



Guida per gli Educatori

*Potenziare le competenze
trasversali dei giovani
attraverso il mentoring
tra pari*



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.
Project No: 2023-1-IT03-KA220-YOU-000159325

Indice

Introduzione	05
1. Le esigenze dei giovani	06
1.1 — Domande introduttive	07
1.2 — Quali sono le sfide più comuni per la salute mentale degli adolescenti di oggi?	07
1.3 — Quali fattori contribuiscono negativamente alla salute mentale degli adolescenti nei loro contesti di vita principali?	08
1.4 — Quali dei principali fattori nel contesto di vita degli adolescenti contribuiscono positivamente alla loro salute mentale e al loro benessere?	09
1.5 — Quali sono le barriere che rendono difficile per gli adolescenti cercare aiuto per le loro sfide con i problemi di salute mentale? Come superare queste barriere?	09
1.6 — Riflessioni e implicazioni per la pratica	10
1.7 — Domande di riflessione per l'insegnante	10
2. Selezione per i mentori: un contributo	12
2.1 — Domande introduttive	13
2.2 — Selezione dei mentori – una panoramica	13
2.3 — Online Skills Assessment Tool (OSAT)	15
2.4 — Selezione di mentori – step pratici	19
2.5 — La piattaforma OSAT nel sito web del progetto Stronger Youth	20
2.6 — Domande per la riflessione	21
3. L'insegnante come facilitatore	22
3.1 — Domande introduttive	23
3.2 — Creare un ambiente di apprendimento che favorisca lo sviluppo	23
3.3 — Educazione tra pari	25
3.4 — L'insegnante come leader e guida - implicazioni pratiche	25
3.5 — Domande di riflessione per l'insegnante	26

4. Peer Mentoring - L'idea 28

- 4.1 — Domande introduttive 29
- 4.2 — Comprendere le basi del tutoraggio tra pari 29
- 4.3 — In che modo il peer mentoring può sostenere la salute mentale dei giovani? 29
- 4.4 — Quali sono i ruoli chiave dei mentori e dei mentee nel peer-mentoring per il benessere emotivo? 30
- 4.5 — Quali strategie poter attuare per guidare efficacemente sia i mentori che i mentee nei loro ruoli? 32
- 4.6 — Riflessioni e applicazioni pratiche 33

5. Set di Attività 36

- 5.1 — Domande introduttive 37
- 5.2 — Panoramica 37
- 5.3 — Componenti chiave 37
- 5.4 — Tipi di attività incluse nel Set 40
- 5.5 — Applicazione pratica 41
- 5.6 — Conclusione 42
- 5.7 — Domande riflessive per gli insegnanti 42

6. Monitoraggio e valutazione del processo di tutoraggio tra pari 44

- 6.1 — Domande introduttive 45
- 6.2 — Obiettivi del tutoraggio e della valutazione 45
- 6.3 — Monitoraggio del processo di mentoring 46
- 6.4 — Valutazione del processo di mentoring 47
- 6.5 — Strumenti per il mentoring e la valutazione 47
- 6.6 — Domande di riflessione per gli insegnanti 49

7. Consigli per l'insegnante 50

- 7.1 — Riflessioni chiave del progetto 51

7.2 — Decalogo per gli educatori	51
7.3 — Consigli pratici per lo sviluppo del programma	52
7.4 — Risorse aggiuntive per gli educatori	53

8. Fonti 54

8.1 — Cap.1	55
8.2 — Cap.2	56
8.3 — Cap. 3	57
8.4 — Cap. 4	57
8.5 — Cap. 5	58

Introduzione

Autore: Alex Ursulescu (CPIP)

Il progetto Stronger Youth mira a rafforzare la salute mentale dei giovani attraverso le relazioni con i coetanei. Tra i giovani, c'è chi riesce a far fronte molto bene a una realtà in rapido cambiamento, mentre altri faticano a trovare il proprio posto in essa. Il progetto definisce una metodologia per attività tra pari basata sull'idea del mentoring (tutoraggio). Il contatto tra pari si fonda su forme e modalità di comunicazione condivise all'interno della stessa generazione. Chi può raggiungere un giovane, comprenderne i bisogni e parlargli in modo più efficace, se non un suo pari?

Nel progetto proponiamo una metodologia per le attività tra pari basata su un'analisi scientifica dei bisogni reali dei giovani, condotta nei Paesi partner: Italia, Portogallo, Polonia, Repubblica Ceca, Romania e Spagna. Una caratteristica importante del progetto è che il mentoring si svolge sotto forma di attività congiunte previste dal progetto. Tali attività sono selezionate per sostenere lo sviluppo di adeguate competenze sociali, ad esempio la comunicazione e la capacità di far fronte a situazioni di conflitto e di stress, ma anche attraverso attività fisiche svolte insieme. Tutto ciò con l'obiettivo di innalzare il livello di salute secondo la sua moderna definizione olistica.

Questa guida, destinata agli educatori che supervisionano il processo di mentoring, vi accompagnerà attraverso le fasi successive del progetto: dalla ricerca, alla comprensione del ruolo dell'insegnante come osservatore e figura che interviene solo in situazioni eccezionali, fino alla descrizione delle attività e al monitoraggio del processo. La guida è stata concepita per aiutarvi a comprendere gli obiettivi reali del progetto, che consiste nell'attuare l'idea di inclusione attraverso il sostegno reciproco tra pari. I destinatari sono quindi sia i giovani esposti a fattori depressivi, sia coloro che, grazie alla loro apertura sociale e resilienza mentale, possono essere coinvolti nella prevenzione della depressione tra i giovani. L'attivazione prevista dal progetto riguarda entrambi i gruppi: entrambe le parti devono cooperare e creare, coltivare, condividere e diffondere valori comuni per raggiungere gli obiettivi del progetto.

Il progetto tocca direttamente un aspetto fondamentale in un mondo in cui si intrecciano numerosi valori provenienti da culture diverse: offre l'opportunità di instaurare e rafforzare relazioni tra le persone, a partire dalle giovani generazioni, particolarmente vulnerabili al rischio di crescere con un senso di isolamento e solitudine.

Questo è il motivo per cui vi invitiamo a creare gruppi di mentoring tra i giovani. Come fare? Questo è ciò che verrà spiegato nella nostra guida.

Autori: Luísa Grácio & Maria João
Carapeto (University of Évora)

Le esigenze dei giovani



1. Le esigenze dei giovani

1.1 Domande introduttive



1. Considerando i rischi che la scuola può rappresentare per la salute mentale degli adolescenti, cosa può fare la scuola per eliminare, ridurre o mitigare il suo possibile impatto negativo sulla salute mentale degli adolescenti?
2. Quali ruoli svolgono le relazioni con i coetanei nel sostenere o minare la salute mentale di un adolescente?
3. Quanto è importante per gli insegnanti e gli studenti sviluppare una maggiore alfabetizzazione in materia di salute mentale?
4. In che modo gli adolescenti possono essere messi nelle condizioni di sviluppare resilienza e strategie di adattamento per affrontare future sfide legate alla salute mentale?

L'adolescenza è una fase emozionante della vita, in cui si registrano molti progressi e traguardi nello sviluppo. Allo stesso tempo, oggi gli adolescenti affrontano diverse sfide che mettono alla prova il loro adattamento psicologico e psicosociale e che difficilmente possono superare da soli. Il progetto Stronger Youth ha identificato le sfide e le risorse relative alla salute mentale degli adolescenti così come loro le percepiscono nella propria vita in sei paesi europei (Carapeto et al., 2024). Di seguito presentiamo alcuni dei principali risultati e le loro implicazioni per la promozione della salute mentale degli adolescenti in contesti educativi come la scuola, in particolare attraverso programmi di mentoring tra pari.

1.2 Quali sono le sfide più comuni per la salute mentale degli adolescenti di oggi?

Gli adolescenti hanno segnalato più difficoltà emotive che comportamentali. Per quanto riguarda le difficoltà emotive, gli adolescenti hanno menzionato problemi quali ansia, attacchi di panico, depressione, sentimenti di rabbia, solitudine, sensazione di essere incompresi, sentimenti di insicurezza, mancanza di fiducia in sé stessi, difficoltà nell'accettazione di sé, stanchezza e preoccupazioni legate al genere.

Gli adolescenti hanno riferito anche una serie di comportamenti problematici come autolesionismo, problemi alimentari, dipendenze varie (droghe, alcol, tabacco e tecnologia), difficoltà sociali (isolamento, problemi relazionali), comportamento scorretto in generale e comportamento aggressivo (violenza nelle relazioni di coppia, bullismo), ribellione e impulsività/mancanza di autocontrollo, nonché pensieri suicidari.

Tuttavia, alcuni adolescenti hanno evidenziato una scarsa conoscenza delle problematiche

legate alla salute mentale. Per esempio, alcuni hanno ignorato e/o negato l'esistenza di difficoltà psicologiche e psicosociali nell'adolescenza o la presenza di fattori di rischio per la salute mentale e il benessere degli adolescenti. È quindi importante che gli educatori e i giovani sviluppino una maggiore alfabetizzazione sulla salute mentale. Questo migliorerà la consapevolezza dei possibili segnali che indicano che gli adolescenti hanno bisogno di aiuto, incluso l'invio a specialisti della salute mentale.

1.3 Quali fattori contribuiscono negativamente alla salute mentale degli adolescenti nei loro principali contesti di vita?

Gli adolescenti hanno percepito la famiglia come una fonte di rischio soprattutto in termini di mancanza di comprensione e di supporto (carenza di attenzione, fiducia, sostegno emotivo, disponibilità, tempo e interesse per i problemi dei ragazzi; non accettazione e svalutazione), abuso e trascuratezza (relazioni intrafamiliari conflittuali, violenza psicologica e fisica), pratiche educative e confini inadeguati, pressione genitoriale (aspettative eccessivamente elevate, critiche, richieste), controllo (restrizioni eccessive e indebite, iperprotezione) e instabilità finanziaria.

I fattori di rischio scolastici individuati dagli adolescenti sono stati la pressione accademica (richieste elevate, troppi compiti a casa, gestione di più attività contemporaneamente, eccessivo uso della tecnologia, scadenze, verifiche e valutazioni, attenzione ai voti; troppe lezioni e troppe ore a scuola, mancanza di conoscenze pratiche o utili per la vita futura), la mancanza di attività diversificate o di attività extracurricolari, un ambiente ostile, insegnanti poco di supporto (scarso interesse personale), insegnanti denigratori (prendere in giro, urlare, umiliare, essere irrispettosi, ingiusti, giudicare e discriminare gli studenti); barriere economiche (pratiche discriminatorie nei confronti degli studenti sulla base della condizione economica, disparità nella qualità dell'istruzione tra scuole, strutture scolastiche inadeguate) e l'assenza di psicologi.

Anche i giovani inaffidabili, scoraggianti, competitivi, che bullizzano o pressano sugli altri per indurli a comportamenti inadeguati, sono stati considerati un rischio. Lo stesso vale per alcuni fattori personali, come la paura di fallire o la difficoltà nel comprendere la materia.

Le tecnologie digitali sono state percepite come una potenziale fonte di rischio: possono incidere negativamente sull'autostima, alimentare il bisogno di un'approvazione online, favorire forme di dipendenza e aumentare l'esposizione a cyberbullismo e molestie. Inoltre, possono contribuire a una distorsione della realtà e a problemi di sonno e di alimentazione, oltre che a stanchezza, agitazione e impazienza.

1.4 Quali dei principali fattori del contesto di vita degli adolescenti contribuiscono positivamente alla loro salute mentale e al loro benessere?

