

Ενότητα II – Σύστημα φίλων (Buddy System)

Περιγραφή ενότητας

Αυτή η ενότητα θα παρουσιάσει το Σύστημα Φίλων (Buddy System) – την έννοια, τους σκοπούς, τις αρχές, τους βασικούς ρόλους, τα οφέλη του και τα εμπόδια που μπορεί να συναντήσει. Για το συγκεκριμένο έργο, το Buddy System προσανατολίζεται σε ομάδες-στόχους μετανάστες/ριες και πρόσφυγες, για την προώθηση μιας καινοτόμου μεθόδου για τη σύνδεση ανθρώπων από διαφορετικούς πολιτισμούς και τη διευκόλυνση της κοινωνικής ένταξης.

Μαθησιακοί Στόχοι

Με την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας θα:

- Γνωρίζετε τι είναι το Σύστημα Φίλων ως διαδικασία καθοδήγησης (mentoring)
- Κατανοήσετε τον σκοπό, τις αρχές και τη λειτουργία του Συστήματος Φίλων
- Κατανοήσετε το ρόλο κάθε παράγοντα στη διαδικασία καθοδήγησης
- Είστε σε θέση να προσδιορίσετε τον ρόλο σας στο Σύστημα Φίλων
- Κατανοήσετε τη σημασία της αντιστοίχισης μέντορα (buddy) και καθοδηγούμενου/ης σε στέρεο έδαφος
- Είστε σε θέση να κατανοήσετε τις προϋποθέσεις που ισχύουν για έναν/ μια μέντορα και έναν συντονιστή οργανισμό
- Είστε σε θέση να κατανοήσετε τις προϋποθέσεις της συμμετοχής ενός/μιας μέντορα στο πρόγραμμα καθοδήγησης
- Κατανοήσετε τα πλεονεκτήματα του Συστήματος Φίλων καθώς και τις αδυναμίες του
- Μάθετε να κινητοποιείτε δεξιότητες – κλειδιά κατά τη διαδικασία του Συστήματος Φίλων

Θεωρητικό και Εννοιολογικό υπόβαθρο

Το Σύστημα Φίλων έχει προωθηθεί ιδιαίτερα στο πλαίσιο του χώρου εργασίας, ωστόσο σε μια γενικότερη προοπτική, το Σύστημα Φίλων στοχεύει να εξασφαλίσει σε ένα άτομο που ξεκινά τώρα την καθοδήγηση και βιωματική

γνώση που χρειάζεται στο νέο του πλαίσιο. Θα εξετάσουμε τους ακόλουθους ορισμούς:

1. Το Buddying («να γίνεσαι μέντορας») έχει οριστεί από τον Campbell (2015) ως: «Μια συμφωνία στην οποία τα άτομα αντιστοιχίζονται, με στόχο την αμοιβαία παροχή ασφάλειας ή υποστήριξης» (σελ. 992).
2. Ο όρος Buddying έχει οριστεί σε ένα πλαίσιο κοινωνικής φροντίδας από το NESTA (2013) ως επικεντρωμένος «... στην ανάπτυξη μιας άτυπης αλλά συνειδητής σχέσης μεταξύ ανθρώπων με κοινά ενδιαφέροντα» (σελ. 18).

Οι Buddies (μέντορες) μπορούν να λειτουργήσουν ως πρότυπα και μπορεί να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στη μετάδοση γνώσης με τρόπο σαφή. Να προσφέρουν συναισθηματική υποστήριξη, ειδικά σε όσους/ες αντιμετωπίζουν δυσκολίες προσαρμογής σε νέες συνθήκες και περιβάλλοντα. Να ενισχύσουν την κατανόηση, την ατομική ηθική, τις αξίες, την κυρίαρχη κουλτούρα και τους κοινωνικούς κανόνες που ισχύουν στο νέο πλαίσιο. Από αυτή την άποψη, το σύστημα φίλων μπορεί να γίνει κατανοητό ως μια μορφή «οργανωτικής κοινωνικοποίησης», δηλαδή η διαδικασία μέσω της οποίας ένα άτομο αποκτά τις κοινωνικές γνώσεις και δεξιότητες που είναι απαραίτητες για να ενταχθεί σε ένα νέο πλαίσιο, καλύπτοντας τόσο οργανωτικές ανάγκες (σε αυτήν την περίπτωση, της κουλτούρας και της κοινωνίας) όσο και ατομικές ανάγκες (Honney et al., 2012; Nigah, Davis and Hurrell, 2012).

Η προσέγγιση του συστήματος φίλων εφαρμόζεται σε πολλούς τομείς, όπως:

- Στον τομέα της υγείας: Ως μέρος προγραμμάτων ένταξης και κατάρτισης για το υγειονομικό προσωπικό. Ως παρέμβαση κοινωνικής υποστήριξης για άτομα που αντιμετωπίζουν ασθένειες ή καταστάσεις που συνδέονται με την σωματική και ψυχική υγεία. Ως παρέμβαση στον τομέα δημόσιας υγείας προκειμένου να συμβουλευτεί τα άτομα να υιοθετήσουν υγιεινούς τρόπους ζωής (Honney et al., 2012).
- Στην εκπαίδευση: Ως μέρος της ένταξης των παιδιών σχολικής ηλικίας που έρχονται σε ένα νέο σχολείο. Ως μέσο παροχής ψυχολογικής υποστήριξης σε παιδιά που αντιμετωπίζουν εκφοβισμό ή άλλα προβλήματα.

- Στον στρατό: Για την υποστήριξη του ενεργού προσωπικού καθώς και βετεράνων.
- Στο σύστημα ποινικής δικαιοσύνης: Για την υποστήριξη των κρατούμενων προκειμένου να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις τόσο εντός όσο και εκτός ποινικού συστήματος.
- Στην ένταξη μεταναστών/ριών και προσφύγων: Για την υποστήριξη σε ένα διαφορετικό περιβάλλον αλλά και προς υποστήριξη ενάντια σε αποθαρρυντικές καταστάσεις που ενδέχεται να αντιμετωπίσουν οι μετανάστες/ριες και οι πρόσφυγες, όπως: την επιδείνωση της ψυχοσωματικής τους ηρεμίας, περίπλοκες καταστάσεις με τις τοπικές αρχές, δυσκολίες στην ανεύρεση εργασίας, διαφορετικές συνθήκες διαβίωσης από εκείνες που έχουν συνηθίσει, αλλά και στην προσπάθεια να αναπτύξουν νέες γνώσεις και δεξιότητες (SOFIE, 2017).

