



parent'r'us

Önértékelési Eszköz Mentorok Számára

Projektszám: 2018-1-RO01-KA201-049200

Partnerek

Asociația Centrul de Cercetare și Formare a Universității de Nord Baia Mare – CCF

Universitatea Tehnică din Cluj-Napoca

Scoala Gimnaziala Simion Barnutiu

International Parents Association

BAGázs

Amadora Inova

Aproximar, CRL

Igaxes

Szerzők

Joana Portugal

Tiago Leitão

APROXIMAR, Cooperativa de Solidariedade Social, CRL

Bela Szuroka

Mihaela Pinte Traian

Asociația Centrul de Cercetare și Formare a Universității de Nord Baia Mare (CCF)

Projekt koordinátor

Asociația Centrul de Cercetare și Formare a Universității de Nord Baia Mare – CCF

Kapcsolattartó személy: Mihaela Pinte-Traian (Projektmenedzser)

E-mail: accfunbm@yahoo.com

Cím: str. Dr. Victor Babeș, nr.1, Maramureș

Kiadás dátuma

2019 november

www.parentrus.eu

A jelen projekt az Európai Bizottság támogatásával került finanszírozásra az E+ Program keretén belül. Ez a publikáció kizárólag a szerző véleményét tükrözi, és a Bizottság nem tehető felelőssé a benne található információk semmilyen jellegű felhasználásáért.

Index

1. A PARENT'R'US projektről.....	5
2. Bevezetés	6
3. Módszertan	7
4. A Mentorok Profilja.....	9
Kommunikáció	10
Reziliencia	12
Konfliktuskezelés	14
Gyermekfejlődési Ismeretek.....	15
Szülői Elkötelezettség	16
Érzelmi Intelligencia	17
Mentorálás Megvalósítása.....	19
Ökológiai / Rendszerszerű Tudatosság	21
Folyamatos Tanulás és Önfejlesztés	23
5. Önértékelési Kérdőív.....	24
6. Irodalomjegyzék.....	38
7. 1. Melléklet – Referencia Információk az Önértékelési Kérdőívhez.....	40

1. A PARENT'R'US projektről

Az Iskolai Szülői Szerepvállalás a Diákok Eredményeinek Növeléséért (PARENT'R'US) projekt az Európai Unió Erasmus+ Programja által finanszírozott 3 éves projekt, és szerte Európából 8 nonprofit szervezet között hoz létre partnerséget. A PARENT'R'US projekt holisztikus modell/megközelítés használatára törekszik annak érdekében, hogy a családdal, iskolával és közösséggel összefüggő tényezőket összekapcsolja. A projekt elsősorban a hátrányos helyzetben lévő családokat és gyermekeket célozza meg.

A projekt egy mentorálási tanfolyam létrehozását irányozza elő szülők, tanárok és főbb közösségi oktatók számára.

A PARENT'R'US modellen belül három fő szerep létezik:

- Mentor menedzserek (elsősorban tanárok, szociális munkások, pszichológusok, stb.);
- Mentorok (olyan szülők, akik jobban szerepet vállalnak a gyermekeik tanulmányi eredményében és jó iskolai közérzetében, illetve főbb közösségi oktatók és a gyermekek életéhez kapcsolódó egyéb személyek);
- Mentoráltak (hátrányosabb helyzetben lévő szülők, akik nem vagy kevésbé vesznek részt a gyermekeik tanulmányi eredményében és jó iskolai közérzetében).

A partnerség az előirányzott tevékenységeket azon koncepció alapján hajtja végre, amely értelmében a mentorálás egy fejlődésorientált kapcsolat egy tapasztalatlanabb személy (mentorált) és egy tapasztaltabb személy – a mentor között (Jacobi, 1991; Kram, 1985; Rhodes, 2005). Ez egy egyedi, a szokványostól eltérő viszony, melyet a mentor és mentorált közötti érzelmi kötelék jellemez, ahol a mentor útmutatást és új tanulási lehetőségeket nyújt a mentorált számára (DuBois & Karcher, 2005; Eby, Rhodes, & Allen, 2007). A mentorálási kapcsolat emellett a biztonságos környezet biztosításának is egyfajta formája az önfelfedezéshez, önreflexióhoz és önkifejezéshez a folyamat valamennyi szereplője számára.

A PARENT'R'US projekt célkitűzései a következők:

- a. Innovatív és multidiszciplináris megközelítések kialakítása a szülői elkötelezettség megerősítése céljából olyan tanulságokra alapozva, melyek a MOMIE, MEGAN és MPATH projektekből a mentorálás területéről, valamint az Includ-ED, FamilyEduNet & ELICIT + projektekből a szülői elkötelezettség, diákok részvétele és aktív polgári szerepvállalásuk aspektusai területéről kerültek levonásra;
- b. Az iskolákon, szülői közösségeken és/vagy helyi szervezeteken belüli mentorálási programok támogatásához vagy megvalósításához szükséges megfelelő profilok és kompetenciák meghatározása;
- c. Mentorálási modell kialakítása a szülői készségek fejlesztése érdekében, mégpedig olyan szülők számára, akik nem vagy csak kevésbé vállalnak szerepet a gyermekeik iskolai életében;
- d. Mentorálási modell kialakítása a tanári kompetenciák javítása érdekében a szülői elkötelezettsége és a gyermekeik tanulásában betöltött szerepüknek a megerősítése területén;
- e. Szülői mentorálási tájékoztató eszköztár eljuttatása szülőkhöz, iskolákhoz, az iskola felügyeleti/finanszírozó szervezetéhez és közösségi szervezetekhez.

2. Bevezetés

A PARENT'R'US project az alábbi feladatokra összpontosít:

- I. Hátrányos helyzetű szülők felelősségvállalásának a megerősítése a gyermekek iskoláztatásában való szülői szerepvállalásuk elősegítése érdekében.*
- II. Hátrányos helyzetű területekről származó családok kapcsolatának erősítése az iskolával és a közösségi szereplőkkel.*

Ennélfogva, intellektuális eredményként, a PARENT'R'US az alábbiak kifejlesztését célozza meg:

- IO1. Hátrányos helyzetű szülőknek a gyermekek iskoláztatásában való elkötelezettségére irányuló Mentorálási Modellek bizonyítékainak módszeres felülvizsgálata
- IO2. Önértékelési Eszköz Mentor Menedzserek Számára
- IO3. Önértékelési Eszköz Mentorok Számára**
- IO4. Mentorálás a Szülői Elkötelezettséghez: tanfolyam a Menedzserek képzésére
- IO5. Mentorálás a Szülői Elkötelezettséghez: tanfolyam a Mentorok képzésére
- IO6. A gyermek iskolai életében való szülői elkötelezettségre irányuló Mentorálási Modell
- IO7. Iskolai Szülői Elkötelezettség Tájékoztató Eszköztára

Az IO3 értékelési eszköz célja, hogy olyan **eszközt** biztosítson a mentorok számára, **amely segít saját maguk értékelésében**. Fontos kihangsúlyozni, hogy *az önértékelés nem tesz*: egyfajta módja annak, hogy mentorként megismerjék magukat – a képességüket, tudásukat és kompetenciájukat egy mentori folyamat lefolytatására.

Az Önértékelési Eszköz Mentorok Számára magába foglal kulcsfontosságú készségeket, azokhoz kapcsolódó mutatókat, valamint egy eszközt, amely alkalmas a mentorok készségfejlesztésének a kezelésére, a képzésnek a hiányosságaihoz/szükségeikhez való alkalmazására, és a mentorálási program előrehaladásának az irányítására. Tervezet formájában nyújt segítséget a mentorok képzésének szervezéséhez és megvalósításához, a mentoráltakkal való párosításhoz, a mentorálási program lefolytatásához, illetve a kompetenciák fejlődésének kiértékeléséhez a mentorálási folyamatok alatt és után.