Gli adolescenti hanno indicato come fattori che favoriscono la salute mentale e il benessere il supporto della famiglia, degli amici, dei coetanei e degli insegnanti, anche in relazione al rendimento scolastico e alle decisioni sul proprio futuro, nonché la qualità delle relazioni con le persone che li circondano. In un contesto educativo e scolastico, sentirsi al sicuro e poter contare su servizi di supporto e su insegnanti attenti, capaci di offrire diverse opportunità di apprendimento e di aiutare gli studenti a imparare e a svilupparsi sul piano personale (conoscenza di sé, concetto di sé, autostima, abilità relazionali), sono stati identificati come fattori chiave per promuovere benessere e salute mentale. Inoltre, una visione positiva della vita, relazioni di sostegno con la famiglia, la scuola e i coetanei, una comunicazione efficace, il supporto emotivo, lo sviluppo della resilienza personale e scelte di vita sane, tra cui l'attività fisica regolare e la partecipazione ad attività ricreative, sono stati riconosciuti come fattori significativi che contribuiscono al miglioramento della salute mentale e del benessere degli adolescenti. Anche le tecnologie digitali sono state considerate una risorsa per la promozione della salute mentale, in quanto consentono di entrare in contatto con nuove idee e nuove persone, ottenere supporto sociale e condividere nuove esperienze.

1.5 Quali sono le barriere che rendono difficile per gli adolescenti cercare aiuto per le loro sfide con i problemi di salute mentale? Come si possono superare queste barriere?

Una delle difficoltà che gli adolescenti incontrano è dovuta alle barriere che percepiscono nel cercare aiuto, come lo stigma della salute mentale (società giudicante, problemi di immagine di sé), le norme di genere; le barriere individuali (ritiro, timidezza, mancanza di autostima, sentimenti di inferiorità e solitudine) e le barriere interpersonali (amici sbagliati a scuola, esclusione, emarginazione, sensazione di non essere importanti o di non essere compresi, mancanza di comunicazione per paura di essere giudicati, pressione sociale a conformarsi). Nonostante le difficoltà percepite nel chiedere aiuto, gli adolescenti erano più propensi a rivolgersi a un partner intimo (ad esempio, al fidanzato o alla fidanzata), nonché alle madri e agli amici. I coetanei e gli insegnanti sono stati indicati come persone improbabili a cui chiedere aiuto e gli incontri faccia a faccia sono stati il canale preferito dagli adolescenti per rivelare i propri problemi. È importante assicurarsi che gli interventi nel contesto scolastico contengano alcuni elementi relazionali e comunicativi per

aumentare la probabilità che gli adolescenti cerchino assistenza. Tali fattori potrebbero includere l'affidabilità, la comunicazione aperta, l'accessibilità per discutere i problemi, la comprensione, un atteggiamento non giudicante, il prendere sul serio il loro punto di vista, l'aiuto, la disponibilità e il tempo, la riduzione della pressione, l'apprezzamento e l'attuazione di attività che possano aiutarli ad affrontare meglio le sfide della salute mentale. Sebbene gli adolescenti abbiano riferito di utilizzare strategie individuali e interpersonali adattive per affrontare le difficoltà legate alla salute mentale e ottenere aiuto, alcune di queste strategie, come la distrazione, il divertimento e l'evitare di pensare ai problemi, possono essere preoccupanti.

1.6 Riflessioni e implicazioni per la pratica

La promozione della salute mentale e del benessere degli adolescenti dipende dall'eliminazione o dalla riduzione dei fattori di rischio e dal rafforzamento dei fattori di promozione e protezione all'interno dei loro contesti di vita. Queste riflessioni mirano a ispirare gli educatori a passare dalla teoria alla pratica, assicurando che la scuola diventi fondamentalmente una fonte di fattori di promozione e protezione, soprattutto nel contesto dell'implementazione di programmi di mentoring tra pari.

È fondamentale aumentare la consapevolezza che i programmi di peer mentoring (tutoraggio tra coetanei) all'interno del contesto scolastico dovrebbero essere percepiti come un approccio preventivo ai problemi di salute mentale e che i candidati preferenziali come mentee (i beneficiari del programma) dovrebbero essere adolescenti esposti a fattori di rischio, ma senza significativi problemi di salute mentale. Gli adolescenti con condizioni di salute mentale devono essere seguiti da specialisti della salute mentale; il peer mentoring potrebbe eventualmente svolgere un ruolo di supporto ma, in questo caso, dovrebbe essere inquadrato da tali professionisti. La disponibilità a offrire un sostegno continuo e una considerazione positiva dell'altro, la capacità di ascoltare e comprendere gli altri e l'empatia sono alcune caratteristiche auspicabili che possono essere considerate nella selezione degli adolescenti come peer mentors (tutor coetanei). I risultati suggeriscono anche l'importanza di definire il ruolo del peer mentor nella relazione tra mentor-mentee (non è un amico né un semplice coetaneo) e sembra preferibile un'interazione faccia a faccia.

I programmi di peer mentoring tra adolescenti sono stati considerati consensualmente un approccio importante per promuovere la salute mentale e il benessere degli adolescenti e favorire la ricerca di aiuto e la riduzione dello stigma. In letteratura è stata evidenziata la loro natura ecologica (ad esempio, integrata nell'ambiente scolastico degli adolescenti) e olistica (ad esempio, può coinvolgere diversi ambiti di vita, come il rendimento scolastico, le competenze personali, le reti sociali, il disadattamento psicologico e/o psicosociale e le loro relazioni).

1.7 Domande di riflessione per l'insegnante

1. Come insegnante, quali sono gli aspetti chiave su cui puoi investire per contribuire al benessere e alla salute mentale dei tuoi studenti?
2. Quali strategie puoi mettere in atto per prevenire l'impatto delle pressioni accademiche sulla salute mentale dei giovani?
3. Quanto è importante offrire ai tuoi studenti diverse opportunità di apprendimento?
4. Cosa pensi di poter fare per aumentare le possibilità che uno studente in difficoltà ti chieda aiuto?



Autori:

- Maria João Carapeto & Luísa Grácio (University of Évora)
- Alessia De Vita (VITECO)
- Alessia Vinci (PRISM)

Selezione per i mentori



2. Selezione per i mentori: un contributo

2.1 Domande introduttive

1. Quali caratteristiche dovrebbe possedere un adolescente per essere un mentore?
2. Come selezionare gli adolescenti per il ruolo di mentore?
3. Cos'è lo strumento di valutazione delle competenze online?









Parole chiave: analisi del mentore; selezione del mentore; mentoring tra coetanei adolescenti

2.2 Selezione dei mentori – una panoramica

Maria João Carapeto & Luísa Grácio
University of Évora







Un passo importante nella realizzazione di un programma di mentoring tra pari è stabilire dei criteri per accettare (e squalificare) dei candidati mentori, in modo da assicurare relazioni di tutoraggio efficaci e sicure. Kupersmidt et al. (2020) hanno raccomandato che la selezione degli adolescenti per diventare mentori fornisca informazioni riguardo molte dimensioni importanti all'interno di un programma di mentoring tra pari di successo, quali:

-  Atteggiamento positivo verso altri giovani;
-  Quanto si sentano a proprio agio nell'iniziare conversazioni con i coetanei;
-  Storia dell'aiuto verso gli altri (es., esperienze di volontariato all'interno della comunità o altre simili, anche informali);
-  Idealmente, avere due anni in più del/ dei mentee;
-  Avere impegni che non combacino con le attività di mentoring (in modo da essere disponibili);
-  Il potenziale del candidato di trarre beneficio dal mentoring per il proprio sviluppo personale e sociale.

Inoltre, gli autori sostengono i benefici della selezione di mentori con profili diversi, non solo di adolescenti eccellenti. Infatti, a volte, i giovani di grande successo in campo

accademico o in altri ambiti della vita possono avere maggiori difficoltà nel programmare le attività di mentoring, nel dare piena attenzione ai mentee, nell'empatizzare con i coetanei vulnerabili nelle aree in cui eccellono, e/o addirittura possono essere percepiti come modelli raggiungibili dai mentee. Quando questi adolescenti molto competenti vengono selezionati come mentori, risulta fondamentale lavorare con loro verso impegni precisi nei confronti del programma e delle relazioni di mentoring. Inoltre, come sostengono gli autori, a volte anche "i giovani che possono essere disconnessi dalla scuola" (Kupersmidt et al., 2020, p. 27) possono investire nella relazione di mentoring, fornire un aiuto efficace al mentee e avere importanti opportunità per promuovere un'identità più forte.

Nell'ambito del processo di selezione dei mentori, i candidati mentori dovrebbero compilare un modulo di candidatura scritto e partecipare a un colloquio individuale (seguendo un protocollo standardizzato) per accettarne la sicurezza e l'idoneità per fare da mentori a un altro giovane. Il colloquio è importante per valutare del candidato:

-  Esperienza e capacità di gestire le possibili sfide nella relazione di mentoring (es., mentee non collaborativi o disinteressati);
-  Disponibilità a chiedere aiuto e supporto, se necessario;
-  Motivazione/i per il volontariato come mentore;
-  Aspettative sul programma di mentoring;
-  Gestione del tempo dedicato al programma di mentoring, in modo da bilanciarlo in modo efficace con altre responsabilità personali e il rapporto con altri mentori nel programma;
-  Altre possibili domande e dubbi sul programma.

Tra le raccomandazioni più avanzate per la selezione dei mentori vi sono colloqui e verifica delle referenze di altre persone che conoscono meglio il candidato a diventare mentore. Possono anche essere controllati aspetti come i precedenti penali e l'interesse a mantenere i contatti con il/i mentee durante i periodi di vacanza.

Oltre al modulo di domanda e al colloquio individuale, si possono utilizzare anche altri strumenti basati sull'evidenza per valutare particolari abilità cruciali nelle relazioni di mentoring tra pari.

2.3 Online Skills Assessment Tool (OSAT)

Maria João Carapeto & Luísa Grácio

University of Évora

L'OSAT è uno strumento sviluppato nel contesto del progetto Stronger Youth e incluso nel sito web del progetto (<https://strongeryouth.eu/osat-platform/>). È stato ideato per fornire una breve valutazione di alcune competenze chiave di cui un mentore adolescente ha bisogno per essere efficace nel suo ruolo di supporto ai mentee coetanei per rafforzare le loro competenze socio-emotive e la loro salute mentale. Gli obiettivi dell'OSAT sono:

- 👤 Fornire informazioni sulle competenze socio-emotive rilevanti degli adolescenti candidati come mentori, che potrebbero aiutare il processo di selezione dei mentori;
- 👤 Fornire agli adolescenti uno strumento per l'auto-esplorazione e la promozione della conoscenza di sé.

La preparazione di questa versione sperimentale dello strumento è stata condotta dal team dell'Università di Évora (Portogallo), con la collaborazione di tutti gli altri partner di Stronger Youth, ed è stata informata da:

- 👤 Raccomandazioni basate sull'evidenza per la selezione dei candidati mentori adolescenti (es., Kupersmidt et al., 2020);
- 👤 Conclusioni della precedente revisione bibliografica del progetto Stronger Youth e della ricerca empirica sui problemi di salute mentale e sulle risorse degli adolescenti, condotta in sei Paesi europei (Repubblica Ceca, Italia, Polonia, Portogallo, Romania e Spagna; Carapeto et al., 2024), che ha suggerito la rilevanza di considerare i candidati mentori adolescenti:
 - 👤 La conoscenza (e l'empatia) dei problemi degli adolescenti, le competenze socio-emotive e l'alfabetizzazione alla salute mentale;
 - 👤 La disponibilità a offrire un supporto continuo, faccia a faccia e una considerazione positiva dell'altro, nonché le capacità di ascoltare e comprendere gli altri;
 - 👤 capacità di autoaffermazione e di strutturazione della relazione mentore-mentee.
- 👤 L'esperienza di tutti i partner del progetto Stronger Youth, attraverso un processo Delphi per la selezione delle dimensioni da considerare e degli elementi da includere nell'OSAT;
- 👤 Gli strumenti già approvati per la valutazione di diverse abilità socio-emotive degli adolescenti.