Περιεχόμενο/Θεματικές

Αυτή η ενότητα θα συζητήσει τις ακόλουθες θεματικές:

- Έννοια του Συστήματος Φίλων
- Μοντέλο & σκοπός του Συστήματος Φίλων
- Ο ρόλος του/της μέντορα
- Σχέση μέντορα και καθοδηγούμενου/ης
- Οφέλη και εμπόδια του Συστήματος Φίλων

Υποστηρικτικό υλικό – Επιπρόσθετες πηγές

Τίτλος	Περιγραφή	Σύνδεσμος
Surf's Up Making a Board	Δυσκολίες της καθοδήγησης	https://www.youtube.com/watch?v=g7yWDrn2XBM
Οδηγός για βέλτιστες πρακτικές για το buddying/ την καθοδήγηση από εθελοντές	Οδηγίες για την εφαρμογή της διαδικασίας του Συστήματος Φίλων με πρόσφυγες	https://support-refugees.eu/media/sofie-io5.pdf
MEET Μια επιτομή για το σχεδιασμό προγραμμάτων καθοδήγησης μεταναστών/ριών	Οδηγίες για μέντορες και συντονιστές για την εφαρμογή προγραμμάτων καθοδήγησης με μετανάστες/ριες	https://www.cesvi.eu/wp-content/uploads/2021/04/meet_DEF.pdf
Mentor International Help Refugee Youth	Η ενσυναίσθηση με την περίπλοκη κατάσταση των νεαρών προσφύγων	https://www.youtube.com/watch?v=H4OpWQpzSTc
Ειδικές για το Φύλο Προσεγγίσεις στην Καθοδήγηση	Οδηγίες για Προσεγγίσεις ειδικές ως προς το Φύλο στην Καθοδήγηση	https://educationnorthwest.org/sites/default/files/resources/factsheet16.pdf
Χτίζοντας σχέσεις: ένας οδηγός για νέους μέντορες	Οδηγίες για τη δημιουργία μιας επιτυχημένης σχέσης καθοδήγησης	https://educationnorthwest.org/sites/default/files/effective-strategies-for-providing-quality-youth-mentoring-in-schools2.pdf
Καθοδήγηση Προσφύγων:	Εγχειρίδιο για εθελοντές/ριες για την	https://www.ritaresources.org/wp-content/uploads/

Εγχειρίδιο για εθελοντές/ριες	καθοδήγηση/ ενδυνάμωση προσφύγων	2019/09/Mentoring-Refugees_A-Handbook-for-Volunteers.pdf
-------------------------------	----------------------------------	--

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ/ΑΣΚΗΣΕΙΣ/ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ/ΤΕΣΤ

Δραστηριότητα 1 – Ένας/Μια καλός/ή μέντορας είναι καλός/ή στην επικοινωνία

Οδηγίες:

Δημιουργήστε διαφορετικές ομάδες (ανάλογα με τον αριθμό των συμμετεχόντων/ουσών) και συζητήστε το παρακάτω θέμα. Σκεφτείτε συνομιλίες ένας προς ένα στις οποίες συμμετείχατε πρόσφατα με κάποιον/α που είχε διαφορετικό υπόβαθρο από το δικό σας. Θα περιγράφατε τον εαυτό σας ως άτομο με καλή επικοινωνία σε αυτή την κατάσταση;

- Εάν ναι, μπορείτε να προσδιορίσετε και να εξηγήσετε ένα χαρακτηριστικό που σας έκανε καλό/ή στην επικοινωνία;
- Εάν όχι, τι σας κάνει λιγότερο αποτελεσματικό/ή στην επικοινωνία;
- Μπορείτε να απαντήσετε και στις δύο ερωτήσεις εάν ισχύουν και οι δύο συνθήκες.

Δραστηριότητα 2 - Βάλτε τον εαυτό σας στη θέση του καθοδηγούμενου/ης σας

Οδηγίες:

1. Ζητήστε από τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να σκεφτούν για ένα λεπτό μερικές από τις αξίες που είναι σημαντικές για τα άτομα που έχουν

καθοδηγήσει/ καθοδηγούν/ή έχουν δώσει συμβουλές με τρόπο παρόμοιο με την καθοδήγηση, στην πορεία της ζωής τους.

2. Ζητήστε από τους/τις εθελοντές/ριες να γράψουν αυτές τις αξίες (με ανώνυμο τρόπο) και στη συνέχεια να εξηγήσουν πώς γνωρίζουν ότι αυτές είναι οι αξίες του/της καθοδηγούμενου/ης – με ποιον τρόπο προέκυψαν αυτές οι αξίες κατά τη διάρκεια των συνεδριών;

3. Στη συνέχεια, ομαδικά, χρησιμοποιώντας αυτές τις ανώνυμες περιπτώσεις, προσπαθήστε να κατανοήσετε και να προσδιορίσετε από πού μπορούν να προέλθουν αυτές οι αξίες (ειδικά λαμβάνοντας υπόψη τις εμπειρίες ζωής και το υπόβαθρο – όπως οικογένεια, εθνικότητα, κοινότητα, μεταξύ άλλων)

4. Για να ολοκληρώσετε τη συνεδρία, ζητήστε από τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να αναφέρουν σε έναν πίνακα «Ποια μικρά πράγματα» μπορείτε να κάνετε ως μέντορας, για να δείξετε κατανόηση και σεβασμό για την κουλτούρα, τις αξίες και τις ανησυχίες του/της καθοδηγούμενου/ης;

Δραστηριότητα 3 - Χάρτης ενσυναίσθησης

Οδηγίες:

1. Χωρίστε τους/τις συμμετέχοντες/ουσες σε ομάδες

2. Δώστε σε κάθε ομάδα ένα μοντέλο του Χάρτη Ενσυναίσθησης

3. Ζητήστε από τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να συζητήσουν ομαδικά και προσπαθήστε να απαντήσετε στις ερωτήσεις που παρουσιάζονται στον χάρτη ενσυναίσθησης ξεκινώντας από αυτή την ένδειξη: Προσπαθήστε να μπειτε στη θέση της Εστεφάνια, την πρώτη στιγμή

που της προτείνεται να λάβει μέρος σε ένα πρόγραμμα του Συστήματος Φίλων και απαντήστε στις παρακάτω ερωτήσεις.

Το ιστορικό της Εστεφάνια: Η Εστεφάνια είναι τώρα 25 ετών. Αντί να περνάει τις μέρες της στο σχολείο ή με φίλους, αυτή και η οικογένειά της αναγκάστηκαν να κρυφτούν λόγω φόβου καταδίωξης. Η Σάρα και η οικογένειά της έφτασαν σε μια νέα χώρα και η ΜΚΟ που τους βοηθά ενθάρρυνε την Εστεφάνια να συμμετάσχει στο Σύστημα Φίλων.

Δραστηριότητα 4 – Σωστό ή λάθος

Συζητήστε σε ομάδα (χρησιμοποιώντας τις αντιδράσεις του «Zoom» εάν η δραστηριότητα πραγματοποιηθεί διαδικτυακά και χρησιμοποιώντας πράσινα και κόκκινα αντικείμενα εάν η δραστηριότητα πραγματοποιηθεί δια ζώσης).