Az önfejlesztés egy online eszközön keresztül történik, amely folyamatos önértékelést tesz lehetővé, ezáltal biztosítva egyrészt a lehetőséget a mentorok számára, hogy összehasonlítsák a kiindulási pontjaikat, másrészt a megértését a képzés eredményének, valamint a mentorálási folyamatok lefolytatásából és irányításából eredő tapasztalatoknak.

3. Módszertan

A MOMIE, MEGAN és MPATH projektek megállapításai szerint egy mentornak számos kompetenciával kell rendelkeznie ahhoz, hogy sikeres mentor legyen és elérje a kívánt célokat mind a mentorált személyek, mind a mentorálási program szempontjából. Ezért azokra a kompetenciákra összpontosítottunk, melyek ezen projekteknel beazonosítást nyertek, illetve amelyek két különböző értékelési folyamat során is felfedezésre kerültek.

Az azonosított kompetenciák az IO1-ből származó Jelentésen is alapulnak, amely hátrányos helyzetű szülőknek a gyermekeik iskoláztatásában való elkötelezettségére irányuló Mentorálási Modellek bizonyítékainak a felülvizsgálatára hivatkozik. A jelen dokumentum célja azoknak a kompetencia típusoknak a meghatározása, amelyeknek a birtokában kell lennie egy mentornak a mentorált személyek további fejlődésének az elősegítéséhez.

A keretrendszer szerkezete a CEDEFOP, az Európai Szakképzés-fejlesztési Központ javaslatainak figyelembe vételével került kialakításra. Ebben az értelemben a mentoroknak kompetenciákat kell egyesíteni annak érdekében, hogy bizonyos feladatokat sikeresen végre tudjanak hajtani. A „kompetencia” fogalmát egy tevékenység elvégzéséhez szükséges ismeretek, készségek és attitűdök halmazaként alkalmazzuk: «tanulási eredmények megfelelő alkalmazásának a képessége egy meghatározott kontextuson belül (oktatás, munka, személyes vagy szakmai fejlődés)» (CEDEFOP, 2008, 47. o.).

Ezt figyelembe véve **9 alapvető kompetenciát** azonosítottunk a **mentorok számára**¹:

Kommunikáció	Reziliencia	Konfliktuskezelés
Gyermekfejlődési Ismeretek	Szülői Elkötelezettség	Érzelmi intelligencia
Mentorálás Megvalósítása	Ökológiai/Rendszer-szerű Megközelítések Ismerete	Folyamatos tanulás és Önfejlesztés

Valamennyi kompetencia az alkalmazási területének megfelelően került meghatározásra, valamint aszerint, hogy a mentori szerepen belül mit foglal magába. Az európai keretrendszer alapján minden kompetenciához tartozik egy «lista a kapcsolódó „elengedhetetlen ismeretekről, készségekről és attitűdökről”» (Halász & Michel, 2011, 293. o.).

A kompetenciák értékeléséhez kialakítottunk egy önértékelési eszközt, amely típusát tekintve négyválasztásos, és mondatpárok felsorolását tartalmazza, melyek közül az adott személyeknek ki kell választani egyet, attól függően, hogy miként gondolkodnak vagy cselekszenek. Az egyes mondatpárok különböző mutatókat jelenítenek meg és visszafelé is pontozhatók. A végső pontszám radar grafikonon látható, megmutatva az egyes kompetenciákon belüli pontszámot. Ezáltal lehetőség nyílik annak beazonosítására, hogy mely kompetenciákat szükséges tovább fejleszteni. A referencia információkat az 1. sz. Melléklet tartalmazza.

¹ A Mentorok kompetenciáinak halmaza megegyezik a Mentor Menedzserekével (IO2), különbségek a konkrét mutatókban és magában a kérdőívben találhatóak.

4. A Mentorok Profilja

A következő oldalak bemutatják a kompetenciák listáját, a definícióikat és a fő viselkedési mutatókat (ismeretek, készségek és attitűdök). Valamennyi mutatón belül az önértékelés adott kérdése azonosításra kerül az alábbi példának megfelelő módon:

Fő Viselkedési Mutatók	
Ismeretek	Kapcsolat aközött, hogy hogyan gondolkodunk és hogyan érzünk (33)
	Belső és külső kontrollhely (25, 29)
	Stratégiák mások segítségére alternatív/pozitív gondolatok találásához (44)
	Gondolati csapdák és leküzdésük módja (27, 33, 48)
	Lépések a probléma megoldására (43, 44, 48)

KOMMUNIKÁCIÓ

A kommunikáció személyek közötti interakción alapuló folyamat, amelynek során egy átadó információt cserél egy befogadóval. Bármely kommunikációs folyamat elérni kívánt célja a megértés. Ennek bekövetkezéséhez a kommunikáció közben számos dologra kell figyelemmel lenni: 1) verbális és nem verbális kommunikáció (hangszín, arckifejezés, gesztusok, testbeszéd, szemkontaktus, öltözködés); 2) szóbeli és írásbeli kommunikáció; 3) kommunikációs korlátok.

Ennélfogva mentorként ismeretekkel kell rendelkezni az alábbiakról és képesnek kell lenni:

- gondolatok, érzelmek vagy tapasztalatok cseréjére, verbális és nem verbális formában egyaránt;
- az egyértelműen és határozottan történő kommunikálásra a hatékony kommunikáció érdekében, amelynek során az üzenet helyesen került értelmezésre;
- aktív hallgatási készség alkalmazására és empátia kimutatására
- a mentorált szülők támogatására az iskolával való kommunikációjukban
- a szülők és az iskola közötti konfliktus kezelésének támogatására.

Fő viselkedési mutatók

Ismeretek	Hogyan működik a kommunikációs folyamat
	A kulturális különbségek kommunikációra kifejtett hatásának a megértése
	Gyermekek jogai és a szülői jogok
	Az iskolarendszer és a benne létező szabályozások
	Hagyományos és sikeres otthoni-iskolai kommunikációs eszközök
	Különböző kommunikációs stílusok
	A verbális és nem verbális kommunikáció fontossága
	A kommunikáció korlátai és a leküzdésük módja
Készségek	Nyitott és zárt kérdéseket tesz fel
	Rugalmasság
	Konfliktuskezelés
	A saját nem verbális kommunikációjának az ismerete
	Ellenőrzi az üzenet megértését
	Aktívan figyel
	Empátiát tanúsít
	Megérti a nem verbális kommunikációt
	Másokat segít az üzeneteik megfogalmazásában
	Változások kezelése
	Hozzáigazítja a beszédmódját az őt hallgató személyhez

KOMMUNIKÁCIÓ	
Attitűdök	Empátia
	Befogadóképeség
	Nyitott gondolkodás
	Magabiztosság
	Tisztelet

REZILIENCIA

A reziliencia pozitív alkalmazkodási mechanizmusok kifejlesztésének, problémák kezelésének, akadályok leküzdésének és a nyomásnak való ellenállásnak a képessége kedvezőtlen tényezők/helyzet fennállása esetén. A kutatások szerint magába foglalja a pozitív alkalmazkodás dinamikus folyamatok általi ösztönzését jelentős nehézségek kontextusán belül (Masten, A., 2011; Meichenbaum, D., 2017; Cicchetti & Blender, 2006; Rutter, M., 2006), amely képesség szükséges az egészséges és alkalmazkodni képes fiatal emberek és jövőbeli felnőttek fejlődéséhez. Ahelyett, hogy engednék a kudarcot felülkerekedni magukon és lemeríteni a tartalékaikat, a reziliens emberek megtalálják a módját, hogyan jussanak túl a nehéz időkn. A pozitív hozzáállás, optimizmus, az érzelmek szabályozásának képessége, valamint a kudarcra a hasznos visszajelzés egy formájaként való tekintés képessége csak néhány azon tényezők közül, melyek valakit reziliensé tesznek (Cyrlunik,B., 2005). Reziliensnek lenni nem azt jelenti, hogy az adott személy nem küzd nehézségekkel vagy szorongással. Az érzelmi fájdalom és szomorúság gyakori jelenség olyan embereknél, akik jelentős csapást vagy traumát szenvedtek el az életük során. Sőt, valójában a rezilienciához vezető út valószínűsíthetően számottevő érzelmi stresszel jár együtt.