Questa prima versione dell'OSAT raccoglie informazioni sulle competenze degli adolescenti in cinque ambiti cruciali per rendere un mentore efficace:



- **Concentrarsi sull'altro**, o la capacità di essere empatici in una relazione: capire, sentirsi come l'altro e la disponibilità ad aiutare gli altri nel bisogno;



- **Conoscenza di sé (Se stesso)**, in particolare la conoscenza di abilità, come la riflessione e la risoluzione dei problemi, e di quanto si sia considerati dagli amici come persone che aiutano.



- **Abilità comunicative**, sulle abilità fondamentali dell'ascolto attivo e dell'assertività.



- **Alfabetizzazione sulla salute mentale**, in particolare le convinzioni e gli atteggiamenti generali sui problemi psicologici.



- **Responsabilità sociale**, in termini di comprensione personale del proprio ruolo nell'aiutare gli altri in difficoltà.

Pertanto, l'OSAT comprende 15 voci, tre per ambito, a cui gli adolescenti devono attribuire un punteggio da 1-mai a 6-sempre. Per ogni ambito si ottiene un punteggio da 3 a 18 sommando i punteggi delle rispettive voci, in modo che il punteggio più alto corrisponda a una migliore abilità. Dopo che l'adolescente risponda a ciascuna delle voci e, sulla base dei punteggi ottenuti, la piattaforma fornisce feedback qualitativi in base al livello (basso, medio o alto) delle competenze in ciascuno delle cinque sezioni. Questo feedback, che menziona anche le aree di miglioramento, può essere utilizzato dall'educatore per completare la propria valutazione dell'idoneità del candidato mentore. La tabella 1 mostra il contenuto del feedback per ambito socio-emotivo e il livello di competenza.

Tabella 1

Feedback agli adolescenti dopo la compilazione dell'OSAT, per ambito socio-emotivo e livello di competenza.

Ambito	Punteggio	Feedback
Concentrarsi sull'altro	Basso	Potresti aver bisogno di impegnarti di più per capire le emozioni degli altri. Questo è molto importante per lo sviluppo personale e per migliorare le relazioni con gli altri.
	Medio	Alcune volte riesci già a comprendere le emozioni degli altri. Migliorare ancora di più è molto importante per il proprio sviluppo personale e per relazionarsi bene con gli altri ed essere in grado di aiutarli.
	Alto	Sembra ci sia una forte tendenza a capire gli altri, ad aiutarli e a farli sentire meglio quando non si sentono bene. È una buona qualità che aiuta a costruire buoni rapporti con gli altri.
Me stesso	Basso	Potresti aver bisogno di migliorare la fiducia degli altri in te, di capire meglio che i problemi hanno una soluzione e di pensare prima di agire. Sviluppare queste abilità è molto vantaggioso personalmente e per le relazioni con gli altri.
	Medio	Hai già una certa fiducia negli amici, una certa capacità di risolvere i problemi e di pensare prima di agire. Sviluppare ulteriormente queste capacità è molto vantaggioso personalmente e per le relazioni con gli altri.
	Alto	Sembri una persona di cui ci si può fidare, che si concentra sulla risoluzione dei problemi e che sa pensare prima di agire. Queste caratteristiche sono molto positive per te e per le relazioni con gli altri.
Abilità comunicative	Basso	Potrebbe essere utile ascoltare di più gli altri e cercare di capirli senza giudicarli. È bene imparare a esprimere le proprie esigenze e opinioni senza sentirsi ansiosi o arrabbiati, anche quando gli altri hanno opinioni diverse dalle tue. Sviluppando queste abilità comunicative, si può migliorare il rapporto con sé stessi e con gli altri.
	Medio	Hai già una certa capacità di ascoltare gli altri e di capirli senza esprimere giudizi. A volte sei in grado di esprimere i tuoi bisogni e le opinioni con rispetto, anche se gli altri hanno opinioni diverse dalle tue. Continua a sviluppare queste capacità e sarai in grado di migliorare il rapporto con te stesso/a e con gli altri.
	Alto	Sembra che tu sappia ascoltare e capire gli altri senza giudicarli e come esprimere le tue esigenze e opinioni rispettandoli. Si tratta di abilità molto importanti che aiutano a stabilire buone relazioni con gli altri e con sé stessi.

Alfabetizzazione sulla salute	Basso	Potrebbe essere utile saperne di più sulla salute psicologica e capire l'importanza di chiedere aiuto.
	Medio	Sei sulla buona strada per capire che i problemi psicologici possono capitare a tutti e che è importante chiedere aiuto per risolverli. Tuttavia, ci sono ancora molte cose importanti da imparare.
	Alto	Sembra che tu abbia capito che avere problemi psicologici è qualcosa che può capitare a chiunque e che è importante chiedere aiuto per risolverli. Tuttavia, ci sono ancora molte cose importanti da imparare.
Social responsibility	Basso	Forse avresti bisogno di essere più consapevole del fatto che il tuo comportamento ha un effetto su quello degli altri e che è importante essere sensibili con altri cercando di aiutarli quando ne hanno bisogno. Questo è qualcosa che puoi fare.
	Medio	Sai già che il tuo comportamento ha un effetto su quello degli altri, che è importante agire in modo responsabile e che bisogna essere sensibili con gli altri e cercare di aiutarli quando ne hanno bisogno. Continua a migliorare questi aspetti.
	Alto	Sei pienamente consapevole che il tuo comportamento ha un effetto su quello degli altri, che bisogna agire in modo responsabile ed essere sensibili con gli altri, cercando di aiutarli quando ne hanno bisogno. Dimostri già una certa maturità, valori e responsabilità sociale.

In sintesi, l'OSAT può essere utile per raccogliere e aggregare informazioni sulle competenze socio-emotive importanti per il ruolo di mentore tra pari. Nel processo di selezione del mentore, esse dovrebbero essere considerate sia insieme a quelle menzionate in precedenza, che a quelle ottenute attraverso: a) un modulo di domanda iniziale; b) colloquio individuale (protocollo standardizzato) condotto dall'educatore responsabile del programma di mentoring tra pari. Queste fasi di selezione devono essere effettuate dopo aver ottenuto il consenso informato scritto dell'adolescente e dei loro tutori legali a partecipare al programma Stronger Youth.

Allo stesso tempo, l'OSAT può essere utilizzato da ogni altro adolescente come un mezzo per migliorare l'autoesplorazione e la conoscenza di sé.

Questa versione dello strumento e la sua fattibilità saranno prima valutate nel contesto del programma di mentoring Stronger Youth.

2.4 Selezione di mentori – step pratici

Alessia Vinci
PRISM

Il processo di selezione può essere implementato adattando tutte le fasi in base a ciascun contesto locale unico e diverso. Tuttavia, qui di seguito sono elencati alcuni passaggi fondamentali che possono garantire il successo di questo processo, proteggendo al tempo stesso i dati degli alunni secondo la politica GDPR dell'UE.

01

Step 1 – Implementazione dell'OSAT in classe

Allo scopo di selezionare i mentori, nel rispetto della politica GDPR, il questionario OSAT deve essere svolto a scuola, utilizzando i computer scolastici. Per svolgere questa attività non è permesso utilizzare nessun dispositivo personale (smartphone, tablet, cellulare). L'utilizzo dei dispositivi pubblici garantisce che l'indirizzo IP pubblico non possa essere ricondotto al singolo alunno che effettua il test. Prima di svolgere l'attività, gli studenti dovranno essere muniti di una Dichiarazione di Consenso (che descrive le finalità del progetto e dell'attività stessa) che riconsegneranno ai docenti firmata dai loro genitori o da chi ne fa le veci (se minorenni) o da loro stessi (se maggiorenni).

02

Step 2 – Selezione dei mentori

Una volta avviato l'OSAT, la piattaforma genererà automaticamente un codice identificativo temporaneo per gli utenti che eseguono il questionario.

Una volta terminato il questionario, gli studenti dovranno stampare i loro risultati (riconosceranno i loro questionari grazie al codice identificativo), scrivere il loro nome e consegnarli ai docenti. I dati stampati consentono di rispettare il GDPR.

L'insegnante selezionerà i mentori grazie alle copie stampate e alle riflessioni fatte individualmente con gli studenti.

Durante la fase di svolgimento del progetto, i mentori selezionati riceveranno un modulo di consenso (che consentirà loro di partecipare anche in seguito) che restituiranno firmato dai genitori o dai tutori (se minorenni) o da loro stessi (se maggiorenni).

03

Step 3 – Ulteriore utilizzo della piattaforma (al di fuori del progetto)

L'OSAT può essere utilizzato come strumento di supporto per tutti gli insegnanti che vogliono implementare i principi del progetto Stronger Youth.

Per un ulteriore utilizzo al di fuori del progetto, gli insegnanti devono seguire i passaggi sopra descritti (al fine di rispettare il GDPR e le norme sulla Privacy e garantire l'anonimato dei dati virtuali dei ragazzi) ad eccezione della fase finale relativa alla partecipazione degli studenti alle altre attività del progetto.

2.5 La piattaforma OSAT nel sito web del progetto Stronger Youth

Alessia De Vita
VITECO

L'OSAT, o Online Skill Assessment Tool, un'applicazione web interattiva sviluppata per valutare le abilità sociali dei giovani, è accessibile online, al sito [Strongeryouth website](#), all'interno della sezione dedicata, e offre agli utenti un modo comodo per confrontarsi e utilizzare il loro percorso di sviluppo personale.

Il questionario presenta una serie di domande con delle relative risposte, a sua volta con diversi gradi di punteggio (che non vengono visualizzati sullo schermo). Questo è fondamentale per costruire lo sviluppo tecnico dell'OSAT. Il principio è chiamato "Logica Condizionale". Lo strumento presenterà all'utente una serie di domande e ogni risposta fornita corrisponderà a un peso/grado specifico. Il peso delle risposte sarà poi sommato per generare un punteggio e, attraverso l'applicazione delle complesse logiche condizionali, lo strumento genererà un risultato specifico.

Il principio permette all'OSAT di fornire dei feedback alla fine del questionario. La diversificazione delle risposte e dei punteggi produrrà una visualizzazione a colori diversa, in base al tipo di feedback attribuito.

Lo sviluppo tecnico dell'OSAT inizia con una breve introduzione che descrive l'obiettivo, il gruppo target e l'utilizzo.

Lo sviluppo della struttura interna è presentato in cinque ambiti, ciascuno con alcuni approfondimenti sul tema. La gamma di risposte va da "Mai" a "Sempre".

Più in dettaglio:



Mai



Raramente



Alcune volte



Occasionalmente



Molto



Sempre

All'inizio dell'OSAT, comparirà un disclaimer con le informazioni progettuali. Esso chiarirà le finalità del progetto e dello strumento, precisando che l'OSAT viene utilizzato nel rispetto del GDPR e della normativa sulla privacy grazie alle relative linee guida e all'anonimato garantito dalla piattaforma stessa.

Seguono il testo del disclaimer e la relativa casella di spunta per acconsentire al trattamento dei dati, che è fondamentale indicare che verranno raccolti nel database di VITECO solo a scopo analitico.

“Nell’ambito del progetto STRONGERYOUTH (Programma Erasmus+, Progetto n. 2023-1-IT03-KA220-YOU-000159325), i dati raccolti attraverso i test di autovalutazione delle competenze sono completamente anonimi e saranno utilizzati esclusivamente per scopi di ricerca e sviluppo relativi al progetto.

Tali dati non consentono l’identificazione diretta o indiretta dei partecipanti e saranno trattati nel rispetto del Regolamento (UE) 2016/679 (GDPR). I dati saranno conservati solo per la durata del progetto e saranno definitivamente cancellati al suo termine.”

“Proseguendo con il test, confermo di aver letto la seguente notifica e accetto il processo dei dati personali nel rispetto dei termini sopra elencati.”

La compilazione del questionario è abbastanza semplice e comprensibile.