Είναι αυτές οι προτάσεις Σωστές (Σ) ή Λάθος (Λ);

1. Ένας από τους κινδύνους της καθοδήγησης μεταναστών/ριών ή προσφύγων είναι η έκθεση σε μια νέα κουλτούρα Λ
2. Η καθοδήγηση μεταναστών/ριών ή προσφύγων μπορεί να προωθήσει την εκτίμηση στη διαφορετικότητα Σ
3. Ένας/Μια μέντορας θα πρέπει να δεσμευτεί για τουλάχιστον ένα χρόνο στην αντιστοίχιση με έναν/μια πρόσφυγα ή έναν/μια μετανάστη/ρια καθοδηγούμενο/η Λ
4. Ένας/ Μια μέντορας πρέπει να είναι δίγλωσσος/η για να αντιστοιχιστεί με έναν/μια καθοδηγούμενο/η πρόσφυγα/μετανάστη/ρια Λ

Προκλήσεις και συμβουλές για μέντορες

Οι περισσότεροι/ες εθελοντές/ριες δεν είχαν ποτέ προσωπική εμπειρία σχετικά με τη μετανάστευση. Ως εκ τούτου, απαιτείται κάποια εκπαίδευση για την παροχή πληροφοριών και γνώσεων για να καθοδηγούν σωστά τους/τις μετανάστες/ριες και τους/τις πρόσφυγες.

- Έλλειψη επικοινωνίας: Συχνά, οι μετανάστες/ριες και οι πρόσφυγες δεν μιλούν τη γλώσσα της χώρας υποδοχής και οι εθελοντές/ριες σπάνια μιλούν τις γλώσσες που χρησιμοποιούν οι πρόσφυγες, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε (γλωσσικές) παρεξηγήσεις.
- Διαπολιτισμικά εμπόδια: Οι μετανάστες/ριες και οι πρόσφυγες έχουν συχνά διαφορετικό πολιτικό, κανονιστικό, θρησκευτικό και πολιτισμικό υπόβαθρο που μπορεί να οδηγήσει σε μικρές ή/και μεγάλες παρεξηγήσεις, εκνευρισμό και αναστάτωση.
- Συναισθηματικό στρες: Καθώς έρχονται αντιμέτωποι/ες με την ιστορία της ζωής του/της πρόσφυγα (του/της καθοδηγούμενου/ης), τη γραφειοκρατία των αρχών ή μια εκκρεμή απέλαση, οι μέντορες μπορεί να αντιμετωπίσουν συναισθηματικές προκλήσεις που μπορεί να είναι πολύ δύσκολο να ξεπεραστούν.
- Ψυχολογικές προκλήσεις που προκύπτουν από την εργασία με άτομα με τραυματικές εμπειρίες.
- Η αντιμετώπιση ενδεχόμενων προκαταλήψεων, έλλειψης σεβασμού, ρατσισμού και διακρίσεων.
- Ενδεχόμενη έλλειψη των απαραίτητων εργαλείων/ πόρων για την επίτευξη των προκαθορισμένων στόχων ένταξης.
- Ενδεχόμενη έλλειψη ειδικής εκπαίδευσης (SOFIE, 2017).
- Κίνδυνος ενίσχυσης των έμφυλων και ιεραρχικών σχέσεων στο πλαίσιο της καθοδήγησης
- Στην καθοδήγηση μεταξύ διαφορετικών φύλων θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη ότι οι περισσότερες γυναίκες ενδέχεται να μην επιθυμούν να προσεγγίσουν και να αναζητήσουν καθοδήγηση από άντρες μέντορες (Stock, 2019).
- Στην καθοδήγηση μεταξύ διαφορετικών φύλων θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη ότι σε ορισμένες περιπτώσεις στις οποίες ο/η μέντορας είναι γυναίκα, κάποιος καθοδηγούμενος ενδέχεται να μην αποδέχονται τον ρόλο μιας γυναίκας ως «ηγετικής φιγούρας».

Σε μια καθοδήγηση χωρίς αποκλεισμό λόγω φύλου:

- Είναι πιο αποτελεσματικό εάν ένας άντρας είναι ο μέντορας που παρέχει στις γυναίκες τις απαραίτητες δεξιότητες
- Ο συντονιστής του/της μέντορα είναι ο/η μόνος/η που πρέπει να αναγνωρίσει τα ζητήματα φύλου που υπάρχουν
- Ο/Η μέντορας γνωρίζει τις ειδικές προκλήσεις και ανάγκες που συνδέονται με το φύλο ✓
- Η ποιότητα της σχέσης βελτιώνεται εάν μέντορας είναι γυναίκα και καθοδηγούμενος είναι άντρας, καθώς οι γυναίκες είναι οι μόνες αρμόδιες για την παροχή συναισθηματικής υποστήριξης

Πηγές

Bronfenbrenner, U. (1994). *Ecological models of human development. International Encyclopedia of Education*. 2nd ed. Oxford: Elsevier Sciences

Campbell, A. (2015). Introducing a buddying scheme for first year pre-registration students. *British Journal of Nursing*, 24(20), pp. 992-996.

Clutterbuck, D. (2003). Diversity issues in the mentoring relationship. In M. J. Davidson & S. L. Fielden (Eds.), *Individual diversity and psychology in organizations* (pp. 253–264). Wiley: West Sussex.

Dave, P. (2016). Challenges of cross-gender Mentoring relationships: When it comes to mentoring, does gender matter? Pp. 2-16. In Srivastava, D. et al. *Macro and Micro Dynamics for Empowering Trade, Industry and Society. Excel India Publishers*. Ahmebadad: Excel India Publishers

EURITA. (2019). *Mentoring Refugees: A Handbook for Volunteers*. EURITA

Hayes, E. F. (2005). Approaches to Mentoring: How to Mentor and Be Mentored. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, p. 17 (11).

Honey, R., Rees, S., Raza T. & Vassallo, M. (2012). Developing a 'buddy scheme' for foundation doctors. *The Clinical Teacher*, 9, pp. 205-209

Hudson, P. (2012). Mentoring as professional development: "growth for both" mentor and mentee. *Professional Development in Education*, 39 (5), pp. 771-783

Mead, S. and MacNeil, C. (2006). Peer Support: What Makes It Unique? *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 10 (2), 29-37. Available at: http://www.psychosocial.com/IJPR_10/Peer_Support_What_Makes_It_Unique_Mead.html. Accessed on: 29/05/17

Mentoring Complete. (2019). *What Skills Do You Need to Be a Mentor?* Available at: <https://www.get.mentoringcomplete.com/blog/skills-you-need-to-be-a-mentor>

MEGAN. (2013). *Evaluation of the Mentoring for Excluded Groups and Networks (MEGAN) Project - Final Report.*

MPATH. (2017). *Modelo de Mentoria para Desempregados de Longa Duração com baixas competências.*

MPATH. (2016). *Perfil de competências do Mentor*

Mutti, V. et al. (2021). MEET A compendium to design migrant mentoring programs. Bergamo: CESVI

Neal, T. (2014). *How to be a Good Mentee.* *APS observer*, 24 (2), p. 35.