Az oktatási reziliencia a gyermekek azon képessége, hogy sikeresek tudnak lenni a tanulásban a sikerességüket hátráltató kockázati tényezők ellenére (Bryan, J 2005; Benard, 1991). A Parent'R'Us keretprogramon belül a reziliencia egy létfontosságú pontja a mentorálási modell megvalósításának, a koordinátor, a mentor és a mentorált számára egyaránt. Ebben az esetben a mentor menedzser tisztában van a saját képességeivel és erőforrásaival, és aktívan próbál felülkerekedni a traumatikus helyzeten azáltal, hogy kitartó, rugalmas és motivált, illetve magas fokú önbecsüléssel és önbizalommal rendelkezik. A reziliencia összefüggésben van az Érzelemkezeléssel, az Empátiával, az Optimizmussal, az Ok-okozati Elemzéssel, az Önhatékonysággal és az Emberközeliséggel.

Fő viselkedési mutatók

Ismeretek	Kapcsolat aközött, hogy hogyan gondolkodunk és hogyan érzünk
	Belső és külső kontrollhely
	Másokat alternatív/pozitív gondolatok találásához segítő stratégiák
	Verbális (hangszín, szóválasztás és megfogalmazás) és nem verbális (szemkontaktus, testbeszéd) jelek ismerete és megértése, melyek azt mutatják, hogy a változás lehetséges
	Pozitív boldogulási stratégiák
Készségek	Előre látja a problémákat és megoldásokat
	A dolgokra objektív módon tekint
	Elfogadja az építő jellegű kritikákat
	Felismeri és szabályozza a saját érzelmeit
	Megfelelő pillanatokban segítséget kér
	Képes az önálló munkavégzésre
	Irányítja a beszélgetéseket a problémától a megoldásig
	Beszél az érzelmekről és/vagy helyzetekről, és megosztja azokat másokkal
Attitűdök	Kitartás
	Optimizmus
	Proaktivitás

REZILIENCIA	
	Kritikus gondolkodás
	Önhatékonyság

KONFLIKTUSKEZELÉS

A konfliktus egy egyének vagy csoportok közötti olyan folyamat, amely a nézőpontok különbözősége és/vagy valamilyen negatív érzés által okozott feszültséget keletkeztet. A konfliktus lehet destruktív, negatív érzések kialakításához és olyan energiának a konfliktusra való pazarlásához vezetve, amit máshol jobban lehetne kamatoztatni. Emellett elmélyítheti a különbségeket és a csoportok polarizációjához vezethet egyik vagy másik pozícióba. Ugyanakkor a jól kezelt konfliktusok konstruktívak is lehetnek, kiengedve az érzelmeket és a stresszt, feloldva a feszültséget, különösen, ha egyfajta lehetőségként vannak felhasználva a jobb megértéshez, illetve a konfliktushelyzetből való kiút közös megtalálásához.

A mentornak ismernie kell a konfliktusmegoldás különböző stratégiáit – az elkerüléstől az alkalmazkodáson és dominancián keresztül az elkötelezettségig és együttműködésig. A mentornak a konfliktusmegoldás első lépéseként diagnosztizálnia kell a konfliktus forrását és tényszerű megközelítést kell alkalmaznia. A mentornak meg kell hallgatnia a másik felet és nemcsak az üzenet tartalmára kell figyelnie, hanem az azzal összefonódott érzésekre és érzelmekre is. Az aktív hallgatás az egyik legmegfelelőbb módszer a konfliktusok tárgyalása során, és mindig magába foglalja az empátiát, valamint a másik nézőpont megértését, minden lehetséges megoldást mérlegelve. A mentornak ezen felül jó stressz kezelési technikát is ki kell alakítania.

Fő viselkedési mutatók

Ismeretek	Stratégiák a konfliktusok rendezésére
	Stressz-kezelési technikák
	A konfliktus előfordulásának különböző szintjei (egy adott személyben lévő, személyek közötti, csoporton belüli, szervezeten belüli, csoportok közötti és szervezetek közötti)
	A konfliktus különböző okai/forrásai (kapcsolat, gyermekek tanulásának különböző szempontjai, szerepek tisztázatlansága)
	A konfliktus a fejlődést elősegítő pozitív dolog
	Tárgyalási készségek
Készségek	Elfogadja a különböző embereket, véleményeket és helyzeteket
	Figyelmesen hallgat és megfigyel
	Beazonosítja a konfliktusban érintett érzéseket és érzelmeket
	Konfliktushelyzetben nyugodt és semleges marad
	Előre látja a konfliktust, képes a tényszerű információkra összpontosítani az érzelmek által történő befolyásoltság helyett
	Segít más embereknek a konfliktushelyzetek megoldásában
	Önmaga szabályozza az érzelmeit
Attitűdök	Nyugodtság
	Magabiztosság
	Önbizalom
	Önhatékonyság
	Elfogulatlanság

GYERMEKFEJLŐDÉSI ISMERETEK	
A gyermekek tanulására irányuló sikeres szülői elkötelezettséghez a felnőtteknek tisztában kell lenniük a gyermek fejlődésének az alapjaival.	
Fő viselkedési mutatók	
Ismeretek	Agyi fejlődés
	Kognitív fejlődés
	A stressz és a trauma hatásának a megértése a gyermek fejlődésére
	Szociokulturális fejlődés
Készségek	Megtervezi a fejlődési szükségleteknek megfelelő tanulási támogatást
	Azonosítja a változás szakaszait
Attitűdök	Személyközpontúság
	Változásra való érzékenység

SZÜLŐI ELKÖTELEZETTSÉG	
A szülői elkötelezettség az iskola és az otthon közös tevékenysége annak céljából, hogy a szülők, tanárok, gyermekek, egyéb családtagok és közösségi szereplők számára erőforrásokat, módszereket, eszközöket és lehetőségeket hozzon létre a nyitott és demokratikus módon történő kommunikáció érdekében, a tanulással a középpontban. (Goodall 2018.)	
Fő viselkedési mutatók	
Ismeretek	Részvételen alapuló és demokratikus folyamatok
	Az iskola működésének megértése
	A szülői szerepvállalás és szülői elkötelezettség közötti különbség megértése
	Gyermekek jogai és a szülői jogok
	Innovatív működőképes otthon-iskola kapcsolatok
	Rendszereken belüli erőviszonyok
Készségek	Kreativitás
	Bizalomépítés
	Elősegítés
	Problémamegoldás
	Mások motiválása
	Felelősségvállalás támogatása
Attitűdök	Befogadó
	Kreatív
	Nyitott gondolkodású
	Változás-orientált
	Proaktív
	Tiszteletudó

ÉRZELMI INTELLIGENCIA

Az Érzelmi Intelligencia „az érzelmek észlelésének, az érzelmekhez való hozzáférésnek és az érzelmek kiváltásának a képessége annak érdekében, hogy megértsük az érzelmeket és az érzelmi tudást, valamint hogy megfontoltan szabályozzuk az érzelmeket az érzelmi és szellemi fejlődésünk elősegítése céljából”. (Mayer, Salovey, & Sluyter, 1997, 7.o.)