Una volta che l'utente clicca su “Start”, il computer genererà un codice casuale, che sarà associato al questionario compilato. Dopo aver risposto a tutte le domande dell'OSAT, che consiste nello scegliere la risposta che meglio rappresenta l'identificazione personale con la situazione delineata nella domanda, al termine lo studente stamperà, tramite l'apposita funzione nella piattaforma, il feedback ricevuto.

2.6 Domande per la riflessione

1. Due dei tratti distintivi dei programmi di mentoring, rispetto ad altri programmi di mediazione tra pari, sono l'obiettivo e l'aspettativa che sia il mentore che il mentee sviluppino le proprie capacità durante il processo. Tenendo presente questo aspetto, quali pensi che siano le qualità più importanti per un mentore adolescente?
2. Quali sono i rischi di selezionare i mentori principalmente o quasi esclusivamente sulla base del loro andamento scolastico?
3. Come associare l'OSAT a un protocollo di intervista per raccogliere le informazioni più rilevanti per selezionare i mentori adolescenti?



Autore: Adam Gogacz (FRAME)

L'insegnante come facilitatore



3. L'insegnante come facilitatore

3.1 Domande introduttive

1. Qual è il ruolo del l'insegnante moderno nella scuola? È ancora un "trasmettitore" di conoscenze?
2. Come possiamo creare un ambiente in cui gli alunni lavorano nel modo più efficace?
3. Che cos'è la *peer education* (educazione tra pari) e quale ruolo svolge l'insegnante al suo interno?



Il ruolo del l'insegnante è evoluto notevolmente nel XXI secolo. Il modello tradizionale in cui era il principale fornitore di conoscenze sta lasciando spazio a un ruolo più dinamico e completo, quello di facilitatore. Un facilitatore è qualcuno che sostiene l'apprendimento, ispira, promuove l'autonomia e aiuta gli studenti a sviluppare il loro potenziale in modo personalizzato. L'insegnante moderno non si limita a trasmettere conoscenze, ma supporta anche lo sviluppo delle competenze sociali, emotive e mentali degli studenti. Egli assume quindi il ruolo di guida e organizzatore di un contesto chiamato ambiente di apprendimento, in cui i giovani trovano opportunità e motivazione per imparare.

3.2 Creare un ambiente di apprendimento che favorisca lo sviluppo

L'insegnante-facilitatore è responsabile della creazione di un ambiente di apprendimento che sostenga lo sviluppo degli studenti su più livelli. Dovrebbe creare uno spazio che favorisca l'apertura, la creatività e la collaborazione. Attraverso metodi di insegnamento moderni, come le metodologie di lavoro per progetti, l'apprendimento basato su problemi o l'uso della tecnologia, l'insegnante aiuta gli studenti a sviluppare il pensiero critico e le capacità di risolvere i problemi in modo autonomo. Un ambiente di questo tipo non solo supporta l'acquisizione di conoscenze, ma rafforza anche il senso di responsabilità rispetto al proprio processo di apprendimento. Affinché i giovani possano crescere e svilupparsi, un tale ambiente dovrebbe essere inclusivo, cioè soprattutto sicuro e di supporto.

Le sfide odierne, come i problemi di salute mentale dei giovani, richiedono che l'insegnante sia estremamente sensibile ed empatico. L'insegnante-facilitatore svolge un ruolo fondamentale nel creare in classe un'atmosfera di sicurezza e fiducia. È la persona a cui gli



studenti possono rivolgersi con i loro problemi e che può individuare segnali preoccupanti che indicano situazioni emotive difficili. Tuttavia, è importante che si ricordi che non può agire da solo. È necessaria la collaborazione sinergica di tutti i soggetti coinvolti nel contesto educativo. Collaborando con i genitori, educatori e psicologi scolastici, l'insegnante può sostenere i giovani nell'affrontare le difficoltà, promuovendo al contempo la salute mentale e prendendosi cura del benessere dei propri studenti.

Essere un insegnante-leader richiede molta sensibilità, ma oggi ci sono molte tecniche e modalità per supportare questo nuovo ruolo. Ad esempio, si può suddividere l'ambiente di apprendimento in quattro tipologie, in base a due fattori principali: se l'insegnante è direttamente presente nel processo di apprendimento o lascia spazio al lavoro autonomo, e se si tratta di lavoro individuale o di gruppo.




— **Nel lavoro individuale con la presenza dell'insegnante**, quest'ultimo assume il ruolo di mentore. Motiva l'apprendimento, ma allo stesso tempo affianca e sostiene lo studente in modo individuale. A volte è sufficiente un colloquio uno a uno, che dopotutto non richiede molto tempo e permette non solo di individuare il problema dello studente, ma anche di scegliere un percorso di sviluppo individuale adeguato.



— **Nel lavoro di gruppo con la presenza dell'insegnante**, quest'ultimo è più simile a un coach che motiva l'impegno comune, guida il gruppo e, a seconda del compito, lavora con il gruppo oppure lo istruisce. In questo tipo di contesto è molto utile costruire una relazione di autorevolezza, fungendo da modello di riferimento che mostri al gruppo come agire e quale atteggiamento adottare.



— **Il lavoro individuale dello studente senza la presenza diretta dell'insegnante** è altrimenti noto come autoapprendimento. Con una scelta adeguata di materiali, tempi e motivazioni all'azione (positive, non negative!), lo studente arriva autonomamente alla soluzione di un problema o assimila conoscenze. La creazione di un ambiente di questo tipo richiede, da parte dell'insegnante, una buona conoscenza dello studente. I fattori più importanti da considerare sono:

 **Le capacità cognitive** (i compiti assegnati non devono essere né troppo difficili, perché lo studente non riuscirebbe a svolgerli, né troppo facili, perché si annoierebbe e non li svolgerebbe);

 **Il modo in cui organizza il proprio lavoro** (uno studente che non sa organizzare le proprie attività non dovrebbe avere piena libertà su cosa

e quando lavorare: è meglio assegnare compiti molto specifici, brevi e con una scadenza ravvicinata);



Le possibilità organizzative di lavorare autonomamente (a volte, per vari motivi, ad esempio economici, gli studenti non hanno le condizioni per lavorare a casa da soli, sarebbe bene fornire loro la possibilità di farlo a scuola.



— **Il lavoro di gruppo senza la presenza diretta dell'insegnante** è il tipo di ambiente di apprendimento che, per la natura del progetto **Stronger Youth**, ci interessa maggiormente. In questo caso, l'insegnante assegna il compito e monitora l'andamento del gruppo. Si tratta di un tipo di contesto educativo tipico della metodologia del progetto, ma anche della *peer education* (educazione tra pari).

3.3 Educazione tra pari

La *peer education*, ossia l'educazione tra pari, cioè coetanei, è un metodo in cui gli studenti imparano gli uni dagli altri lavorando insieme e scambiandosi esperienze. In questo processo, l'insegnante-facilitatore svolge un ruolo di coordinamento, sostenendo gli studenti nel costruire relazioni basate sulla fiducia e sulla cooperazione. Creando le condizioni per il lavoro di gruppo, organizzando discussioni e progetti di gruppo, l'insegnante aiuta gli studenti a sviluppare competenze sociali come la comunicazione, l'empatia e la capacità di risolvere i conflitti. La *peer education* non solo promuove un apprendimento più efficace, ma crea anche legami tra gli studenti, con un impatto positivo sull'atmosfera della classe.

Uno dei fattori determinanti e, allo stesso tempo, una caratteristica della *peer education* è che gli alunni del loro ambiente utilizzano gli stessi codici di comunicazione. È più facile per loro stabilire una relazione tra pari e quindi trasmettere informazioni o acquisire competenze. Spesso accade che la *peer education* alleggerisca in modo significativo il lavoro dell'insegnante con il gruppo classe, perché lo studente più competente può assumere il ruolo di "assistente" e "tradurre" per quei compagni che hanno difficoltà di comprensione.

3.4 L'insegnante come leader e guida - implicazioni pratiche

L'insegnante nel ruolo di leader è una figura autorevole, intesa come modello di riferimento e guida per i propri studenti. Attraverso il suo atteggiamento, l'impegno e la capacità di costruire relazioni, ispira gli studenti a raggiungere i propri obiettivi. Il leader in classe non solo guida, ma ascolta e coinvolge gli studenti nel prendere decisioni riguardo al processo di apprendimento. La democratizzazione della vita di classe, se accompagnata

da una chiara attribuzione di responsabilità per le decisioni prese dagli studenti, favorisce fortemente la motivazione, insegna il senso di responsabilità, l'autonomia e il pensiero critico, includendo la capacità di prevedere le conseguenze delle proprie azioni o di quelle altrui. Un aspetto importante dell'essere leader è anche la capacità di motivare gli studenti e riconoscerne i bisogni e i talenti individuali. Ciò include la supervisione del processo di pianificazione che richiede la scelta di attività più semplici e facili all'inizio, mentre quelle più complesse emergeranno durante lo sviluppo del processo. È tuttavia importante che questa pianificazione e selezione non siano effettuate dall'educatore, indipendentemente dal fatto che sia uno specialista. Devono essere effettuate dagli studenti, poiché in questo modo non solo svilupperanno le loro capacità pedagogiche, di previsione e di organizzazione, ma costruiranno anche il senso di responsabilità verso se stessi e gli altri. Il ruolo più difficile di un leader, tuttavia, è quello di lasciare spazio all'attività autonoma degli studenti, ove possibile. Ciò implica osservare e monitorare il processo delle attività tra pari e intervenire solo quando è strettamente necessario o quando gli studenti stessi lo richiedono. È difficile perché gli insegnanti sono abituati ad avere un ruolo guida a scuola e spesso non riescono a "lasciare il campo" agli studenti, permettendo loro di agire in modo completamente autonomo. Questo aspetto è anche legato al complesso processo di monitoraggio, che deve essere attento ma discreto. Del monitoraggio parleremo nelle prossime sezioni della guida.

3.5 Domande di riflessione per l'insegnante

1. Qual è il ruolo di un insegnante leader?
2. Come si crea un ambiente educativo in cui gli studenti possano esprimere appieno il loro potenziale?
3. Qual è il ruolo dell'insegnante nella peer education?
4. Perché la *peer education* non è solo efficace, ma può portare benefici anche all'insegnante stesso/a?





STRONGER YOUTH

Autore: Alessandra Fiorilla
(PRISM Impresa sociale s.r.l.)

Peer Mentoring



4. Peer Mentoring- L'idea

4.1 Domande introduttive

1. In che modo il peer-mentoring può sostenere la salute mentale dei giovani?
2. Quali sono i ruoli chiave di un mentore e di un mentee nel peer-mentoring incentrato sul benessere emotivo?
3. Quali strategie potete mettere in atto per guidare efficacemente sia i mentori che i mentee nei loro ruoli?
4. Come pensi di definire i confini per garantire una relazione di mentoring sana, che promuova la crescita e la comprensione?



4.2 Comprendere le basi del tutoraggio tra pari

Il *peer-mentoring* è un approccio di sostegno alla salute mentale che mette in contatto i giovani con coetanei che comprendono le loro difficoltà. Promuovendo la fiducia e riducendo lo stigma, i peer-mentor creano spazi sicuri per conversazioni aperte, incoraggiando la resilienza e la crescita emotiva.

4.3 In che modo il peer-mentoring può sostenere la salute mentale dei giovani?

Il *peer-mentoring* offre un approccio unico e informale al sostegno della salute mentale dei giovani, promuovendo relazioni basate sulla fiducia, l'empatia e la comprensione reciproca. Creando un ambiente non gerarchico, aiuta a eliminare lo stigma spesso associato alla ricerca di aiuto da parte di adulti o professionisti. Questo quadro di supporto consente ai giovani di confidarsi con coetanei che stanno affrontando sfide simili, rendendo più facile discutere apertamente delle loro difficoltà.