NESTA. (2015). *Peer Support: What is it and does it work?* Available at: <https://www.nationalvoices.org.uk/publications/our-publications/peer-support>

NESTA (2013) *People helping people: Peer support that changes lives.* NESTA: London

Nigah, N., Davis, A.J. & Hurrell, S.A. (2012). The Impact of Buddying on Psychological Capital and Work Engagement: An Empirical Study of Socialization in the Professional Services Sector. *Thunderbird International Business Review*, 54 (6), pp. 891-905

NYU. (2017). *New Employee Onboarding: Buddy Guidelines*. Available at: <https://www.nyu.edu/content/dam/nyu/hr/documents/managerguides/BuddyGuidelines.pdf>

Reeves, R. B. (2017). Inter-cultural mentoring for newcomer immigrants: Mentor perspectives and better practices. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 15 (1), p. 186

SOFIE. (2017). *IO5 Best Practice Guide for Buddying*. Verein Multikulturell

Stock, I. (2019). Buddy Schemes between Refugees and Volunteers in Germany: Transformative Potential in an Unequal Relationship. *Social Inclusion*, 7 (2), pp. 128-138

WKO. (2008). *Mentoring for Migrants*. Available at <https://www.wko.at/site/Mentoring/MigrantInnen/en/english.html>

Θεματική 1 – Το Μοντέλο του Συστήματος Φίλων και ο Σκοπός του

Περιγραφή της θεματικής:

Η παρούσα θεματική εστιάζει στην περιγραφή του Συστήματος Φίλων ως ενός τύπου καθοδήγησης ένας προς έναν, ενώ παράλληλα αναλύει τον σκοπό και τις αρχές του.

Το Σύστημα Φίλων είναι ένας τύπος καθοδήγησης που συνήθως πραγματοποιείται στη βάση μιας σχέσης ένας προς έναν ή μεταξύ ομοτίμων. Όπως και η καθοδήγηση, είναι χτισμένη στην αρχή της αντιστοίχισης ομοτίμων. Είναι μια διαδικασία μέσω της οποίας δύο άτομα αναπτύσσουν μια σχέση υποστήριξης, επιρροής, μοιράσματος και εμπιστοσύνης, με στόχο την προσωπική και επαγγελματική εξέλιξη. Τα σχήματα του Συστήματος Φίλων έχουν συνήθως περιορισμένη χρονική διάρκεια, είναι σχεδιασμένα να βοηθούν τα άτομα κατά τη διάρκεια μεταβατικών φάσεων της ζωής τους, συνήθως όταν βιώνουν σημαντικά γεγονότα ή μεταβατικές περιόδους (NESTA, 2015).

Το Σύστημα Φίλων περιλαμβάνει τη δέσμευση ενός/μια μέντορα – εκείνου/ης που θα παρέχει υποστήριξη - και ενός/μια καθοδηγούμενου/ης, εκείνου/ης που χρειάζεται υποστήριξη. Το Σύστημα Φίλων επικεντρώνεται στις ανάγκες

και τις φιλοδοξίες των καθοδηγούμενων. Έτσι, το Σύστημα Φίλων προσαρμόζεται στο πλαίσιο και στις συγκεκριμένες συνθήκες και προκλήσεις που αντιμετωπίζει ο/η καθοδηγούμενος/η, λαμβάνοντας παράλληλα υπόψη τους διαθέσιμους πόρους. Επιπλέον, το Σύστημα Φίλων είναι ένα μοντέλο συν-κατασκευής: μια διαδικασία που χτίζεται από κοινού από τον/την μέντορα και τον/την καθοδηγούμενο/η και προβλέπει έναν βαθμό ευελιξίας στη διαδρομή, όπου ο/η μέντορας θα πρέπει να καθοδηγήσει τον/η καθοδηγούμενο/η και να τον/την οδηγήσει σε μια καλύτερη ζωή (Hudson, 2012).

Ο σκοπός του Συστήματος Φίλων είναι η προσωπική, κοινωνική και επαγγελματική ανάπτυξη, ενώ αποφέρει οφέλη και στην κοινότητα. Το Σύστημα Φίλων χρησιμοποιείται συχνά σε περιπτώσεις πολιτισμικής ένταξης, με συγκεκριμένο σκοπό να βοηθήσει την κοινωνική και πολιτισμική ένταξη ενός ατόμου στην κοινότητα υποδοχής από έναν/μια μέντορα με εμπειρία ή η γνώση για την κοινότητα υποδοχής (MPATH, 2017). Το Σύστημα Φίλων επιτρέπει στους/στις μετανάστες/ριες και τους/τις πρόσφυγες να αναπτύξουν ένα κοινωνικό δίκτυο, να οικοδομήσουν μια σχέση εμπιστοσύνης που παρέχει σταθερότητα και υποστήριξη, όπου οι φίλοι θα παρέχουν μια συναισθηματική άγκυρα και υποστήριξη για τον προσανατολισμό στη νέα κουλτούρα και σημείο επαφής αναφορικά με ερωτήσεις και τυχόν εμπόδια για την ένταξη (SOFIE, 2017).

Μπορούμε να συνοψίσουμε τις αρχές του Συστήματος στις παρακάτω προτάσεις:

- Δημιουργία μιας ασφαλούς και σταθερής σχέσης μεταξύ του/της μέντορα και του/της καθοδηγούμενου/ης
- Προώθηση των δεξιοτήτων και των ιδιοτήτων του/της καθοδηγούμενου/ης
- Δημιουργία ενός περιβάλλοντος σεβασμού και ασφάλειας
- Ανταπόκριση στις ανάγκες του/της καθοδηγούμενου/ης (MPATH, 2016)

Τα άτομα που έχουν παρόμοιες εμπειρίες μπορούν να συσχετιστούν καλύτερα, να δώσουν έμφαση και να επιβεβαιώσουν τις ανάγκες και την πρόοδο του/της καθοδηγούμενου/ης σε όλη τη διαδικασία καθοδήγησης. Έτσι, άτομα με παρόμοιες εμπειρίες ζωής μπορούν να προσφέρουν ο ένας στον άλλο πρακτικές συμβουλές και προτάσεις που οι επαγγελματίες μπορεί να μην προσφέρουν ή ακόμη και να μην γνωρίζουν.

Θεματική 2 - Ρόλοι μέντορα & καθοδηγούμενου/ης

Περιγραφή της θεματικής: Η παρούσα θεματική εστιάζει στους ρόλους του/της μέντορα και του/της καθοδηγούμενου/ης.

Ο/Η μέντορας

Με έναν πιο γενικό τρόπο μπορούμε να ορίσουμε έναν/ μια μέντορα ως κάποιον/α που συνεργάζεται με ένα νέο άτομο κατά τους πρώτους μήνες προσαρμογής του/της σε ένα νέο πλαίσιο. Ο/Η μέντορας βοηθά τον/η καθοδηγούμενο/η να προσδιορίσει τις ανάγκες και τους στόχους του/της, καθώς και τις ικανότητες, τις ιδιότητες, τις δεξιότητες και τις φιλοδοξίες του/της. Ο/Η μέντορας παρέχει υποστήριξη, κίνητρο, καθοδήγηση, συναισθηματική υποστήριξη και παραδείγματα κατά την εργασία για την εκπλήρωση των στόχων και των αναγκών του/της καθοδηγούμενου/ης, καθώς και για την επίτευξη των καθηκόντων του/της. Ο/Η μέντορας είναι κυρίως υπεύθυνος/η για την παροχή συμβουλών και καθοδήγησης σχετικά με τις καθημερινές πτυχές του νέου περιβάλλοντος (NYU, 2017) (MEGAN, 2013). Ο/Η μέντορας μπορεί επίσης να προσφέρει ενθάρρυνση, γνώση σχετικά με ενδεχόμενους πόρους, καθώς αυτοί βοηθούν στην ένταξη του ατόμου στη «νέα» κουλτούρα.