A szülők kulcsfontosságú tényezők a gyermekek érzelmi intelligenciája fejlődésének előmozdítása terén. Következésképpen a szülői stílusok ismerete nélkülözhetetlen elem valamennyi mentor és koordinátor számára.

Az Érzelmi Intelligens Mentorálás “egy intenzív, kölcsönösen előnyös fejlődési kapcsolat mentor és tanítvány között, amely az érzelmi és szociális készségektől függ, illetve azokat terjeszti ki olyan módokon, melyek áthatják a gondolkodást és a cselekvést, hasznosak maguk és mások számára is, illetve szakmai tanulást és előmenetelt eredményeznek.” (Opengart & Bierema, 2015, 243.o.)

Az érzelmi intelligencia koncepciója négy dimenzióra helyezi a hangsúlyt: önismeret, önigazgatás, társadalmi tudatosság, szociális/kapcsolatkezelés (Goleman et al., 2013). Ezek mind a mentorálás, felügyelet és vezetés fontos dimenzióinak számítanak.

Fő viselkedési mutatók

Ismeretek	Tudatos figyelem (kiterjesztve a napra, eseményre, személyre)
	Önigazgatás
	Személyes érzelmi kiváltó okok ismerete
	Szociális problémamegoldás
	Kortársakkal kapcsolatos szociális kérdések
	Pozitív érzelmek
	Etnikai és kulturális különbségek
	Kapcsolatkezelés
Készségek	Észleli és megérti az érzelmeket
	Átértelmezi önmaga megítélését
	Empatikus
	Önelemző
	Kezeli és szabályozza az érzelmeket (boldogulási készségek)
	Elfogadja az érzelmi megnyilvánulásokat
	Ünnepli a pozitív érzelmeket
	Reagál a gyermek szükségleteire
Megoldja a problémákat	
Attitűdök	Önismeret
	Önigazgatás
	Magabiztosság

ÉRZELMI INTELLIGENCIA	
	Önmotiváció
	Társadalmi tudatosság

MENTORÁLÁS MEGVALÓSÍTÁSA

A mentorálás egy olyan folyamat, amelyben egy személy, aki az életútja során már leküzdött egy bizonyos helyzetet (szakmailag, személyére vonatkozóan, vagy szociálisan), valamint elsajátított olyan készségeket és tudást, amely lehetővé tette számára a felismert sikerhez vezető út követését, arra törekszik, hogy ezeket az ismereteket és készségeket megossza kiszolgáltatott helyzetben lévő más emberekkel.

A mentor küldetésének a célja a mentorált személy segítése az önbizalma növelésében, illetve bátorítás nyújtása és a fejlődés pozitív megerősítése. A mentornak ösztönöznie kell a mentoráltakat a saját döntéseik meghozatalára.

Ennek érdekében a mentornak érzelmileg „készen kell állnia” egy másik személy segítségére és képesnek kell lennie egy hatékony kötelék kialakítására a mentorálttal, biztosítva a titoktartást, továbbá hiteles tanácsokat és gondoskodást nyújtva a számára.

Fő viselkedési mutatók

Ismeretek	Biztonságos kapcsolat kialakítását segítő tényezők
	A mentorálás koncepciója, illetve a mentor és a mentor menedzser szerepe
	Mentorálási folyamat, stílusok és eszközök
	Reális és elérhető célok kitűzése (pl. SMART célok)
	Motivációs stratégiák
	Egy ember támogatása és irányítása közötti különbség
	A mentorálási folyamaton belüli kapcsolatok fontossága
	A kulturális különbségeknek és annak az ismerete, hogy azok hogyan befolyásolhatják a kapcsolatokat
Készségek	Kellemes környezetet hoz létre az információ megosztásához
	Pozitív és szilárd kapcsolatot létesít
	Felismeri a fejlődést
	Egyértelmű korlátokat szab, amely lehetővé teszi a biztonságos kapcsolatot és viszonyt
	Megkérdőjelez gondolatmeneteket
	Tiszteletben tartja a félelmeket és a gyengeségeket
	Mások eredményeire összpontosít
	Kezdeményezést és megfelelő ítélőképességet alkalmaz a problémamegoldáshoz
	Előmozdítja az önállóságot és az önhatékonyt
Attitűdök	Odafigyelés a kérdésekre és a problémákra
	Elfogadás
	Nem-ítélkezés
	Bizalmasság
	Megbízhatóság
	Ügyfélközpontúság

ÖKOLÓGIAI / RENDSZERSZERŰ TUDATOSSÁG

Az ökológiai/rendszereszerű modell azt állítja, hogy az emberek csecsemőkoruktól kezdve az életük különböző kontextusai szerint élnek, hatnak egymásra, és így ezek által vannak befolyásolva is (Bronfenbrenner, 1994).

A mentornak tisztában kell lennie az emberek és különböző kontextusok közötti kölcsönhatással, elismerve az emberek életében lévő kontextusok és fejlődések személyes fejlődésükre gyakorolt összefüggő hatásainak a sokféleségét. Ennek az ismerete érzékennyé teheti a mentort a mentorált személy néhány reakciójával, gondolkodásmódjával és korlátjával szemben.

A mentorálás egy erőteljes visszailleszkedési folyamat. Ehhez a beavatkozáshoz a mentornak összetett helyzeteket kell kezelnie és egy biztonságos környezetet kell létrehozni a célok megvalósítása érdekében, cél-orientált és nyílt végű mentorálási stílusban egyaránt.

A mentornak képesnek kell lennie belső készségek mobilizálására, hogy kielégítse a mentorált érzelmi és gyakorlati igényeit, valamint hogy támogatást nyújtson neki. A mentornak tanulást és tudást kell átadnia, megosztva készségeket, technikákat és tapasztalatokat, alkalmassá téve azokat az egyes mentoráltak konkrét valósága számára. Ezen túlmenően a mentornak teljes mértékben integrálódnia kell a közösségbe, továbbá mélyreható ismeretekkel kell rendelkeznie a közösség kultúrájáról, értékeiről és céljairól. Hasznos dolog alapvető ismeretekkel bírni a humán erőforrások és a felvétel terén, olyan értelemben, hogy lehetővé teheti a mentornak az iskolai közösségbe való beilleszkedés megkönnyítését a mentorált számára.

Tekintve, hogy a mentorálás egy nehezen feldolgozható tapasztalat, amely személyes tényezőket hoz helyre, a mentornak képesnek kell lenni a kudarc megfelelő kezelésére és összetett korlátok leküzdésére.

