorés des ressources et réseaux officiels au cas où ils se sentiraient malades ou rencontreraient quelqu'un qui a des symptômes.
11. Planifiez avec le mentoré de quelle façon vous communiquerez dans les semaines à venir (choisissez un jour de la semaine, mais soyez prêt à être contacté à d'autres moments aussi).
12. Fixez des objectifs adaptés pour les deux mois à venir : « Comment pouvons-nous profiter ou que pouvons-nous faire durant ces deux mois où il ne sera pas possible de nous voir en personne? » Planifiez des activités à faire ensemble.
13. Soulignez l'importance au mentoré de bien prendre soin de sa personne durant cette période, d'être patient, de se fixer des défis réalistes et de ne pas passer la journée à écouter les nouvelles.
14. Faites de l'exercice en ligne avec les mentorés.
15. Joignez les agents du programme pour toute question et suivez leurs directives.

#ContinuezLeMentorat

Ce document a été rédigé par différentes agences membres de la Coordinadora de Mentoria Social afin d'appuyer tous les projets d'aide et de mentorat qui ont de la difficulté à maintenir des relations actives en cette période sans précédent causée par la propagation de la COVID-19.

Nous encourageons les agences du monde entier à faire une liste de ressources destinées aux projets et mentors qui satisfont leurs besoins et leur milieu respectifs. De notre côté, nous avons dressé une liste (en espagnol) de ressources précises que vous pouvez consulter sur notre site Web.

Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter:

<https://bit.ly/2QKu4kr>

**NOUS OFFRONS NOTRE AIDE À TOUTES LES AGENCES ET
PERSONNES QUI ONT BESOIN DE NOTRE SOUTIEN:
COORDINADORA@MENTORIASOCIAL.ORG**



Coordinadora
Mentoria
Social

Organisateur du 2020 European
Mentoring Summit (du 7 au 9 octobre).