Dotati di strumenti di supporto per la salute mentale, i mentori condividono le proprie esperienze, il che crea fiducia e incoraggia i mentee a esprimere ciò che provano. Iniziative come la serie di podcast "Do You Dream?" e il discorso TEDx di Taylor Schad dimostrano ulteriormente come il *peer-mentoring* favorisca un senso di comunità. Queste piattaforme consentono agli studenti di condividere le proprie vulnerabilità e di normalizzare le conversazioni sulla salute mentale, aiutandoli a sentirsi meno isolati.

Inoltre, il *peer-mentoring* aiuta a affrontare più serenamente le transizioni di vita, in

particolare nei contesti educativi. Le ricerche indicano che i mentori aiutano i nuovi studenti a integrarsi sul piano sociale e scolastico, riducendo significativamente il senso di isolamento e il rischio di abbandono. Gli effetti positivi del peer-mentoring sono ben documentati sia per i mentori che per i mentee. I mentori spesso sperimentano un miglioramento delle capacità di ragionamento, una maggiore autostima e un aumento di empatia e competenze nella gestione dei conflitti. Nel frattempo, i mentee beneficiano di migliori risultati scolastici, competenze sociali più sviluppate e maggiore autoefficacia, insieme a una diminuzione dei problemi comportamentali.

In sintesi, il *peer-mentoring* è un potente strumento di supporto alla salute mentale: crea spazi sicuri in cui i giovani possono entrare in contatto, ridurre lo stigma e costruire la resilienza attraverso esperienze condivise con chi li comprendono veramente.


4.4 Quali sono i ruoli chiave dei mentori e mentee nel peer-mentoring per il benessere emotivo?


Nelle relazioni di *peer-mentoring* incentrate sul benessere emotivo, sia i mentori che i mentee svolgono ruoli cruciali, contribuendo ciascuno a creare un ambiente di sostegno e arricchimento. La comprensione di questi ruoli aiuta a ottimizzare l'esperienza di mentoring, favorendo la crescita e la resilienza emotiva dei giovani.




Ruolo e responsabilità del mentore

I mentori sono in genere persone che hanno superato sfide simili, il che consente loro di relazionarsi in modo autentico con le esperienze dei mentee. Le loro responsabilità principali includono

 **Ascolto attivo:** i mentori offrono uno spazio sicuro e privo di giudizi in cui i mentee possono esprimere liberamente i loro sentimenti e le loro preoccupazioni. Questo ascolto è fondamentale per creare fiducia e stabilire una solida relazione.

 **Empatia e sostegno:** i mentori efficaci dimostrano empatia, aiutando i mentee a sentirsi compresi e valorizzati. Validano le emozioni dei mentee, promuovendo un senso di appartenenza e sicurezza.

 **Condivisione delle risorse:** i mentori condividono strategie di coping, strumenti e risorse derivanti dalle proprie esperienze. Per esempio, il podcast "Do You Dream?" evidenzia come i mentori guidino i loro coetanei attraverso difficoltà emotive, offrendo consigli pratici che li aiutano a gestire lo stress e l'ansia.



Incoraggiare l'autonomia: oltre a offrire supporto, i mentori aiutano i mentee a sviluppare capacità di problem solving e di resilienza. Li incoraggiano a fissare obiettivi personali e a lavorare per raggiungerli, promuovendo un senso di responsabilità al proprio benessere emotivo.

L'importanza della mentorship in tempi di crisi è evidenziata nel discorso TEDx di Taylor Schad. Dopo aver subito una perdita significativa nella sua comunità scolastica, ha avviato il progetto *Cobbler 2 Cobbler*, in cui i mentori hanno fornito agli studenti gli strumenti per affrontare situazioni complesse legate alla salute mentale. Questo sottolinea il ruolo critico dei mentori nel fornire sostegno emotivo, soprattutto nei periodi più difficili.



Ruolo e responsabilità del mentee

Anche i mentee hanno responsabilità specifiche che aumentano l'efficacia della relazione di mentoring:



Disponibilità ad accettare supporto: i mentee sono incoraggiati a condividere in modo sincero emozioni e difficoltà. Questa apertura è essenziale per costruire un legame significativo con il mentore.



Partecipazione attiva: i mentee dovrebbero partecipare attivamente alle conversazioni, mostrando disponibilità a ricevere feedback e

a imparare dai mentor. Questo coinvolgimento rende l'esperienza più efficace e favorisce una crescita reciproca.



Definizione di obiettivi personali: collaborando con i mentori, i mentee devono identificare e fissare obiettivi personali per il loro sviluppo. Questo processo di definizione degli obiettivi aiuta i mentee a concentrarsi sulla loro crescita emotiva e fornisce una direzione per il loro percorso.



Rispetto dei confini: i mentee devono comprendere e rispettare i confini stabiliti all'interno della relazione di mentoring. Questo rispetto garantisce un ambiente sicuro e solidale, fondamentale per un mentoring efficace.

Nella serie "Do You Dream?", gli studenti riflettono sulle loro difficoltà emotive e sottolineano come il programma di mentoring li aiuti a dare voce alle proprie sfide. Ciò evidenzia l'importanza della partecipazione attiva nel processo: i mentee che si coinvolgono in modo significativo hanno maggiori probabilità di beneficiare del supporto ricevuto.

4.5 Quali strategie poter attuare per guidare efficacemente sia i mentori che i mentee nel loro ruolo?

The B.E.S.T. Model

Orientarsi nel percorso di mentoring può essere arricchito utilizzando il modello B.E.S.T., che descrive le quattro fasi chiave di una relazione di mentoring: **Building** (costruire), **Enhancing** (potenziare), **Sustaining** (mantenere) e **Transitioning** (transizione). Comprendere queste fasi aiuterà sia i mentor sia i *mentee* a guidarsi efficacemente a vicenda nei rispettivi ruoli.

La **Costruzione** è la fase iniziale in cui si gettano le basi per la fiducia. È fondamentale affrontare questa fase con coerenza, autenticità e apertura mentale. Prenditi il tempo necessario per presentarti con sicurezza, imparare a pronunciare il nome del tuo mentee e promuovere gli interessi reciproci. Questo primo contatto definisce il tono della relazione.

Una volta instaurata la relazione, si passa alla fase di **Potenziamento**, che si concentra sulla definizione degli obiettivi e sull'approfondimento delle discussioni. Questa è l'occasione per il mentee di esprimere le proprie ambizioni, quindi è importante ascoltare attivamente e astenersi dall'imporre i propri obiettivi. Incoraggialo a esplorare i suoi interessi e aiutalo a individuare traguardi chiari e realistici.

Quando la relazione matura, si entra nella fase di **Mantenimento**. La fiducia è più forte e le conversazioni diventano più personali e aperte. Tuttavia, questo nuovo comfort può anche portare delle sfide. È essenziale valutare periodicamente i progressi compiuti insieme, rivalutare gli obiettivi e negoziare le aspettative per mantenere vivo il percorso.

Infine, nella fase di **Transizione**, la preparazione al cambiamento è fondamentale. Discutete apertamente del futuro della vostra relazione, celebrando i risultati raggiunti e chiarendo i passi successivi. Assicurati che sia tu che il tuo mentee sentiate un senso di chiusura, concludendo la relazione in modo positivo e confermando la possibilità di mantenere un legame nel tempo.

Seguendo il modello B.E.S.T., mentori e mentee possono percorrere il loro viaggio con chiarezza e consapevolezza, favorendo in ultima analisi un'esperienza di mentoring gratificante e produttiva.

Suggerimenti per instaurare la fiducia

Stabilire la fiducia è essenziale per il successo di una relazione di mentoring. Ecco alcuni consigli pratici per aiutare i mentori a costruire questa fiducia con i loro mentee:

- 1 Sii coerente:** fai in modo che le tue azioni siano in linea con le tue parole. Se ti impegni a fare qualcosa, mantieni la promessa. Essere affidabili aiuta il mentee a sentirsi sicuro nella relazione.
- 2 Mostra rispetto reciproco:** riconosci che entrambi provenite da contesti ed esperienze diverse. Evita di imporre le tue convinzioni o di spingere il mentee in situazioni scomode.
- 3 Sii di supporto:** utilizza un linguaggio incoraggiante ed evita commenti sminuenti. Dimostra di essere dalla sua parte, indipendentemente dalle difficoltà che affronta.
- 4 Pratica l'ascolto attivo:** presta attenzione agli interessi e alle preoccupazioni del mentee. Ascolta più di quanto parli e offri consigli solo quando ti vengono richiesti espressamente.
- 5 Lasciali condurre:** lascia che sia il tuo mentee a guidare la conversazione e a stabilire gli obiettivi. Questo lo responsabilizza e rafforza l'idea che i suoi pensieri e le sue emozioni contano.
- 6 Sii presente:** durante il tempo trascorso insieme, sii attento e coinvolto. Il mentee deve sentirsi al centro della tua attenzione.
- 7 Divertitevi:** non dimenticare di goderti il processo! Costruire un buon rapporto attraverso attività condivise può rendere più facile affrontare in seguito temi più complessi.
- 8 Sii realistico:** stabilisci obiettivi raggiungibili ed evita di prendere impegni che richiedano troppo tempo, denaro o sforzo. Questo aiuta a mantenere un approccio pratico alla relazione di mentoring.
- 9 Sii autentico:** non cercare di interpretare un ruolo per entrare in sintonia con il mentee. Essere sé stessi è il modo migliore per favorire fiducia e comprensione.

4.6 Riflessione e applicazioni pratiche

Queste riflessioni mirano a guidare gli educatori nel passaggio dalla teoria alla pratica, assicurando che il *peer mentoring* sia integrato in modo efficace nei loro sistemi di supporto per i giovani.

1. Quali azioni puoi intraprendere per promuovere, nel tuo contesto, i ruoli e le responsabilità di *mentor* e *mentee*?
2. Come comunicherai l'importanza dei limiti e dei confini sia ai *mentor* sia ai *mentee*?
3. In che modo puoi raccogliere e condividere storie di successo del tuo programma





di *mentoring*?

4. Come puoi creare un ambiente di supporto che incoraggi il dialogo aperto tra gli studenti?



STRONGER YOUTH

5. Set di Attività



5. Set di Attività

5.1 Domande introduttive

1. Qual è il ruolo dell'insegnante nel promuovere lo sviluppo sociale e personale degli adolescenti?
2. Come può un insegnante facilitare ambienti di apprendimento che alimentino l'empatia, la comunicazione e il lavoro di squadra?
3. Quali attività possono aiutare gli educatori a costruire la resilienza emotiva e a promuovere il benessere degli adolescenti?



5.2 Panoramica

Il **Set di Attività** fornisce un quadro completo per aiutare gli educatori a guidare gli adolescenti nelle principali aree di crescita personale, sociale ed emotiva. Progettato per essere flessibile, supporta gli insegnanti nel promuovere uno sviluppo equilibrato degli studenti tra i 12 e i 20 anni, consentendo al contempo di adattare le attività a diversi contesti scolastici e alle esigenze individuali. Il Set di Attività si basa su una varietà di metodi e approcci pedagogici, sia interattivi che riflessivi, garantendo che gli studenti partecipino in modo significativo con il processo di apprendimento.

5.3 Componenti chiave

Il **kit di strategie** è suddiviso in quattro principali aree di attenzione: **competenze sociali, competenze personali, resilienza mentale e benessere**. Ogni categoria è progettata per affrontare diversi aspetti dello sviluppo degli studenti, utilizzando un'ampia gamma di attività e strategie didattiche che promuovono sia la crescita individuale che l'apprendimento tra pari.

1 Competenze sociali



Focus: aiutare gli studenti a sviluppare abilità interpersonali che sono essenziali per costruire relazioni e collaborare efficacemente con gli altri.

Le competenze sociali sono alla base di interazioni e relazioni sane. Queste sono le abilità che consentono agli individui di comunicare in modo efficace, empatizzare con gli altri, lavorare in modo collaborativo e risolvere i conflitti. Per gli adolescenti, queste competenze



sono essenziali per affrontare la complessità degli ambienti sociali, dalle dinamiche con amici e familiari fino alle interazioni a scuola e nel futuro contesto lavorativo.