Fő viselkedési mutatók

Ismeretek	Ökológiai / Rendszereszerű megközelítés az egyén fejlődéséhez
	A különböző kontextusok hatása az egyénre
	Humán erőforrások, felvétel és új szülők fogadása
	Az oktatás koncepciója
	Értékelési technikák
	Prioritások meghatározása
	Szervezeti kultúra, értékek és célok
	Az oktatási körülmények fontossága az emberek életében
Készségek	Értékeli és elemzi a mentoráltra leginkább ható kontextusokat
	A mentorált személy által elmondottakon túl képes látni
	Pozitív iskolai környezetet mozdít elő
	Az oktatást a mentorált életét pozitív irányban befolyásoló tényezőként népszerűsíti
	Tiszteletben tartja a mentorált személy nézőpontját és tapasztalatait
	Felismeri a mentorált erőforrásait, erősségeit és gyengeségeit, és dolgozik a fejlődésükön
	Felismeri az oktatásban való szerepvállalás és az iskola megtartásának a korlátait
	Képes kitűzni célokat, és segíteni a mentorált személynek a célok kitűzésében
Kezeli a nagy erőfeszítéseket igénylő helyzeteket	

ÖKOLÓGIAI / RENDSZERSZERŰ TUDATOSSÁG	
	Kezeli a kudarcokat
	Motiválja és bátorítja a mentoráltakat
	Képes ösztönözni az oktatással kapcsolatos kompetenciákat
	A személyt teljes értékűnek látja, aki számos kontextus mentén létezik és mozog, melyek hatással vannak az életére
Attitűdök	Tiszteletudás
	Megértés
	Elfogadás
	Motiváció
	Elérhetőség
	Türelem
	Figyelmesség

FOLYAMATOS TANULÁS ÉS ÖNFEJLESZTÉS

A megfelelő jártasság megszerzése érdekében a mentornak folyamatos készségfejlesztésre kell járnia, illetve részt kell vennie továbbképzésen a speciális készségek fejlesztése céljából. Ennélfogva a mentornak önreflektívnek kell lenni, és képesnek kell lennie a saját gyakorlatának és módszereinek a kiértékelésére, készen és nyitottan a mentorálási folyamatok és stratégiák átalakítására. A mentornak fel kell ismernie, hogy mikor és milyen helyzetekben kell támogatást, jóváhagyást vagy további képzést keresnie. Emellett szükséges, hogy a mentor a fejlődésekről és eredményekről jelentéseket tegyen a koordináló csapat felé, amely felelős a döntéshozatalért és a feladatokért.

Fő viselkedési mutatók

Ismeretek	A saját erősségeinek és gyengeségeinek az ismerete
	Az önfejlesztés és élethosszig tartó tanulás fontosságának tudata
Készségek	Önellenőrzést végez
	Kritikusan gondolkodik a saját teljesítményéről
	A saját döntéseiért/hibáiért felismeri és vállalja a felelősséget
	Megérti a saját erőforrásait és gyengeségeit, valamint erőfeszítéseket tesz a fejlesztésük érdekében
	Visszajelzést kér és az alapján cselekszik
Attitűdök	Önismeret és önreflexió
	Motiváció a tanuláshoz és a fejlődéshez
	Proaktivitás
	Kíváncsiság

5. Önértékelési Kérdőív

Ebben a kérdőívben azt kérdezzük Öntől, hogy melyik mondattal azonosítja magát jobban. Tehát, például, a „Teljesen egyetértek a bal oldali mondattal” oszlopba kell X-et tennie, ha igazán a magáénak érzi a bal oldalon található mondatot, vagy jelölje X-szel a „Teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal” oszlopot, amennyiben a jobb oldalon található mondattal jobban azonosítja magát. Az „R” betűvel megjelölt mondatok fordított logikát alkalmaznak.

KOMMUNIKÁCIÓ (13 elem)					
	Teljesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
1. Ha mind ugyanazt a nyelvet beszéljük, biztosan megértjük majd egymást.					A társadalmi és kulturális háttérünk befolyásolja a kommunikációt, ezért habár ugyanazt a nyelvet beszéljük, nem biztos, hogy megértjük egymást
2. A frontális szülői értekezletek jól működnek, nem kell újragondolni azokat.					Ha egy szülő kellemetlennek érzi, hogy elmenjen egy szülői értekezletre, akkor el kell mondania, hogy helyette mit szeretne
3. Számomra nincsenek kommunikációs korlátok.					Ha egy személy sok komplex szót használ, vagy valamilyen előítélete van, akkor a megértése nehéz lehet a számomra. (R)
4. A szülő és tanár közötti kommunikációnak azokról a dolgokról kellene szólnia, amik az osztályteremben vagy az iskolában történnek.					A tanároknak mint oktatóknak bármely szükséges szempontból támogatniuk kell a szülőket.
5. Gyakran van olyan érzésem, hogy más emberek nem értenek meg engem.					Biztos vagyok benne, hogy egyértelmű módon ki tudom fejezni az elképzeléseimet és a véleményemet mások felé. (R)
6. Könnyű számomra annak megértése, hogy az emberek hogyan és miért érznek és gondolkodnak egy bizonyos módon.					Úgy vélem, hogy az emberek érzése és gondolatai néha túl összetettek ahhoz, hogy meg lehessen érteni azokat.

REZILIENCIA (11 elem)					
	Teljesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
7. Az a fajta ember vagyok, aki már azelőtt stresszel, hogy valami történt volna.					Általában képesnek érzem magam túljutni az életemben előforduló problémákon és kihívásokon. (R)
8. Amikor valami rosszul sül el, képes vagyok azt kielemezni, illetve megérteni, hogy mi történt és hogyan tudok jobban teljesíteni.					Amikor valami rossz dolog történik, mindig azt gondolom, hogy mások nem nyújtottak elég támogatást a számomra.
9. Úgy vélem, hogy voltak az életemben kihívást jelentő helyzetek, melyekből sokat tanultam.					Ha azokra a kihívást jelentő helyzetekre gondolok, amiken keresztülmentem, akkor lehangoztam és frusztráltnak kezdem érezni magam.
10. Hiszek abban, hogy a gondolkodásunk hatással van az érzéseinkre.					Nem tudjuk befolyásolni, hogy mit érzünk.
11. Hajlamos vagyok bármilyen kis problémát felnagyítani.					Egészen tisztán látom a helyzeteket, ezért nem vagyok stresszes. (R)
12. Stresszes helyzetben az a fajta ember vagyok, aki nyugodt marad és másoknak is képes segíteni megnyugodni.					Stresszes helyzetben általában másokhoz fordulok, hogy segítsenek megnyugodni és összpontosítani.
13. Képes vagyok kritikákat fogadni és elfogadni, illetve azokból fejlődni.					Nehezen fogadom a kritikákat, mert olyan érzés, mintha kudarcot vallottam volna.
14. Sokszor hasonlítom magam másokhoz és ahhoz, amit elértek, és ettől frusztráltnak érzem magam.					Igazán jól érzem magam attól, aki vagyok és amit elértem az életemben. (R)
15. Nem baj, ha vannak olyan emberek, akik nem kedvelnek engem.					Szomorú vagyok és szorongok, amikor azt érzem, hogy az emberek nem kedvelnek.
16. Általában elég energiával rendelkezem, hogy megtegyem amit meg kell tennem.					Nehezen szedem össze az erőt mindazon dolgok megtételéhez, amiket meg kell tennem.
17. Élvezem a családommal és barátaimmal együtt töltött időt.					Általában jobban szeretek egyedül lenni.