Επομένως, ο/η μέντορας θα πρέπει:

- Να είναι επικοινωνιακός/η: Για να ενθαρρύνει την ανοικτή επικοινωνία και τη διαδικασία συνεχούς και αυτοκατευθυνόμενης μάθησης, παρέχοντας παράλληλα πληροφορίες στον/η καθοδηγούμενο/η.
- Να αποτελεί πρότυπο: Ο/Η μέντορας πρέπει να είναι πρότυπο κοινωνικής συμπεριφοράς, να λειτουργεί ως υπόδειγμα των πολιτισμικών αξιών, ενώ παράλληλα να παρέχει παραδείγματα.
- Να έχει κίνητρο και να είναι θετικός/η: Ο/Η μέντορας πρέπει να έχει θετική προοπτική και να ενισχύει την αυτοπεποίθηση του/της καθοδηγούμενου/ης.
- Να είναι ενεργός/ή: Ο/Η μέντορας μπορεί να βοηθήσει στην καθοδήγηση του/της καθοδηγούμενου/ης σε πολλές καταστάσεις με βάση την εμπειρία του/της (NYU, 2017).
- Να είναι εξασκημένος στην ενεργητική ακρόαση: Στην ενεργητική ακρόαση ο/η μέντορας ακούει με πλήρη συνείδηση της σημασίας αυτού.

- Να έχει ενσυναίσθηση: Κατανόηση των δυσκολιών και των ανησυχιών του/της καθοδηγούμενου/ης.
- Να είναι σε θέση να δίνει ειλικρινή ανατροφοδότηση: Χωρίς εποικοδομητική ανατροφοδότηση, ο/η καθοδηγούμενος/η δεν θα εξελιχθεί ποτέ. Είναι σημαντικό ένας/μια μέντορας να ξέρει πώς να παρέχει εποικοδομητική ανατροφοδότηση με θετικό πρόσημο (Mentoring complete, 2019).
- Στη συγκεκριμένη περίπτωση, οι μέντορες είναι άτομα που είναι εθελοντές/ριες προς μετανάστες/ριες ή πρόσφυγες: θα πρέπει πρώτα να βοηθήσουν τους/τις νεοαφιχθέντες/θείσες να αντιμετωπίσουν τις ανάγκες της καθημερινής ζωής στις κοινότητες υποδοχής (SOFIE, 2017).

Κατά συνέπεια, ο/η μέντορας πρέπει να έχει ορισμένες ικανότητες όπως:

- Καλές επικοινωνιακές δεξιότητες:
 - ο Λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία (τόνος φωνής, εκφράσεις προσώπου, χειρονομίες, γλώσσα του σώματος, οπτική επαφή, τρόπος ένδυσης). Η εξέταση του εθιμικού και κανονιστικού πλαισίου και των προτύπων της μη λεκτικής επικοινωνίας μπορεί να είναι εξαιρετικά επωφελής, ειδικά μεταξύ διαφορετικών πολιτισμών.
 - ο Προφορική και γραπτή επικοινωνία
 - ο Εμπόδια στην επικοινωνία (MPATH, 2016)
- Ανθεκτικότητα: ικανότητα ανάπτυξης θετικών στάσεων προσαρμοσμένων στην αντιμετώπιση προβλημάτων, την υπέρβαση εμποδίων και την ανοχή στην πίεση. Παράγοντες που συμβάλλουν στην ανθεκτικότητα: Θετική στάση, αισιοδοξία, ικανότητα αυτοελέγχου των συναισθημάτων και ικανότητα θεώρησης της αποτυχίας ως μιας χρήσιμης μορφής ανατροφοδότησης (MPATH, 2016).
- Ικανότητα διαχείρισης συγκρούσεων: η σύγκρουση είναι μια διαδικασία έντασης μεταξύ ατόμων/ ομάδων που προκαλείται από διαφορετικές οπτικές γωνίες ή/και αρνητικά συναισθήματα
 - ο Μπορεί να είναι καταστροφική, με ανάπτυξη αρνητικών συναισθημάτων και μεγάλη απώλεια ενέργειας
 - ο Εάν αποτελέσει αντικείμενο σωστής διαχείρισης, μπορεί να είναι εποικοδομητική, να απελευθερώσει συναισθήματα και στρες, να

διευθετήσει εντάσεις, ενώ προσφέρει την ευκαιρία να βρεθεί από κοινού μια διέξοδος στη σύγκρουση (MPATH, 2016).

- Γνώση της διαδικασίας του Συστήματος Φίλων: Να ενισχύει και να δημιουργεί μια σχέση εμπιστοσύνης, να προωθεί την πρόοδο και την ανάπτυξη της καθοδήγησης, μέσα από την κινητοποίηση της λήψης αποφάσεων και τη διασφάλιση της εμπιστευτικότητας (MPATH, 2016).
- Διαρκή μάθηση και συνεχή ανάπτυξη: Ο/Η μέντορας θα πρέπει να συμμετέχει σε δράσεις για συνεχή ανάπτυξη των δεξιοτήτων του/της και σε προχωρημένη εκπαίδευση για να αναπτύξει ειδικές δεξιότητες (MPATH, 2016).
- Επίγνωση του συστημικού & οικολογικού μοντέλου: Το οικολογικό/ συστημικό μοντέλο διατείνεται ότι οι άνθρωποι ζουν και αλληλεπιδρούν σε διαφορετικά πλαίσια και επομένως επηρεάζονται από αυτά, από την παιδική ηλικία (Bronfenbrenner, 1994). Αυτή η ευαισθητοποίηση είναι ιδιαίτερα σημαντική στο Σύστημα Φίλων με μετανάστες/ριες και πρόσφυγες, καθώς μπορεί να ευαισθητοποιήσει τον/την μέντορα σε ορισμένες αντιδράσεις, τρόπους σκέψης και εμπόδια που μπορεί να έχει/ να αντιμετωπίσει ο/η καθοδηγούμενος/η. Παράδειγμα: Σε ορισμένους πολιτισμούς, η άμεση οπτική επαφή είναι φυσιολογική, ενώ σε άλλους πολιτισμούς μπορεί να θεωρηθεί αγενής και παρεμβατική.
- Δεξιότητες διαπολιτισμικής ικανότητας: Αυτό σημαίνει να είναι κανείς ευαίσθητος/η στις αντιλήψεις και τα συστήματα αξιών άλλων ανθρώπων, ενώ έχει επίγνωση του δικού του πολιτισμικού πλαισίου. Η βάση της διαπολιτισμικής επικοινωνίας και συνεργασίας βασίζεται κυρίως στην Παρατήρηση, την Ακρόαση και την Ευαισθησία (SOFIE, 2017).
- Η προσαρμοστικότητα, η ευελιξία και η συμπόνια είναι ζωτικής σημασίας δεξιότητες όταν κάποιος/α γίνεται εθελοντής/ρια μέντορας με μετανάστες/ριες και πρόσφυγες. Επιπλέον, οι πρόσφυγες περιμένουν από τους μέντορες τους να έχουν γνώσεις για το κοινωνικό και νομικό σύστημα (ειδικά για το σύστημα ασύλου, τα δικαιώματα και τις ευθύνες των προσφύγων/ αιτούντων άσυλο, τις δημόσιες αρχές) και να δείχνουν πολυπολιτισμική κατανόηση (SOFIE, 2017).

Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι ένας/μια καλός/η μέντορας πρέπει επίσης

να προετοιμάζεται για κάθε συνεδρία και θα πρέπει επίσης να αξιολογεί τις συνεδρίες καθοδήγησης.

Ο/η καθοδηγούμενος/η

Ο/η καθοδηγούμενος/η είναι κάποιος που χρειάζεται βοήθεια και υποστήριξη, είτε στην προσωπική είτε στην επαγγελματική του ζωή. Ο/η καθοδηγούμενος/η θα πρέπει, από την αρχή, να μοιράζεται ξεκάθαρα με τον μέντορα τις ανάγκες, τις προσδοκίες και τους στόχους του, ώστε να μπορούν να προσεγγίσουν μαζί μια διαδρομή που θα καλύπτει τις ανάγκες του καθοδηγούμενου/ης. Καθώς το Σύστημα Φίλων είναι μια σχέση αφοσίωσης, που δημιουργείται με την πάροδο του χρόνου, είναι καλύτερο ο/η καθοδηγούμενος/η να έχει κίνητρα ή θετική προδιάθεση στο να λάβει υποστήριξη και ανατροφοδότηση. Για μια πιο γόνιμη σχέση, ο/η καθοδηγούμενος/η θα πρέπει να είναι πρόθυμος/η να φανερώσει τυχόν ευαλωτότητα/ες που έχει και να ζητήσει βοήθεια.

Όσον αφορά τους/τις καθοδηγούμενους/ες μετανάστες/ριες και πρόσφυγες, πολλοί/ες έχουν βιώσει βία, κινδύνους, αβεβαιότητα και κακουχίες, επομένως είναι σημαντικό να λαμβάνεται υπόψη η ΔΜΣ (διαταραχή μετατραυματικού στρες) καθ' όλη τη διάρκεια της καθοδήγησης, με σεβασμό στις συμπεριφορές, τις επιθυμίες και την αυτονομία του/της καθοδηγούμενου/ης. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δοθεί στον περιορισμό κάθε αναπαραγωγής ασυνείδητων προκαταλήψεων ή/και άσκησης ισχύος προς τους/τις πρόσφυγες και τους/τις μετανάστες/ριες. Κατά την άφιξή τους στην κοινότητα υποδοχής, στους/στις πρόσφυγες και τους/τις μετανάστες/ριες θα πρέπει να παρέχεται βοήθεια και φροντίδα ώστε να μπορούν να ξεκινήσουν μια νέα ζωή (SOFIE, 2017).

Οι καθοδηγούμενοι/ες θα πρέπει να :

- Είναι πρόθυμοι/ες για συνεργασία
- Είναι πρόθυμοι/ες να δεχθούν προκλήσεις και να καθοδηγηθούν
- Είναι πρόθυμοι/ες να αναπτύξουν συνδέσμους και να μοιραστούν
- Είναι σίγουροι/ες για το τι θέλουν από την καθοδήγηση (Hayes, 2005)
- Γνωρίζουν ποιοι/ες είναι οι δικοί τους στόχοι και προσδοκίες

- Επικοινωνούν με σαφήνεια τους στόχους και τις προσδοκίες τους
- Φροντίζουν να διατηρούν μια υγιή σχέση με τους/τις μέντορές τους
- Είναι σε θέση να εμπιστεύονται (Neal, 2014)

Ευθύνες των καθοδηγούμενων:

- Να παρευρίσκονται εγκαίρως σε όλες τις συνεδρίες, ειδοποιώντας τον/την μέντορα/συντονιστή σε περίπτωση που είναι αναγκασμένοι/ες να χάσουν ένα ραντεβού.
- Να μένουν συγκεντρωμένοι/ες στις εργασίες
- Να σέβονται τον/την μέντορα, το προσωπικό και τους/τις εθελοντές/ριες
- Να μην εκδηλώνουν υβριστική ή απειλητική συμπεριφορά (EURITA, 2019)

Στις σχέσεις καθοδήγησης, είναι σημαντικό να έχουμε κατά νου τις ισορροπίες ισχύος. Ο/η καθοδηγούμενος/η θα πρέπει να αποδέχεται αυξανόμενη ευθύνη προκειμένου να ανταποκριθεί στην προσπάθεια του/της μέντορα να τον/την ενδυναμώσει ώστε να γίνεται όλο και πιο ανεξάρτητος/η (Clutterbuck, 2003).

Θεματική 3 - Σχέση μέντορα και καθοδηγούμενου/ης

Περιγραφή της θεματικής: Η παρούσα θεματική εστιάζει στη σχέση μεταξύ μέντορα και - καθοδηγούμενου/ης.

Μια συνεργασία στη βάση του σεβασμού μεταξύ του καθοδηγούμενου/ης και του/της μέντορα αποτελεί τη βάση για βιώσιμα αποτελέσματα. Είναι σημαντικό να αντιμετωπίζουμε εποικοδομητικά άτομα που έχουν διαφορετικό πολιτισμικό υπόβαθρο μέσω της συνεργασίας. Κατά τη διάρκεια της καθοδήγησης είναι σημαντικό να γνωρίζουμε τους διαφορετικούς δείκτες ταυτότητας που είναι ζωτικής σημασίας για την κατανόηση της εμπειρίας της ζωής κάποιου/ας (οι δείκτες ταυτότητας περιλαμβάνουν: το φύλο, την εκπαίδευση, το επάγγελμα, την ηλικία, τον τόπο καταγωγής και κατοικίας, την εθνικότητα/ εθνικότητες των γονέων, τον πολιτικό προσανατολισμό, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, μεταξύ άλλων). Η αναγνώριση του πολιτισμικού υπόβαθρου, του κοινωνικού υπόβαθρου και ο αντίκτυπος στην αντίληψη των δεικτών ταυτότητας μπορεί να εμποδίσει τους/τις μέντορες να κάνουν υποθέσεις και κρίσεις σχετικά με τις συμπεριφορές του/της καθοδηγούμενου/ης (Reeves, 2017).

Συνολικά, ο κύκλος σχέσεων του Συστήματος Φίλων αποτελείται από 3 φάσεις: δόμηση της σχέσης, παρέμβαση και ολοκλήρωση.