Le competenze sociali sono particolarmente importanti durante l'adolescenza, un periodo in cui le relazioni tra pari sono spesso al centro dell'attenzione. Sviluppare queste abilità consente ai giovani di creare legami significativi, acquisire fiducia in sé stessi e avere successo sia nella vita personale che in quella professionale.

Il Set di Attività aiuta a rafforzare le capacità comunicative degli studenti, migliorare la loro capacità di lavorare in team e promuovere l'empatia. Queste attività includeranno esercizi di gruppo, discussioni che favoriscono la comprensione di prospettive diverse e momenti di riflessione per sviluppare l'intelligenza emotiva. Migliorando le proprie abilità sociali, gli studenti saranno più preparati a gestire sia nelle relazioni personali sia i futuri contesti professionali.

Troverai attività strutturate che promuovono l'interazione tra pari, dando agli studenti opportunità di praticare ascolto attivo, la negoziazione e la risoluzione dei conflitti. Queste attività si concentreranno anche su come coltivare relazioni positive attraverso una comunicazione efficace e l'empatia.

2 Competenze Personali



Focus: Incoraggiare la scoperta di sé, la gestione delle emozioni e la definizione degli obiettivi per promuovere la crescita personale individuale.

Le competenze personali riguardano la comprensione di sé e l'impegno a diventare la migliore versione di sé stessi. Comprendono la consapevolezza di sé, autoregolamentazione e la capacità di fissare e raggiungere obiettivi significativi. Gli adolescenti in questa fase imparano a definire la propria identità, riconoscere i propri punti di forza e le proprie debolezze e stabilire aspirazioni. Le competenze personali forniscono agli adolescenti gli strumenti necessari per capire sé stessi e compiere scelte coerenti con la loro visione a lungo termine. Questo processo favorisce autostima, autonomia e resilienza, consentendo loro di assumersi la responsabilità del proprio futuro.

Il Set di Attività comprende esercizi volti a sviluppare la consapevolezza e l'autoregolamentazione degli studenti. Attività come esercizi di riflessione guidata aiuteranno gli studenti a esplorare i loro punti di forza e debolezze, gestire le loro emozioni e capire l'impatto del proprio comportamento sugli altri. Gli strumenti incoraggeranno inoltre gli studenti a fissare obiettivi realistici e realizzabili, offrendo loro la struttura per perseguire lo sviluppo personale in modo mirato.

Troverai risorse per facilitare esercizi di autovalutazione, in cui gli studenti possono riflettere sui loro progressi e identificare le aree di miglioramento. Queste attività mirano a promuovere una mentalità di crescita, aiutando gli studenti a definire obiettivi personali significativi, assumersi la responsabilità delle proprie azioni e cercare continuamente il miglioramento personale.

3 Resilienza mentale



Focus: Fornire agli studenti le competenze per affrontare le sfide, gestire lo stress e costruire la forza emotiva.

La resilienza mentale è sempre più riconosciuta come una competenza cruciale per gli adolescenti, che spesso affrontano diverse pressioni emotive, sociali e accademiche. Il Set di Attività comprende esercizi che sviluppano la resilienza degli studenti attraverso il problem solving, tecniche di gestione dello stress e strategie per affrontare le avversità. Queste attività promuovono un senso di controllo, aiutando gli studenti a diventare più adattabili e capaci di superare le difficoltà.

Sviluppare la resilienza mentale non solo protegge la salute psicologica, ma prepara anche gli adolescenti alle realtà della vita adulta, dove il fallimento e l'incertezza sono inevitabili. La resilienza favorisce una visione positiva, consentendo ai giovani di perseverare anche quando si trovano in difficoltà.

In questa sezione troverai risorse per coinvolgere gli studenti in esercizi mirati a sviluppare la resilienza, che possono includere pratiche di consapevolezza, tecniche di rilassamento e strategie di pensiero adattativo. Incoraggiando la resilienza emotiva, il set di attività aiuta gli studenti a diventare più capaci di gestire sia le sfide quotidiane che le situazioni emotivamente più complesse.

4 Benessere



Focus: Promuovere il benessere olistico, compresa la salute fisica, mentale e sociale.

Il benessere si riferisce alla salute generale e all'equilibrio di un individuo, che comprende aspetti fisici, emotivi e sociali. Per gli adolescenti, questo significa sentirsi supportati, connessi e capaci di prosperare in vari ambiti della vita. Il benessere non è solo l'assenza di problemi, ma la presenza di pratiche e ambienti positivi che consentono agli individui di

prosperare.




Il Set di Attività pone un forte accento sul benessere generale degli studenti, riconoscendo che un ambiente sano e di supporto è essenziale sia per il successo accademico e lo sviluppo personale. Questa sezione offre attività focalizzate sulla promozione della salute fisica, come semplici routine di fitness, e del benessere mentale attraverso sistemi di supporto tra pari e discussioni sul benessere emotivo.

Inoltre, ci sono attività progettate per creare un senso di comunità all'interno della classe. Sarai guidato su come creare spazi sicuri e inclusivi in cui gli studenti si sentano apprezzati e supportati e in cui il loro benessere sia considerato parte integrante della loro esperienza di apprendimento.




5.4 Tipi di attività incluse nel Set

Il Set comprende una varietà di attività interattive, riflessive ed esperienziali. Ogni attività si allinea con le basi teoriche e gli obiettivi pratici del toolkit, garantendo pertinenza e coinvolgimento. Di seguito sono riportati alcuni esempi di attività che sono incluse nel Set:




1 Attività di competenze sociali

-  **Costruire l'empatia attraverso la narrazione:** i partecipanti condividono storie personali per sviluppare l'empatia ascoltando attivamente e riflettendo sulle emozioni degli altri;
-  **Nei loro panni:** i gruppi lavorano con schede-scenario per immaginare come possano sentirsi gli altri in situazioni difficili, incoraggiando la capacità di assumere diverse prospettive e risposte compassionevoli.
-  **Giochi di ruolo per la risoluzione dei conflitti:** gli studenti si impegnano in giochi di ruolo guidati per praticare la de-escalation delle divergenze e trovare soluzioni reciprocamente vantaggiose.





2 Attività delle abilità personali

-  **Mappa di auto-scoperta:** gli studenti organizzano visivamente i loro punti di forza, valori e obiettivi per ottenere informazioni sulla loro identità e aree di crescita;
-  **Creazione di un pannello visivo:** i partecipanti creano rappresentazioni visive delle loro aspirazioni, promuovendo la creatività e la motivazione;
-  **Sfida di 30 giorni:** gli studenti si impegnano in una piccola abitudine quotidiana, realizzabile per 30 giorni, per promuovere perseveranza e autodisciplina.

3 Attività di resilienza mentale




-  **Set di strategie della resilienza:** Gli studenti riflettono e classificano le strategie di gestione dello stress in categorie fisiche, emotive, sociali e cognitive.
-  **Mappatura dello stress:** i partecipanti visualizzano i fattori di stress e individuano soluzioni concrete attraverso un processo di mappatura strutturato.
-  **Esercizi di respirazione controllata:** pratiche semplici di consapevolezza insegnano agli studenti a regolare le loro emozioni e ridurre lo stress nei momenti di sopraffazione.

4 Attività di benessere

-  **Murale collaborativo:** i gruppi collaborano per creare un murale che rappresenti la loro identità collettiva, promuovendo la comunità e il lavoro di squadra;
-  **Mosaico culturale:** gli studenti celebrano la diversità condividendo oggetti culturali, cibo e storie durante un evento strutturato
-  **Olimpiadi di Team-Building:** le squadre competono in sfide divertenti come corsi ad ostacoli e attività creative di problem solving, valorizzando la collaborazione e l'attività fisica.
-  **Diario della gratitudine:** La scrittura quotidiana aiuta gli studenti a riflettere sulle esperienze positive, coltivando una mentalità di apprezzamento e resilienza.

5.5 Applicazione pratica

Ogni attività è concepita per essere di facile uso e adattabile, con istruzioni chiare, obiettivi di apprendimento e linee guida per la preparazione. Per esempio:

-  **Durata e materiali:** le attività variano per durata (da esercizi di respirazione di 5 minuti a murales di 2 ore) e includono materiali facili da reperire come riviste, post-it e pennarelli.
-  **Flessibilità:** gli insegnanti possono regolare la difficoltà e l'obiettivo delle attività per adattarle a diversi gruppi di età e ambienti scolastici;
-  **Integrazione:** le attività possono essere integrate nei piani di lezione, negli eventi scolastici o nei programmi extrascolastici, garantendo l'allineamento con gli obiettivi educativi più ampi.

5.6 Conclusioni

Il Set di Attività fornisce agli educatori un quadro solido per promuovere lo sviluppo olistico degli adolescenti. Affrontando aree chiave come le competenze sociali, la resilienza emotiva, la crescita personale e il benessere, questi strumenti aiutano a preparare gli studenti ad affrontare le sfide della vita con fiducia e adattamento.

5.7 Domande di riflessione per gli insegnanti

1. Quali strumenti rispondono maggiormente alle esigenze dei miei studenti e come posso adattarli alla mia classe?
2. Come posso usare queste attività per promuovere un senso di comunità e appartenenza tra i miei studenti?
3. Come misurerò il successo di queste attività nel promuovere lo sviluppo sociale ed emotivo degli studenti?
4. Quali risorse o strategie supplementari potrebbero integrare questi strumenti per massimizzarne l'impatto?





STRONGER YOUTH

Autore: Aneta Vodičková (PELICAN)

Monitoraggio e valutazione



6.4. Monitoraggio e valutazione del processo di tutoraggio tra pari

6.1 Domande introduttive

1. Quali sono gli obiettivi primari del monitoraggio e della valutazione nel *peer mentoring*?
2. In che modo gli educatori possono bilanciare la supervisione e il potenziamento nel *peer mentoring*?
3. Quali strumenti e strategie possono rendere efficace il processo di monitoraggio e valutazione?



Un monitoraggio e una valutazione efficaci sono componenti fondamentali di qualsiasi processo di *peer mentoring* che garantiscono che le attività procedano come previsto e raggiungano i risultati desiderati. L'obiettivo principale di questo capitolo è fornire agli educatori una guida su come monitorare e valutare il processo di *peer mentoring*, assicurando che sia i *mentor* sia i *mentee* traggano beneficio dalla loro partecipazione. Il monitoraggio si concentra sul tracciamento dell'andamento della relazione di mentoring e delle attività svolte, mentre la valutazione mira a misurare l'impatto, il successo e le aree di miglioramento del programma.

Nel contesto del progetto Stronger Youth, che mira a migliorare la resilienza sociale e a prevenire comportamenti depressivi o l'esclusione sociale tra i giovani, il monitoraggio e la valutazione dei rischi per gli adolescenti svolgono anche un ruolo importante nel garantire che gli strumenti e le attività siano utilizzati in modo efficace e che si raggiungano i risultati auspicati di una maggiore autostima, competenze sociali e crescita personale.

6.2 Obiettivi del tutoraggio e della valutazione

La valutazione si concentra sulla valutazione del successo delle attività di tutoraggio a tappe fondamentali:

- 1** **Monitoraggio dei progressi** - per garantire che il processo di mentoring sia allineato con gli obiettivi del progetto, come migliorare le competenze sociali, costruire la resilienza personale e promuovere l'inclusione.