KONFLIKTUSKEZELÉS (12 elem)

	Tejjesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Tejjesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
18. Egyes esetekben a legjobb módja a konfliktuskezelésnek az ökölrel asztalra csapás.					Az érintett emberekkel való beszélés a konfliktus megoldásának az egyik módja. (R)
19. Mindig konfliktusokba keveredek, mert szeretem, ha igazam van.					Rendszerint racionális vagyok és az érem mindkét oldalát látom. (R)
20. Amikor valaki konfliktussal áll szemben, meg kell próbálnunk segíteni neki lenyugodni és tisztán látni a dolgokat.					Amikor valaki konfliktussal áll szemben, ott kell állnunk mellette, mondanunk kell, hogy igaza van, és a támogatásunkról kell biztosítani.
21. Egész jól tudok uralkodni magamon válsághelyzetben.					Nem érzem úgy, hogy könnyű lenne a helyzeteket ellenőrzés alatt tartani.
22. Hiszek benne, hogy a kapcsolatok erősebbekké válhatnak a konfliktusok után.					Úgy vélem, hogy a konfliktusok a kapcsolatok végét jelentik.
23. Fontos segíteni másoknak annak megértésében, hogy mik váltják ki a konfliktusokat.					Fontos segíteni másoknak annak megértésében, hogy hogyan lehet elkerülni a konfliktusokat.
24. Konfliktushelyzetben nehezen látom tisztán a dolgokat és nehezen összpontosítok a megoldásra.					Konfliktus során mindkét oldalt pártatlanul tudom szemlélni, másoknak is segítek meglátni ezt, és együtt találjuk meg a megoldást. (R)
25. Mások segítése a konfliktus kezelésében azt jelenti, hogy néha meg kell oldanunk a konfliktust a számukra.					Mások segítése a konfliktus kezelésében sok esetben jelenti a konfliktusrendezés és a konfliktusokra való tekintés új módjainak a kidolgozását. (R)
26. Konfliktusok számos szinten létrejöhetnek (pl. személy-személy vagy személy-szervezet szinten), és fontos ennek a megértése a megoldás jobb megtalálása érdekében.					A konfliktus az konfliktus; nem számít, hogy milyen szinten jelenik meg, a megoldás módja mindig ugyanaz.
27. Lehet hogy nincs mindenre válaszom, de biztos vagyok abban, hogy tudok segíteni az embereknek megoldani néhány problémát.					Nincs mindenre válaszom, ezért nem érzem biztosnak magam abban, hogy tudok segíteni más embereknek megoldani a problémájukat.
28. Én egy rendkívül toleráns ember vagyok					Általában én amolyan reaktív személy vagyok.

KONFLIKTUSKEZELÉS (12 elem)

	Teljesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
29. A leghagyományosabb és legjobb módja a konfliktusok leküzdésének az elkerülésük.					A konfliktus leküzdésének egy jó módszere az együttműködés, és a más emberekkel való megállapodás. (R)

GYERMEKFEJLŐDÉS (12 elem)

	Teljesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
30. A gyermekeket az egyéni fejlettségi szintjüknek megfelelően kell csoportosítani az iskolában.					A gyermekek életkor szerinti csoportosítása a legjobb megoldás, a fejlettségi különbségeket könnyen lehet kezelni a csoporton belül.
31. A gyermekek viselkedése szabályozható a felnőttek által.					A gyermekek életében vannak tényezők, melyek nem változtathatók meg az oktatás során, de azokat figyelembe kell venni.
32. Néhány gyermek rossz magaviselettel született.					A zavaró viselkedésnek mindig vannak mélyebb okai, melyeket minden esetben le lehet küzdeni.
33. Minden gyermeknek megvan a maga speciális oktatási igénye, ezért az iskolának egyénre kell szabnia az oktatást.					A speciális oktatási igénnyel rendelkező gyermekeknek szaksegítségét kellene kapniuk.

SZÜLŐI ELKÖTELEZETTSÉG (11 elem)

	Teljesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
34. A szülők felelőssége a gyermekeik oktatása, az iskola csupán támogatja őket ebben.					Az állam felelőssége oktatást biztosítani valamennyi gyermek számára, és a szülőknek támogatni kell, ami az iskolában történik.
35. A szülőknek és tanároknak csak az iskolában kell találkozniuk, és együtt kell működniük az iskolai tanulás támogatása tekintetében.					Amennyiben egy szülő kényelmetlenül érzi magát az iskolában, a tanároknak másik helyet kell találni a találkozáshoz, és nem arra kérni a szülőt, hogy menjen be az iskolába.
36. Úgy vélem, hogy a szülőknek döntéshozókká kell válniuk az iskolákban és a közösségekben.					Az iskolai döntéseket az iskolai személyzetnek (iskola vezetője, tanárok, pszichológus) kell meghozni, de a szülőknek el kell mondani a véleményüket.
37. A szülők számára lehetővé kell tenni, hogy segíthessenek a gyermekek iskolai munkájában, pl. a házi feladat megírásában.					Az iskoláknak meg kell érteniük, hogy a tantervi tanulás gyakran az iskolára korlátozódik, és a tanároknak lehetővé kell tenni a szülők számára, hogy a tanterven kívüli témákról és területekről tanítsák a gyermekeiket.
38. Minden szülő a legjobbat akarja a gyermekének.					Néhány szülő csak kihasználja a gyermekeit, vagy csupán a szociális támogatások miatt vállal gyereket.
39. Az iskolának olyan nyelvet kell használnia, amit mindenki könnyedén megért.					A szülőknek alkalmazkodni kell az iskolában használt nyelvhez, javítva a nyelvi képességeiket.

ÉRZELMI INTELLIGENCIA (10 elem)

	Tejlesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Tejlesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
40. Úgy vélem, hogy az érzelmeim erős hatással vannak a viselkedésmódomra.					Úgy vélem, hogy az érzelmeim alig vagy egyáltalán nincsenek hatással arra, hogy hogyan viselkedem.
41. Képes vagyok azonosítani és kezelni az érzelmeimet.					Általában nem vagyok tisztában az érzelmeimmel, csak ha már túl késő.
42. Tisztában vagyok az erős és gyenge pontjaimmal.					Nehezen tudom meghatározni az erősségeimet és gyengeségeimet.
43. Általában megfontolt vagyok és mindent elkövetek, hogy tanuljak a múltbeli tapasztalataimból.					Olyan helyzetekben találok magam, ahol ugyanazokat a hibákat ismétlem meg.
44. Az emberek visszajelzéseit és nézőpontjait a folyamatos tanulás és önfejlesztés egyfajta módszereként értékelem.					Nem engedem, hogy más emberek véleménye befolyásoljon. Bízom saját magamban.
45. Nem vagyok biztos a stresszes helyzetekben és nyomás alatt hozott döntéseimben.					Határozott személy vagyok, aki képes határozott döntéseket hozni a stressz és bizonytalanság ellenére is. (R)
46. Tisztelem a különböző háttérrel rendelkező embereket, és jól megtalálom velük a közös hangot.					Nehezen tudok viszonyulni a különböző háttérrel rendelkező emberekhez (etnikai csoport, nyelv, faji hovatartozás, szexuális irányultság, vallás, stb.)
47. Áttörök a bürokrácia akadályain és megkerülöm a szabályokat, amikor az szükséges a munka elvégzéséhez.					Tiszteletben tartom a szabályokat, még ha ez azt is jelenti, hogy nem érem el a kívánt célt.
48. Pontosán ismerem azokat az erőket, melyek a velem egykorúak nézőpontját és cselekedeteit alakítják.					Nehezen értem meg, hogy az emberek hogyan gondolkodnak és éreznek.
49. Jó hallgatóság vagyok, kölcsönös megértésre törekszem, és teljes mértékben támogatom az információ megosztását.					Úgy vélem, hogy az információt csak annak számára kell megosztani, akinek arról tudnia kell.