1. Δόμηση της σχέσης

Είναι σημαντικό να γνωρίζετε τη σημασία των πρώτων εντυπώσεων: Ο/Η μέντορας πρέπει να παρουσιάζεται με θετικό και φιλικό τρόπο, ενθαρρύνοντας τον/η καθοδηγούμενο/η να μιλήσει μαζί του/της. Αρχικός καταλύτης μιας θετικής σχέσης είναι η εμπιστοσύνη. Προκειμένου να παρακινηθεί η εμπιστοσύνη, ο/η μέντορας πρέπει να μιλήσει με τον/η καθοδηγούμενο/η, να μάθει την ιστορία της ζωής του/της καθοδηγούμενου/ης, λέγοντας παράλληλα τη δική του ιστορία. Η γνώση των λεπτομερειών της κατάστασης του/της καθοδηγούμενου/ης καθίσταται σημαντική για τη δημιουργία της σχέσης και για την παροχή γερών θεμελίων για τις επόμενες δραστηριότητες. Ο/Η μέντορας μπορεί να εφαρμόσει διαφορετικές ασκήσεις, από μια απλή συνομιλία έως ένα παιχνίδι προβληματισμού για να γνωρίσει καλύτερα τον/η καθοδηγούμενο/η.

Βασικοί δείκτες μιας θετικής σχέσης καθοδήγησης είναι:

- να έχει ξεκάθαρες προσδοκίες και καλά καθορισμένα όρια

- να διευκρινίζεται ο σκοπός της καθοδήγησης
- οι στόχοι να μπορούν να επιτευχθούν ρεαλιστικά
- να καθορίζεται πώς θα εξελιχθεί η σχέση.

Αυτές οι πληροφορίες μπορούν να αναφέρονται και να γίνονται επίσημα αποδεκτές στη Συμφωνία Καθοδήγησης (εάν υπάρχει) (ΜΡΑΤΗ, 2017).

2. Παρέμβαση

Η διαδικασία καθοδήγησης θα πρέπει να ξεκινά με τον καθορισμό ρεαλιστικών στόχων, που πρέπει να επιτευχθούν κατά τη διάρκεια της περιόδου καθοδήγησης. Οι μέντορες μπορούν επίσης να εισάγουν διαφορετικούς τύπους στρατηγικών και δραστηριοτήτων, συγκεκριμένα: παρακινητικές συνεντεύξεις, δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου ή ανατροφοδότηση για να διατηρήσουν τους/τις καθοδηγούμενους/ες παρακινημένους/ες και να εφαρμόσουν πλήρως τις δυνατότητες της μη τυπικής μάθησης. Η επιλογή της παρεμβατικής καθοδήγησης μπορεί να εφαρμοστεί τόσο για το σχεδιασμό και την παρακολούθηση της διαδικασίας όσο και για την υλοποίηση της καθοδήγησης μέσα από:

- Περιγραφή των στόχων, των δραστηριοτήτων και των πόρων που θα χρησιμοποιηθούν σε συνεδρίες καθοδήγησης (για παράδειγμα, χρησιμοποιώντας σχέδια συνεδριών καθοδήγησης)
- Περιγραφή των ημερομηνιών, των δραστηριοτήτων και της διάρκειας κάθε συνεδρίας, (για παράδειγμα, χρησιμοποιώντας την καταγραφή συνεδρίας καθοδήγησης)
- Περιγραφή του τρόπου με τον οποίο εξελίσσεται η διαδικασία καθοδήγησης και η σχέση με τον/την μέντορα (για παράδειγμα, χρησιμοποιώντας την Έκθεση Προόδου) (ΜΡΑΤΗ, 2017).

3. Ολοκλήρωση

Είναι σημαντικό να προετοιμαστεί η ολοκλήρωση της σχέσης καθοδήγησης. Η σχέση καθοδήγησης πρέπει να έχει ένα σαφές χρονοδιάγραμμα, οπότε όταν είναι κοντά στο τέλος, ο/η μέντορας θα

πρέπει να επικεντρωθεί στο πώς προχωρά ο/η καθοδηγούμενος/-η. Το τέλος της σχέσης της καθοδήγησης θα πρέπει να πραγματοποιείται αναλύοντας όλα τα επιτεύγματα, αλλά και τον τρόπο που πρέπει να ακολουθηθεί από εδώ και πέρα. Θα ήταν χρήσιμο να προετοιμάσετε μια εκδήλωση με τον συντονιστή των μεντόρων, αφήνοντας την πόρτα ανοιχτή για την δημιουργία φιλικής σχέσης (MPATH, 2017).

Θέμα 4 - Πώς, πού και πότε παρέχεται καθοδήγηση

Περιγραφή της θεματικής: Αυτή η θεματική θα παρουσιάσει ενδείξεις για το πώς, πού και πότε παρέχεται η καθοδήγηση.

Πώς μπορεί να παρασχεθεί η καθοδήγηση;

- Πρόσωπο με πρόσωπο
- Τηλεφωνικά
- Με κινητό τηλέφωνο
- Με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης
- Σε άλλες διαδικτυακές πλατφόρμες (NESTA, 2015)

Πού παρέχεται καθοδήγηση;

- Σε δημόσιους χώρους
- Σε χώρους της κοινότητας
- Σε άλλες κοινωνικές υπηρεσίες ή ιδρύματα (NESTA, 2015)

Πόσο συχνά παρέχεται καθοδήγηση;

Διάρκεια	Συχνότητα
<ul style="list-style-type: none"> • Άπαξ • Έως ένα μήνα • Έως τρεις μήνες • Έως έξι μήνες • Έως ένα έτος • Περισσότερο από ένα έτος 	<ul style="list-style-type: none"> • Διαρκώς διαθέσιμος/-η • Εβδομαδιαία • Ανά δεκαπενθήμερο • Μηνιαία • Λιγότερο από μία φορά το μήνα • Όταν χρειάζεται

Περιεχόμενο από το NESTA (2015).

Ορισμένα προγράμματα καθοδήγησης έχουν μια ευέλικτη διαδρομή για την επίτευξη στόχων. Αυτό σημαίνει ότι η διαδικασία καθοδήγησης μπορεί να λάβει χώρα από 3 έως 6 μήνες, με τουλάχιστον 1 εβδομαδιαία συνεδρία ή δεκαπενθήμερες συνεδρίες (μεταξύ μέντορα και καθοδηγούμενου/ης), διάρκειας 1 έως 2 ωρών η καθεμία (μπορεί να πραγματοποιηθεί κατά τη διάρκεια ή μετά τις ώρες εργασίας). Ο συνολικός αριθμός των συνεδριών θα εξαρτηθεί από το σημείο εκκίνησης του καθοδηγούμενου/ης, πράγμα που σημαίνει ότι ο/η καθοδηγούμενος/η και ο/η μέντορας μπορούν να συμφωνήσουν να έχουν πιο εντατική συχνότητα συναντήσεων. Οι μέντορες μπορούν να χρησιμοποιήσουν κάθε είδους κανάλι επικοινωνίας για την πραγματοποίηση των συνεδριών καθοδήγησης, είτε η επικοινωνία γίνεται

αυτοπροσώπως είτε διαδικτυακά (π.χ. τηλέφωνο, email, skype ...). Προτείνεται να πραγματοποιείται τουλάχιστον 1 συνεδρία το μήνα όπου μέντορες και καθοδηγούμενοι/ες θα συναντώνται αυτοπροσώπως (MPATH, 2017).

Θεματική 5 - Οφέλη και εμπόδια του Συστήματος Φίλων

Περιγραφή της θεματικής: Η παρούσα θεματική εστιάζει στα οφέλη, τα εμπόδια και τους φραγμούς που συνδέονται με το φύλο σε μια διαδικασία καθοδήγησης.