- 2** **Garantire il benessere dei partecipanti** - il monitoraggio aiuta a identificare tempestivamente i potenziali problemi, come conflitti o disagio emotivo, consentendo agli educatori o ai supervisori di intervenire se necessario.
- 3** **Misurazione dell'impatto** - la valutazione valuta il successo del rapporto di mentoring nel raggiungimento di risultati quali migliori capacità comunicative, maggiore inclusione sociale e benessere mentale.
- 4** **Favorire il miglioramento continuo** - I feedback raccolti attraverso la valutazione consentono di migliorare la progettazione e l'attuazione delle attività di *mentoring*, assicurando che *mentor* e *mentee* ottengano il massimo beneficio dal loro coinvolgimento.
- 5** **Supporto al ruolo di educatore** - Questo processo aiuta gli educatori a svolgere il loro ruolo di supervisione come osservatori partecipativi, fornendo loro dati per guidare interventi minimi quando necessari.

6.3 Monitoraggio del processo di mentoring

Il monitoraggio è un'attività in corso, in tempo reale, che comporta regolari verifiche per garantire che il processo di mentoring funzioni senza intoppi. Per gli educatori, ciò implica un equilibrio di supervisione senza interferenze eccessive, in linea con l'obiettivo del progetto di rafforzare le relazioni tra pari. Gli aspetti chiave del monitoraggio comprendono:

- 1** **Controlli regolari** - gli educatori dovrebbero programmare incontri periodici con mentor e mentee per valutare i progressi. Questi check-in possono essere svolti in modo semi-strutturato, chiedendo a entrambe le parti come percepiscono la relazione di mentoring, quali attività stanno svolgendo e quali difficoltà stanno incontrando.
- 2** **Attività di monitoraggio** - è essenziale monitorare quali attività vengono completate e come i mentee rispondono. Gli educatori possono creare semplici registri o utilizzare strumenti di monitoraggio online, in cui i mentor possano annotare le attività svolte e riflettere sui risultati.
- 3** **Benessere emotivo e mentale** - considerato l'obiettivo di prevenire comportamenti depressivi, è fondamentale monitorare il benessere emotivo sia dei mentor sia dei mentee. Gli educatori dovrebbero essere formati per riconoscere precocemente segnali di disagio o disimpegno, assicurando che si intervenga in modo adeguato quando necessario.
- 4** **Documentare i progressi** - mentor e mentee dovrebbero essere incoraggiati a tenere diari personali o registri in cui riflettono su progressi, difficoltà e risultati. Questi documenti offrono informazioni preziose per il processo di valutazione e aiutano entrambe le parti a monitorare il proprio sviluppo personale.



Gli educatori dovrebbero agire come facilitatori, assicurando che il rapporto tra mentor e mentee rimanga positivo, evitando la micro gestione. Ciò richiede l'adozione di un approccio di osservazione partecipativa, in cui gli educatori rimangono consapevoli della dinamica del *mentoring* senza interferire a meno che non sia necessario un intervento.

6.4 Valutazione del processo di mentoring

La valutazione si concentra sulla valutazione del successo del processo di tutoraggio una volta raggiunti determinati traguardi o obiettivi. Nel progetto Stronger Youth, ciò comporta la valutazione della misura in cui le attività di tutoraggio hanno migliorato la resilienza sociale, personale e mentale dei mentori e fornito opportunità di sviluppo significative per i mentori.

- 1 Misurazione delle competenze sociali e personali:** uno degli obiettivi chiave del progetto è lo sviluppo di soft skills quali la comunicazione, l'empatia e la resilienza sociale. La valutazione dovrebbe comprendere misure qualitative quali indagini di autovalutazione, formulari di feedback o discussioni riflessive con i mentori e i tirocinanti. Ad esempio, ai mentee può essere chiesto in che modo la loro autostima o le loro abilità sociali sono migliorate da quando hanno partecipato alle attività di *mentoring*.
- 2 Valutazione basata sui risultati:** gli educatori dovrebbero monitorare i risultati tangibili, come il miglioramento della partecipazione scolastica, la riduzione dei conflitti o l'aumento del coinvolgimento nelle attività sociali. I mentori possono anche valutare se si sentono più capaci e sicuri di sostenere i loro coetanei.
- 3 Competenze interculturali e di inclusione sociale:** dato l'accento posto dal progetto sulle pratiche inclusive, gli educatori dovrebbero valutare se i loro *mentee* provano un maggiore senso di appartenenza alle loro comunità e se hanno sviluppato una consapevolezza della competenza interculturale attraverso attività condivise con i loro mentori.

Valutazione formativa e sommativa

- a La valutazione formativa** è in corso, raccogliendo feedback durante il processo di mentoring per apportare aggiustamenti in tempo reale. Ciò potrebbe includere indagini dopo ogni importante attività di tutoraggio per valutare la soddisfazione e le aree di miglioramento.
- b La valutazione sommativa** viene condotta alla fine del periodo di mentoring per valutare l'efficacia complessiva. Può includere interviste approfondite o focus group con mentor, mentee ed educatori.



6.5 Strumenti per il mentoring e la valutazione

Vari strumenti digitali possono semplificare il processo di monitoraggio e valutazione. Di seguito sono raccomandati strumenti e metodi che gli educatori possono utilizzare per monitorare e valutare efficacemente il processo di mentoring:

- 1 Trello:** questo strumento di gestione del progetto è altamente adattabile per i programmi di mentoring. Ogni coppia mentor-mentee può avere una bacheca Trello condivisa per registrare attività, definire obiettivi e documentare i progressi. Gli educatori possono visualizzare queste bacheche in tempo reale, monitorando il processo senza interventi invadenti. I mentor possono creare bacheche separate per ciascuna coppia mentor-mentee e tutti possono aggiungere commenti. È anche possibile utilizzare liste per classificare compiti o attività (ad esempio “Attività completate”, “In corso”).
- 2 Google Forms:** è uno strumento semplice da usare per creare questionari di valutazione. Gli educatori possono sviluppare sondaggi prima e dopo il programma per valutare i cambiamenti nelle competenze e nel benessere mentale di mentor e mentee. I dati possono essere automaticamente trasformati in grafici e tabelle per un'analisi più immediata.
- 3 Diari e registri di riflessione:** possono essere utilizzati sia per il monitoraggio sia per la valutazione. Mentor e mentee possono compilare regolarmente registri riflessivi, in formato digitale (ad esempio tramite Google Docs o strumenti simili) o su carta, descrivendo esperienze, difficoltà e risultati.

Il processo di monitoraggio e valutazione non è solo essenziale per monitorare il successo delle attività di peer mentoring, ma serve anche come potente strumento di miglioramento continuo. Attraverso un monitoraggio efficace, gli educatori possono garantire che le relazioni di mentoring rimangano produttive e di supporto, mentre le valutazioni regolari forniscono dati chiari sui risultati raggiunti.

Utilizzando strumenti digitali come Trello, Google Forms e piattaforme di autovalutazione, gli educatori possono semplificare il processo, assicurando che i mentori e i mentee si sentano supportati pur mantenendo la loro indipendenza nel processo di mentoring. In definitiva, questi processi assicurano che il progetto Stronger Youth raggiunga l'obiettivo di promuovere la resilienza, l'inclusione sociale e il benessere mentale tra gli adolescenti a rischio.

Introduzione

Le esigenze

Selezione per i
mentoriL'insegnante come
facilitatore

Peer Mentoring

Set di Attività

Monitoraggio e
valutazione

6.6 Domande di riflessione per gli insegnanti

1. Quali sono state le strategie più efficaci per bilanciare la supervisione e l'empowerment nelle relazioni di mentoring?
2. Come si può migliorare il processo di valutazione per ottenere un feedback più significativo da parte dei mentori e dei mentee?
3. Quale ruolo svolgono gli strumenti digitali nel migliorare la vostra capacità di monitorare e valutare le attività di tutoraggio?



Autore: Laura Sanchez Conca (InnoHUB)

The background is a dark, textured surface. In the center, there is a glowing lightbulb. Surrounding it are several speech bubbles of different shapes and sizes, some overlapping each other. The text 'Consigli per gli insegnanti' is centered within a white rectangular box with a thin black border, which is itself set within a larger, semi-transparent purple speech bubble shape.

Consigli per gli insegnanti

7. Consigli per gli insegnanti

Il peer mentoring è una potente metodologia per affrontare i bisogni sociali ed emotivi dei giovani, promuovendo la loro resilienza e le capacità interpersonali. Attraverso l'implementazione del progetto Stronger Youth, abbiamo identificato le strategie chiave per massimizzare l'impatto di questa iniziativa e sostenere gli educatori nel loro ruolo critico di facilitatori.

7.1 Riflessioni chiave del progetto

I programmi di mentoring offrono un ambiente unico in cui i giovani possono imparare gli uni dagli altri attraverso interazioni significative. Le seguenti conclusioni riflettono gli insegnamenti più rilevanti tratti dal progetto:

- 1 Rafforzamento dei giovani:** il mentoring favorisce lo sviluppo di competenze sociali ed emotive critiche sia nei mentori che nei mentee. Questo scambio rafforza la fiducia reciproca e l'apprendimento collaborativo.
- 2 Adattabilità:** le strategie attuate dovrebbero essere adattate alle esigenze specifiche di ogni scuola e al contesto socio-culturale.
- 3 Importanza del follow-up:** il monitoraggio regolare del processo assicura la qualità delle relazioni *mentor-mentee* e previene possibili problemi.
- 4 Ruolo dell'insegnante:** L'educatore agisce come mediatore e facilitatore, creando uno spazio sicuro in cui i giovani possono crescere.

7.2 Decalogo per gli educatori

Per garantire un'esperienza di mentoring di successo, suggeriamo ai formatori i seguenti principi chiave:

- 1 Non imporre orari:** lascia che mentor e mentee concordino autonomamente gli orari degli incontri, per favorire responsabilità e capacità di autogestione.
- 2 Incoraggia la riservatezza:** assicurati che le conversazioni tra i giovani restino private, tranne nei casi in cui vi siano situazioni di rischio.
- 3 Definisci ruoli chiari:** chiarisci che il mentor non è un tutor scolastico né un counsellor professionista, ma un pari di supporto.
- 4 Promuovi l'ascolto attivo:** insegna ai mentor tecniche per ascoltare con empatia e senza interrompere.








- 5** **Evita interventi non necessari:** lascia che i giovani trovino soluzioni ai problemi all'interno della relazione di mentoring.
- 6** **Assicurati che entrambe le parti abbiano obiettivi chiari:** incoraggia mentor e mentee a definire obiettivi per i loro incontri.
- 7** **Offri supporto regolare:** organizza incontri periodici con i mentor per valutare i progressi e fornire orientamento.
- 8** **Usa strumenti digitali:** valuta l'utilizzo di piattaforme come Trello o Google Workspace per registrare e monitorare le attività.
- 9** **Garantisci formazione continua:** proponi workshop e risorse per rafforzare le competenze dei mentor
- 10** **Riconosci i risultati:** celebra i successi e i progressi dei partecipanti per mantenerli motivati.

7.3 Consigli pratici per lo sviluppo del programma



Creare un ambiente sicuro

Uno spazio sicuro è fondamentale per i giovani per sentirsi a proprio agio nella condivisione delle loro esperienze. Alcune strategie includono:




-  Definizione di sessioni iniziali nelle quali si stabiliscono norme di rispetto e collaborazione.
-  Promozione di attività che favoriscono l'inclusione e il lavoro di squadra.
-  Selezione di un luogo specifico per le riunioni, assicurandosi che sia calmo e tranquillo.
-  Fornitura di materiali che supportino la comunicazione visiva, come lavagne o diagrammi, per facilitare la comprensione reciproca.
-  Supporto ai mentori nella pianificazione dello sviluppo del programma scegliendo attività non complicate per i principianti, per poi passare a quelle più complesse man mano che il programma va avanti.

Supervisione e valutazione del processo

Un adeguato follow-up garantisce che le relazioni di *mentoring* raggiungano i loro obiettivi. Raccomandiamo:





-  **Condurre periodicamente questionari anonimi** per raccogliere i feedback dai partecipanti.
-  **Tenere un registro dettagliato** delle riunioni e delle attività, includendo



-  eventuali osservazioni e spunti di miglioramento.
-  **Analizzare i risultati ottenuti** attraverso strumenti di valutazione qualitativi e quantitativi per apportare eventuali modifiche al programma.
-  **Organizzare riunioni di gruppo** in cui i partecipanti possano condividere le proprie esperienze in modo aperto e costruttivo.