MENTORÁLÁS MEGVALÓSÍTÁSA (22 elem)

	Tejlesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Tejlesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
50. A mentor célja a mentorált személy kiértékelése, elérve annak fejlődését.					A mentor célja, hogy segítse a mentorált személyt megbirkózni a kihívásokkal, amikkel szembe kell nézniük. (R)
51. Fontos, hogy a mentorált érezze, hogy elfogadjuk olyannak, amilyen, miközben hiszünk benne, hogy mindig képes a fejlődésre.					Fontos, hogy a mentorált érezze, hogy elfogadjuk olyannak, amilyen, és elég realista legyen annak elfogadásához, hogy elérte a saját fejlődésének a határait.
52. A mentorálási célok elérése érdekében a mentornak csak egyszerűen beszélnie kell a mentorálttal.					A mentorálási célok elérése érdekében mindennek, amin együtt dolgozok a mentorálttal, tervszerűnek kell lennie.
53. A mentorálási kapcsolaton belül a mentor lehet informális is, segítve a mentorált személyt kellemesen érezni magát.					A mentorálási kapcsolatban a formalitás a siker egyik tényezője.
54. Szeretek azzal segíteni az embereknek, hogy elmagyarázom nekik, hogyan kellene a dolgokat csinálniuk.					Szeretek azzal segíteni az embereknek, hogy meghallgatom őket, és támogatom őket a stratégiák maguktól való megtalálásában. (R)
55. Az emberek általában biztonságban érzik magukat, ha valaki megmondja nekik, hogy mit csináljanak.					Az emberek biztonságban érzik magukat, ha találunk valakit, aki elfogadja a saját gondolkodásmódjukat. (R)
56. Úgy vélem, hogy rendkívül fontos megünnepelni a kis győzelmeket a továbbhaladás és a motiváció megőrzése érdekében.					Úgy vélem, hogy rendkívül fontos elmagyarázni az embereknek, mit csináltak rosszul, hogy legközelebb jobban/másként tudják azt csinálni.
57. Habár a mentor általában egy példakép, hatósági személy szerepében kell fellépnie, hogy a mentorált kövesse őt.					A mentornak példaképként kell cselekednie, hogy fejlessze a mentorált személy magatartását.
58. Néha motivációs célból hasznos lehet könnyű, egyszerű, kis lépések létrehozása vagy felállítása valaminek az eléréséhez.					Néha mások motiválásához el kell venni tőlük olyan dolgokat, amiket szeretnek, hogy aztán meg kelljen érte dolgozniuk.

MENTORÁLÁS MEGVALÓSÍTÁSA (22 elem)

	Tejlesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Tejlesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
59. A mentor és mentorált közötti pozitív kapcsolat rendkívül fontos a mentorálási folyamat számára.					A legfontosabb dolog a mentorált tanítása, nem pedig a kapcsolatra való összpontosítás.
60. Határok szabása a mentorálási folyamat számára a mentor és mentorált közötti kapcsolatot nagyon mesterségesse teheti.					Határok szabása a mentorálási folyamat számára segíthet abban, hogy a mentor és a mentorált tudják, mit várjanak ettől a kapcsolattól. (R)
61. Úgy vélem, ahhoz, hogy biztonságban érezze magát, a mentorálnak tudnia kell, hogy nem fogom megosztani másoknak, amit nekem mondott.					Ahhoz, hogy a mentorálnak segítsék, meg kell osztanom néhány általa elmondott információt (veszélyes információkat, hatáskörön kívül eső témákat, ...) másokkal, mint pl. a Mentorálási Csapattal vagy a Mentor Menedzserrel.
62. Amint elkezdődik a mentorálási folyamat, a mentorált a barátommá válik.					Megértem, hogy valószínűleg szoros kapcsolatot fogok érezni a mentorálttal, de azt el kell különítenem a magánéletemtől. (R)
63. Fontos a megfelelő időzítés, de az eredmények felmutatása még fontosabb.					Az emberek megfelelő (megosztási) időzítésének a tiszteletben tartása fontos ahhoz, hogy segítsünk nekik kellemesen érezni magukat. (R)
64. Rendkívül fontos tisztában lenni a kulturális különbségekkel és tiszteletben tartan azokat a mentorálttal való pozitív kapcsolat előmozdítása érdekében.					Nem kell aggódni a kulturális különbségek miatt, mert nem fogják befolyásolni a mentorálttal való foglalkozást.
65. A mentornak támogatnia kell a mentoráltat és ugyanakkor elő kell mozdítania az önállóságát.					Az önállóság előmozdítása nem célja a mentorálási folyamatnak, mert a mentor mindig ott lesz a mentorált számára.
66. Úgy vélem, hogy mentornak lenni egy hobbi, és nem igényel nagy időráfordítást.					Mentornak lenni felelősség, különösen azért, mert közvetlenül emberekkel kell foglalkozni. (R)
67. A mentorálási programban fontos a reális célok a mentorálttal együtt történő kitűzése					A mentorálási programban a mentor a felelős a célok meghatározásáért.

MENTORÁLÁS MEGVALÓSÍTÁSA (22 elem)

	Tejlesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Tejlesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
68. Megértem, hogy a mentoráltak más tapasztalatai vannak, mint nekem, és ebből kifolyólag az életről eltérő nézőponttal rendelkezhet.					Megértem, hogy a mentoráltak más tapasztalatai vannak, de el kell érnem, hogy ugyanúgy lássa az életet, ahogyan én.
69. A visszajelzés fontos eszköz, mert azáltal az emberek tanulhatnak és fejlődhetnek.					El kell kerülni a visszajelzéseket, mert attól az emberek a gyengeségeikre fognak gondolni és frusztráltak lesznek.
70. Amikor mások megosztják velünk az aggodalmaikat, meg kell hallgatnunk őket és meg kell próbálni abba az irányba terelni a beszélgetést, hogy mit lehetne tenni azzal kapcsolatban.					Amikor mások megosztják velünk az aggodalmaikat, meg kell hallgatnunk és a támogatásunkról biztosítani őket. (R)
71. Tiszteletben kell tartani és el kell fogadni, amit a mentorált mond, de ugyanakkor azzal is tisztában kell lenni, hogy hogyan mondja.					Mentorként teljes mértékben hinni kell a mentoráltban.

ÖKOLÓGIAI / RENDSZERSZERŰ MEGKÖZELÍTÉS ISMERETE (10 elem)

	Teljesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
72. Megértem, hogy az emberek számos kontextus között mozognak, és mindegyik másképpen hat rájuk.					Az emberek olyanok, amilyenek, függetlenül az életkörülményeiktől.
73. Minél többet tudok a mentorált környezetéről és családjáról, annál jobban eleget tudok tenni a mentori feladataimnak.					A mentorálási folyamat során elegendő csupán a mentorálttal találkozni, mert a kettőnk közötti kapcsolat meghatározó.
74. A mentorált személy segítése szocializálódni és más szülőket megismerni nem fontos dolog.					A mentorált személy segítése szocializálódni és más szülőket megismerni hasznos lehet. (R)
75. Egy ember teljes megértéséhez utána kell nézni a hátterének.					Az emberek háttere fontos tényező lehet, de nem az határozza meg őket.
76. Az iskola nem tartozik a legfontosabb kontextusok közé, mert az ember egy idő után továbbáll onnan.					Az iskola az egyik legfontosabb kontextus az emberek életében, mert itt töltik a gyermekkoruk és a fiatal felnőtt életük jelentős részét. (R)
77. A mentorálnak nem kell tudni, hogy a dolgok miért egy bizonyos módon történnek, csak azt, hogy mi az a mód.					Fontos elmagyarázni, hogy néhány feladatot miért kell egy bizonyos módon elvégezni, hogy a mentorált is megérthesse azt. (R)
78. Hasznos lehet beszélni a mentorálttal és megnézni, hogy mik az erősségei és gyengeségei, annak érdekében, hogy azokból tovább fejlődhessen.					Nem jó, ha a mentorálnak vannak gyengeségei, mert sok hibát fog elkövetni.
79. Tisztában vagyok vele, hogy az otthoni problémák befolyásolhatják az emberek egymással való kapcsolatát, és fordítva.					Az otthoni problémák nem tudják befolyásolni az emberek egymással való kapcsolatát, mert ami otthon történik, az otthon is marad.
80. Az a tény, hogy a mentoráltam nem képes előrejutni, gyakran számos külső behatástól függ.					Biztos vagyok benne, hogy a mentoráltam képes előrejutni, ha akar.