Οφέλη του Συστήματος Φίλων

Το Σύστημα Φίλων έχει τη δυνατότητα να βελτιώσει την εμπειρία, τα ψυχο-κοινωνικά αποτελέσματα, τη συμπεριφορά, τις επαγγελματικές και συναισθηματικές πτυχές του/της καθοδηγούμενου/ης (NESTA 2015). Η εκκολαπτόμενη εμπειρία στην υποστήριξη προς μετανάστες/ριες και πρόσφυγες είναι επίσης μια ευκαιρία για τους/τις μέντορες να βιώσουν μια διεύρυνση των οριζόντων μέσω της επαφής με άτομα από διαφορετικό πολιτικό, κοινωνικό και πολιτισμικό περιβάλλον, ενώ έχουν επίσης την ευκαιρία να αντιληφθούν το δικό τους περιβάλλον από μια διαφορετική προοπτική και ακόμη και να αναλάβουν δράση αναφορικά με παράπονα που διατυπώνονται σε πολιτικό επίπεδο. Η συνεργασία στο Σύστημα Φίλων αντιπροσωπεύει μια δυνατότητα απόκτησης νέων γνώσεων και δεξιοτήτων (SOFIE, 2019).

Οφέλη για τον/η καθοδηγούμενο/η: Αυξημένη αυτοπεποίθηση, απόκτηση δεξιοτήτων, μείωση απομόνωσης και αποκλεισμού, αυξημένη αυτοεκτίμηση από τη βοήθεια που παρέχει σε άλλους, αυξημένες κοινωνικές ευκαιρίες και μεγαλύτεροι φιλικοί κύκλοι, μεγαλύτερη ανθεκτικότητα (SOFIE, 2017), υποστήριξη, ενθάρρυνση, φιλία, γνώσεις σε συγκεκριμένους τομείς, συζήτηση/ανταλλαγή ιδεών, ανατροφοδότηση/ εποικοδομητική κριτική, αυξημένη αυτοπεποίθηση, επιβεβαίωση, εξέλιξη σταδιοδρομίας και αφοσίωση, ανατροφοδότηση (MPATH, 2016), ανάπτυξη δυνατοτήτων, ανάπτυξη προσωπικότητας, επαγγελματικός προσανατολισμός, δικτύωση στον κόσμο της εργασίας, αλλαγή προοπτικής, κίνητρα, ανταλλαγή εμπειριών (WKO, 2008)

Οφέλη για τον/την μέντορα: Ευθυμία, συνεργασία, δικτύωση, επαγγελματική ανάπτυξη, προσωπική ικανοποίηση, ανάπτυξη διαπροσωπικών δεξιοτήτων, ανάπτυξη επαγγελματικών δεξιοτήτων, εργασιακή ικανοποίηση (ΜΠΑΘ, 2016), ανάπτυξη δεξιοτήτων επικοινωνίας και καθοδήγησης, διαπολιτισμική εμπειρία, αλλαγή προοπτικής, εντατικοποιημένη αυτοθεώρηση, τεχνογνωσία για την αγορά εργασίας, επέκταση προσωπικού δικτύου, συνάντηση με άλλους/ες μέντορες (WKO, 2008).

Οφέλη για τον συντονιστή οργανισμό: Βελτίωση της οργανωτικής κουλτούρας, πιο αποτελεσματικές συνεργασίες, καλή εικόνα του οργανισμού (ΜΡΑΤΗ, 2016), προώθηση της διεθνοποίησης, των συνεπειών της διαφορετικότητας (η διαφορετικότητα ως ευκαιρία), ενεργή υποστήριξη προς άτομα με μεταναστευτικό υπόβαθρο, συμβολή στην εταιρική κοινωνική ευθύνη (WKO, 2008).

Οφέλη για την κοινωνία: Διαπολιτισμικός διάλογος, πρόληψη συγκρούσεων, συμβολή στην οικονομική ανάπτυξη, ορατότητα των ικανοτήτων (WKO, 2008).

Εμπόδια στο Σύστημα Φίλων:

Εμπόδια για τον/η καθοδηγούμενο/η: έλλειψη χρόνου του/της μέντορα, δυσκολία στην αντιστοίχιση, επικριτικός/ή, αμυντικός/ή, με μειωμένη ευαισθησία ή αναξιόπιστος μέντορας, έλλειψη ανατροφοδότησης / μοιράσματος από την πλευρά του/της μέντορα, έλλειψη εκπαίδευσης του/της μέντορα, έλλειψη κατανόησης στόχων / αναγκών, παροχή ακατάλληλων συμβουλών ή παραδείγματος (ΜΡΑΤΗ, 2016).

Εμπόδια για τον μέντορα: Έλλειψη χρόνου, δυσκολία στην αντιστοίχιση, έλλειψη κατάρτισης, επιπλέον βάρος εργασίας ή ευθύνης, απογοήτευση από την απόδοση / στάση / έλλειψη δέσμευσης ή εμπιστοσύνης του/της καθοδηγούμενου/ης, έλλειψη πόρων ή υποστήριξης, ύπαρξη μίας συναισθηματικά απαιτητικής διαδικασίας (ΜΡΑΤΗ, 2016).

Εμπόδια για τον οργανισμό: Κόστος υλοποίησης του προγράμματος, έλλειψη συνεργασιών (ΜΡΑΤΗ, 2016).

Εμπόδια στη σχέση καθοδήγησης για τις γυναίκες

Οι σχέσεις καθοδήγησης μεταξύ φύλων είναι εξαιρετικά ευάλωτες, ιδιαίτερα για τις γυναίκες και τα ΛΟΑΤΚΙ+ άτομα με μεταναστευτικό υπόβαθρο. Τα συγκεκριμένα τμήματα του πληθυσμού μεταναστών/ριών και προσφύγων αντιμετωπίζουν πολλαπλές και διασταυρούμενες ευπάθειες, πολλές από τις οποίες φθάνουν μέχρι την σεξουαλική κακοποίηση και άλλους τύπους έμφυλης βίας. Δεδομένης της κοινωνικής συνθήκης, πολλές γυναίκες δεν επιδιώκουν να προσεγγίσουν και να αναζητήσουν καθοδήγηση από άντρες μέντορες. Στις σχέσεις καθοδήγησης μεταξύ διαφορετικών φύλων, οι γυναίκες έχουν μια σειρά από ζητήματα που τις αποθαρρύνουν να τους προσεγγίσουν, κάτι που δεν ανακύπτει σε μια σχέση καθοδήγησης μεταξύ ατόμων του ίδιου φύλου (Ragins, 1996, στο Dave, 2016). Υπάρχουν πολιτισμικές διαφορές γύρω από το φύλο. Οι διαδικασίες αντιστοίχισης και καθοδήγησης μεταξύ των φύλων (γυναίκες μέντορες με άντρες καθοδηγούμενους) πρέπει να γίνονται με εξαιρετική προσοχή (Mutti et al., 2021) ώστε να υιοθετείται προσέγγιση με ευαισθησία ως προς το φύλο.