Formazione iniziale e continua

È fondamentale che i mentori ricevano una formazione adeguata prima di iniziare. Ciò include:

-  **Un'introduzione alla metodologia del *peer mentoring***, con spiegazione di obiettivi, ruoli e aspettative.
-  **Attività per potenziare competenze** come la gestione dei conflitti, comunicazione efficace e empatia.
-  **Workshop periodici** per affrontare le sfide più comuni, condividere le migliori pratiche e aggiornare le conoscenze sulla base di nuovi sviluppi del programma.
-  **Creazione di risorse educative**, come manuali o video esplicativi, accessibili a tutti i mentori in qualsiasi momento.

7.4 Risorse aggiuntive per gli educatori

Per massimizzare l'impatto del programma, considera le seguenti risorse:

-  **Guide digitali e app:** utilizza strumenti come Zoom per sessioni virtuali, piattaforme come Trello per l'organizzazione e il monitoraggio e app di comunicazione sicure per facilitare i contatti tra *mentor* e *mentee*.
-  **Materiali stampati:** fornisci quaderni di lavoro con esercizi ed esempi per aiutare i mentor a pianificare i loro incontri.
-  **Reti di supporto:** crea comunità di pratica tra i mentors per condividere le loro esperienze e imparare gli uni dagli altri.

Il *peer mentoring* non rappresenta un vantaggio solo per i partecipanti diretti, ma contribuisce anche a creare una comunità educativa più coesa e inclusiva. Gli educatori, in quanto pilastri di questa metodologia, svolgono un ruolo fondamentale nel plasmare un ambiente in cui i giovani possano prosperare. Adottando questi principi e strategie, contribuiamo a rafforzare le competenze sociali, emotive e scolastiche delle nuove generazioni, favorendo un futuro pieno di opportunità e crescita personale.

Fonti



8. Fonti

8.1 Capitolo 1

Boniel-Nissim M, Marino C, Galeotti T, Blinka L, Ozoliņa K, Craig W et al. (2024). A focus on adolescent social media use and gaming in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey (Volume 6). Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. <https://iris.who.int/handle/10665/378982>

Carapeto, M. J., Grácio, L., Pires, H., Farinha, A. & Miranda, D. (October 2024). *Stronger Youth Project. Adolescent Mental Health in Six European Countries: Needs and Strengths*. University of Évora & Stronger Youth Project.

Charrier L, van Dorsselaer S, Canale N, Baska T, Kilibarda B, Comoretto RI et al. (2024). A focus on adolescent substance use in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey (Volume 3). WHO Regional Office for Europe. <https://www.who.int/europe/publications/item/9789289060936>

Cosma, A., Abdrakhmanova, S., Taut, D., Schrijvers, K., Catunda, C., et al. (2023). *A focus on adolescent mental health and wellbeing in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey (Volume 1)*. World Health Organization. Regional Office for Europe. <https://iris.who.int/handle/10665/373201>

Cosma A, Molcho M, Pickett W. (2024). A focus on adolescent peer violence and bullying in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey (Volume 2). WHO Regional Office for Europe. <https://www.who.int/europe/publications/item/9789289060929>

Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health and United Nations Children's Fund (2022). *On My Mind: How adolescents experience and perceive mental health around the world*. JHU and UNICEF. <https://www.unicef.org/media/119751/file/Companion%20report:%20Adolescents.pdf>

Költő A, de Looze M, Jåstad A, Nealon Lennox O, Currie D, Nic Gabhainn S. (2024). A focus on adolescent sexual health in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey (Volume 5). WHO Regional Office for Europe. <https://iris.who.int/handle/10665/378547>

Rakić JG, Hamrik Z, Dzielska A, Felder-Puig R, Oja L, Bakalár P et al. (2024). A focus on adolescent physical activity, eating behaviours, weight status and body image in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey (Volume 4). WHO Regional Office for Europe. <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289061056>

8.2 Capitolo 2

Carapeto, M. J., Grácio, L., Pires, H., Farinha, A. & Miranda, D. (Ottobre 2024). *Stronger Youth Project. Adolescent Mental Health in Six European Countries: Needs and Strengths*. University of Évora & Stronger Youth Project.

Kupersmidt, J., Stelter, R., Karcher, M., Garringer, M., & Shane, J. (2020). *Peer Mentoring. Supplement to the Elements of effective practice for mentoring*. MENTOR: The National Mentoring Partnership. Disponibile in <https://www.mentoring.org/resource/peer-mentoring-supplement-to-the-elements-of-effective-practice-for-mentoring/> (9 febbraio 2025).

8.3 Capitolo 3

E-course for the Leaders of Education:

<https://www.edx.org/learn/leadership/harvard-university-leaders-of-learning>

Video: Good schools need good leaders:

<https://www.youtube.com/watch?v=B-pO1Oe8Jao>

Video: Peer learning in the classroom.

<https://www.youtube.com/watch?v=TCyvUmukIQk>

Brown C. (2024) Stepping Into the Role of a Teacher Leader

<https://cpet.tc.columbia.edu/news-press/stepping-into-the-role-of-a-teacher-leader>

Harrison C., Killion J. (2007), Ten Roles for Teacher Leaders

<https://ascd.org/el/articles/ten-roles-for-teacher-leaders>

Prothero A.(2023), What It's Like Teaching Through a Youth Mental Health Crisis

<https://www.edweek.org/leadership/what-its-like-teaching-through-a-youth-mental-health-crisis/2023/05>

Gunawardena, H., Leontini, R., Nair, S. et al. Teachers as first responders: classroom experiences and mental health training needs of Australian school teachers. *BMC Public Health* 24, 268 (2024). <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17599-z>

Guido M. (2017), 15 Easy Peer Teaching Strategies to Help Students <https://www.prodigygame.com/main-en/blog/advantages-disadvantages-peer-teaching-strategies/>

Adams, D. (Red.). (2023). *Educational Leadership: Contemporary Theories, Principles, and Practices* (1st ed. 2023). Springer Nature Singapore. <https://doi.org/10.1007/978-981-99-8494-7>

Miller, J.J. (2023). *Teacher Leaders, Classroom Champions: How to Influence, Support, and Renew School Communities (Teacher-Specific Perspectives and Leadership Strategies for Developing Collective Teacher Efficacy)* (1st ed). Solution Tree.

Sławińska, M. (2023). Peer Learning As One of the Pathways to Educational Equity. *Podstawy Edukacji*, 16, 13–24. <https://doi.org/10.16926/pe.2023.16.02>

8.4 Capitolo 4

Smith, L. H., & Petosa, R. L. (2016). A structured peer-mentoring method for physical activity behavior change among adolescents. *The Journal of School Nursing*, 1-9. <https://doi.org/10.1177/1059840516644955>

Galeandro, P. M. Podcast “E tu Sogni?” – L’esperienza del Progetto Salute del Liceo Tasso di Roma. Peer to Peer Liceo T. Tasso.

Schad, T. (2016). Preventing teen suicide with peer to peer mentoring [Video]. TEDxRapidCity. <https://www.youtube.com/watch?v=iw72a1EWcMQ>

Gunn, F., Lee, S. H. (M.), & Steed, M. (2017). Student perceptions of benefits and challenges of peer mentoring programs: Divergent perspectives from mentors and mentees. *Marketing Education Review*, 27(1), 15-26. <https://doi.org/10.1080/10528008.2016.1255560>

Clark, R., Andrews, J., & Gorman, P. (2012). Tackling transition: The value of peer mentoring. *Widening Participation and Lifelong Learning*, 14(Special Issue), 57-66. ISSN: 1466-6529.

Mentoring Partnership of Southwestern Pennsylvania. Peer mentoring handbook. Mentoring Partnership of Southwestern PA. Available at: <https://www.mentoringpittsburgh.org>

8.5 Capitolo 5

Growe Project. (n.d.). *Set de Instrumente GROWE – Bune Practici*. Un set de instrumente care oferă exemple concrete și idei practice pentru dezvoltarea competențelor de literație și abilităților socio-emoționale la elevi. <https://groweproject.eu/ro/good-practice-toolkit>

CJRAE Vaslui. (n.d.). *Activități pentru Dezvoltarea Competențelor Socio-Emoționale la Adolescenți*. Document ce oferă activități practice destinate dezvoltării competențelor socio-emoționale la adolescenți, utile pentru consilieri și profesori. <https://www.cjrae-vaslui.ro/images/Activit%C4%83%C8%9Bipentrudezvoltareacompeten%C8%9Belorsocio.pdf?utm>

Didactic.ro. (n.d.). *Strategii de Dezvoltare a Competențelor Socio-Emoționale în Educație*. Articol ce prezintă metode practice de integrare a SEL în procesul educațional. <https://www.didactic.ro/revista-cadrelor-didactice/strategii-de-dezvoltare-a-competen-elor-socio-emo-ionale-promovate-la-nivelul-programelor-de-educa-ie-socio-emo-ionala-sel>

Institutul de Științe ale Educației. (n.d.). *Competențele Sociale și Emoționale – Colecție de Bune Practici*. Lucrare ce conține exemple de bună practică pentru dezvoltarea competențelor sociale și emoționale ale elevilor din diferite cicluri de învățământ. <https://www.ise.ro/competentele-sociale-si-emotionale>

Big Picture Social Emotional Learning Podcast. (n.d.). A podcast offering perspectives and effective practices for teachers and parents focused on developing social-emotional skills in students. <https://podcasts.apple.com/us/podcast/big-picture-social-emotional-learning-podcast/id1397042569>

Committee for Children. (n.d.). *Grow Kinder Podcast*. A podcast dedicated to SEL discussions with guests exploring how SEL addresses societal challenges. <https://www.cfchildren.org/podcasts/>

Harvard Graduate School of Education. (2023). *Navigating SEL for Teens*. An article exploring the importance of developing SEL skills in adolescents and offering practical strategies for educators. <https://www.gse.harvard.edu/ideas/usable-knowledge/23/03/navigating-sel-teens>

Wallace Foundation. (n.d.). *Let's Talk Social and Emotional Learning Podcast*. A podcast series analyzing SEL's evolution and implementation in schools and communities. <https://wallacefoundation.org/lets-talk-social-and-emotional-learning-podcast>

Brookes Publishing. (n.d.). *10 FREE Social-Emotional Development Resources*. A collection of free resources, including podcasts and videos, supporting social-emotional development in children and adolescents. <https://blog.brookespublishing.com/10-free-social-emotional-development-resources/>

8.6 Capitolo 6

Brumovská, T., & Seidlová Málková, G. (2010). Mentoring: výchova k profesionálně vedenému dobrovolnictví. Portál.

NÁRODNÍ PEDAGOGICKÝ INSTITUT ČR. Od přirozeného mentoringu k mentorským programům: Využití mentoringu ve školách. Online. Zapojme všechny. 2023. Dostupné z: <https://zapojmevsechny.cz/clanek/od-prirozeneho-mentoringu-k-mentorskym-programum-vyuziti-mentoringu-ve-skolach>. [cit. 2024-12-11].

NÁRODNÍ PEDAGOGICKÝ INSTITUT ČR. Využijte přínos vrstevnického mentoringu ve školách: Rozhovor s koordinátorkou mentoringových vztahů. Online. Zapojme všechny. 2023. Dostupné z: <https://zapojmevsechny.cz/clanek/vyuzijte-prinos-vrstevnickeho-mentoringu-ve-skolach-rozhovor-s-koordinatorkou-mentoringovych-vztahu>. [cit. 2024-12-11].



STRONGER YOUTH

*Empowering young people social competences
and soft skills through peer mentoring*



**Co-funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project No: 2023-1-IT03-KA220-YOU-000159325