ÖKOLÓGIAI / RENDSZERSZERŰ MEGKÖZELÍTÉS ISMERETE (10 elem)

	Teljesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
81. Nem számítok rá, hogy a mentorált hibákat fog elkövetni, mert az azt jelentené, hogy mindketten kudarcot vallottunk.					Számítok rá, hogy a mentorált hibákat fog elkövetni, mert még új ebben a folyamatban és nem tud még mindent. (R)

FOLYAMATOS TANULÁS ÉS ÖNFEJLESZTÉS (6 elem)

	Tejlesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Tejlesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
82. Megértem, hogy vannak gyengeségeim, de hiszek abban, hogy tudok rajtuk dolgozni.					Úgy vélem, jó vagyok abban, amit csinálok, nem érzem úgy, hogy további képzésekre lenne szükségem.
83. Úgy vélem, jó dolog egyszerűen semmit sem csinálni a szabadidőmben.					Úgy vélem, hogy érdekes dolog új hobbikat vagy készségeket megtanulni és fejleszteni. (R)
84. Nem kérek visszajelzést, mert félek, hogy valamit rosszul csináltam.					Általában kérek visszajelzést a feletteseimtől és a kortársaimtól, hogy tudjam, mely területeken tudok még fejlődni. (R)
85. Az egyetem végére megtanulsz mindent, amire szükséged lehet, aztán a tanulási időszaknak vége lesz, és készen állsz a munkavégzésre.					Úgy vélem, az emberek egész életükben tanulnak. (R)
86. Szeretek új témákról tanulni.					Eleget tanultam a végzettségem megszerzése során.
87. Általában megpróbálom elrejteni a hibáimat, mert úgy érzem, azt jelentik, hogy kudarcot vallottam.					Habár ez nem könnyű, de képes vagyok megérteni a hibáimat és felelősséget vállalni értük. (R)

6. Hivatkozások

Aldwin, C. M. (2015). How can Developmental Systems Theories Cope with Free Will? The importance of stress-related growth and mindfulness. *Research in human development*, 12(3-4), 189-195.

Ball, A. (2014). The parent/guardian empowerment in schools scale. *Families in Society*, 95(2), 92-99

Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56-95.

Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child development*, 887-907.

Benard, B. (1991). Fostering resiliency in kids: Protective factors in the family, school, and community.

Benson, P. L., & C. Scales, P. (2009). The definition and preliminary measurement of thriving in adolescence. *The Journal of Positive Psychology*, 4(1), 85-104.

Bryan, J. (2005). Fostering educational resilience and achievement in urban schools through school-family-community partnerships. *Professional School Counseling*, 219-227.

Bryan, J., & Holcomb-McCoy, C. (2004). School counselors' perceptions of their involvement in school-family-community partnerships. *Professional School Counseling*, 162-171.

Cicchetti, D., & Blender, J. A. (2006). A multiple-levels-of-analysis perspective on resilience: implications for the developing brain, neural plasticity, and preventive interventions. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 248-258.

Cyrulnik, B. (2005). *The whispering of ghosts: Trauma and resilience*. Other Press.

Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological bulletin*, 113(3), 487.

Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy: A new and comprehensive method of treating human disturbance*. Secaucus, NJ: Citadel.

Fisher, C. B., Busch-Rossnagel, N. A., Jopp, D. S., & Brown, J. L. (2012). Applied developmental science, social justice, and socio-political well-being. *Applied Developmental Science*, 16(1), 54-64.

Goleman, D., Boyatzis, R. E., & McKee, A. (2013). *Primal leadership: Unleashing the power of emotional intelligence*. HGriffin, D., & Farris, A. (2010). School counselors and collaboration: Finding resources through community asset mapping. *Professional School Counseling*, 13(5).

Kim, J., Fletcher, K., & Bryan, J. (2017). Empowering marginalized parents: An emerging parent empowerment model for school counselors. *Professional School Counseling*, 21(1b)

Lerner, R. M., Lerner, J. V., P. Bowers, E., & John Geldhof, G. (2015). Positive youth development and relational-developmental-systems. *Handbook of child psychology and developmental science*, 1-45.

Maccoby, E. E., & Martin, J. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In ph mussen (series ed.) & em hetherington (vol. ed.), *Handbook of child psychology: Socialization, personality and social development* (Vol. 4, pp. 1-101).

Masten, A. S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice, and translational synergy. *Development and psychopathology*, 23(2), 493-506.

Mayer, J. D., Salovey, P., Salovey, P., & Sluyter, D. (1997). Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators. *What is emotional intelligence*, 3-31.

Meichenbaum, D. (2017). Bolstering resilience. *The Evolution of Cognitive Behavior Therapy: A Personal and Professional Journey with Don Meichenbaum*, 172.

MPATH project (2016). Mentoring coordinators and Mentors' profile and competencies tool. Available from: http://www.mpath-mentoring.org/uploads/4/3/4/4/43445821/mpath_o2_coordprofile_final.pdf

Opengart, R., & Bierema, L. (2015). Emotionally intelligent mentoring: Reconceptualizing effective mentoring relationships. *Human Resource Development Review*, 14(3), 234-258.

Patterson, J. M. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of marriage and family*, 64(2), 349-360.

Ratts, M. J., Singh, A. A., Nassar-McMillan, S., Butler, S. K., & McCullough, J. R. (2016). Multicultural and social justice counseling competencies: Guidelines for the counseling profession. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 44(1), 28-48.

Rutter, M. (2006). Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding. *Annals of the New York Academy of Science*, 1094(1), 1-12.

Scott, K. L., & Copping, V. E. (2008). Promising directions for the treatment of complex childhood trauma: The Intergenerational Trauma Treatment Model. *The Journal of Behavior Analysis of Offender and Victim Treatment and Prevention*, 1(3), 273.

Seligman, M. E. P., Berkowitz, M. W., Catalano, R. F., Damon, W., Eccles, J. S., Gillham, J., ... & Peterson, C. (2005). *The positive perspective on youth development*.

7. 1. Melléklet – Referencia információk az önértékelési kérdőívhez

A – Pontozás

Az önértékelési eszköz alapja egy 1-4-ig terjedő *Likert* skála annak megértése céljából, ha az adott személy inkább ért egyet az egyik vagy másik oldalon található mondattal. Ahogyan a példában is látható:

	Teljesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
Általában feladom, ha akadályba ütközök.	1	2	3	4	Az akadályok motiválnak, hogy még keményebben dolgozzak.

Tehát ha az adott személy azt választja, hogy „teljesen egyetértek a bal oldali mondattal”, akkor 1 pontot fog kapni erre az elemre, míg ha azt választja, hogy „teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal”, akkor pedig 4 pontot.

Az önértékelési kérdőív emellett fordított logikára is épít, az alábbi példának megfelelően:

	Teljesen egyetértek a bal oldali mondattal	Inkább a bal oldali mondattal értek egyet	Inkább a jobb oldali mondattal értek egyet	Teljesen egyetértek a jobb oldali mondattal	
Tudom, hogy a kommunikációs folyamat mit foglal magába.	4	3	2	1	Fogalmam sincs, hogyan működik a kommunikációs folyamat.

Ebben az esetben ha az adott személy a bal oldali oszlopot választja, 4 pontot fog kapni. A *Kérdőívben* található valamennyi fordított elem „R” betűvel van megjelölve.

B – Eredmények



parent'r'us

Iskolai Szülői Szerepvállalás a Diákok Eredményeinek Növeléséért

www.parentrus.eu

A jelen projekt az Európai Bizottság támogatásával került finanszírozásra az E+ Program keretén belül. Ez a publikáció kizárólag a szerző véleményét tükrözi, és a Bizottság nem tehető felelőssé a benne található információk semmilyen jellegű felhasználásáért.