

# ПАМЯТКА НАСТАВНИКА

## 1.1. Манифест наставника

Наставник помогает наставляемому осознать свои сильные и слабые стороны и определить векторы развития.

Наставник является примером жизни, поведения и ценностей для наставляемого.

Наставнические отношения формируются в условиях доверия, взаимообогащения и открытого диалога.

Наставник ориентируется на близкие, достижимые для наставляемого цели, но обсуждает с ним долгосрочную перспективу и будущее.

Наставник предлагает свою помощь в достижении целей и желаний наставляемого, и указывает на риски и противоречия.

Наставник не навязывает наставляемому собственное мнение и позицию, но стимулирует развитие у наставляемого своего индивидуального видения.

Наставник помогает наставляемому развить прикладные навыки, умения и компетенции.

Наставник по возможности оказывает наставляемому личностную и психологическую поддержку, мотивирует, подталкивает и ободряет его.

Наставник по согласованию с куратором может проводить дополнительные (в т.ч. выездные) мероприятия, направленные как на достижение цели наставнического взаимодействия, так и на укрепление взаимоотношений с наставляемым.

Наставник соблюдает обоюдные договоренности, не выходит за допустимые рамки субординации и не разглашает информацию, которую передает ему наставляемый\*

Наставник может быть инициатором завершения программы, но перед этим обязан приложить все усилия по сохранению доброкачественных наставнических отношений.

\*Список исключений, информация о которых незамедлительно передается куратору программы:

если наставляемый сообщит о том, что стал жертвой насилия (физического, сексуального, психологического)

если наставляемый сообщит о том, что вовлечен в незаконную деятельность (распространение наркотиков, финансовые махинации)

если наставляемый сообщит (или его поведение будет свидетельствовать) о потенциальной угрозе, способной нанести вред жизни и здоровью (суицидальные мысли, пагубная зависимость).

## **1.2. Кодекс наставника**

Не осуждаю, а предлагаю решение

Не критикую, а изучаю ситуацию

Не обвиняю, а поддерживаю

Не решаю проблему сам, а помогаю решить ее наставляемому

Не навязываю свое мнение, а работаю в диалоге

Разделяю ответственность за наставляемого с куратором, родителями и организацией

Не утверждаю, а советуюсь

Не отрываюсь от практики

Призывая наставляемого к дисциплине и ответственному отношению к себе,

наставническому взаимодействию и программе, сам следую этому правилу

Не разглашаю внутреннюю информацию

Наставничество – не решение всех проблем, стоящих перед вашим наставляемым и его/ее семьей. Суть наставничества заключается в создании и поддержании устойчивых человеческих взаимоотношений, в которых ребенок / подросток чувствует, что к нему относятся как к личности и что он имеет значение для общества.

Помните, что вы должны являться позитивным примером для подражания, другом, советником, защитником вашего наставляемого!

## **1.3. Руководящие принципы наставника**

Наставники слушают.

Они поддерживают зрительный контакт и посвящают наставляемым все свое внимание.

Наставники рекомендуют.

Помогают наставляемым найти направление в жизни, но не подталкивают их.

Наставники рассказывают.

Они дают представление о перспективах подростка, помогают определить цели и приоритеты.

Наставники обучают. Рассказывают о жизни и собственной карьере

Наставники представляют свой опыт

Помогают наставляемым избежать ошибок и извлечь уроки из жизненных ситуаций

Наставники доступны.

Они предоставляют ресурс, источник опыта и знаний, которому наставляемый доверяет и к которому может обратиться

Наставники критикуют, но конструктивно.

При необходимости наставники указывают области, которые нуждаются в улучшении, всегда сосредоточив внимание на поведении наставляемого, но никогда не на его/ее характере.

Наставники поддерживают. Независимо от того, насколько болезненный опыт имеет наставляемый, наставник продолжает поощрять его учиться и совершенствоваться.

Наставники точны. Дают конкретные советы, «раскладывают по полочкам»: что было сделано хорошо, что может быть исправлено или улучшено, что достигнуто, какие преимущества есть у различных действий

Наставники неравнодушны. Наставник интересуется успехами наставляемого в школе, в планировании карьеры, в личном развитии

Наставники успешны. Не только успешны сами по себе, но и способствуют успехам других людей. Наставники вызывают восхищение.

Они пользуются уважением в своих организациях и в обществе

#### **1.4. Качества успешных наставников**

-желание участвовать в программе по поддержке другого человека в течение длительного времени. У наставников есть искреннее желание быть частью жизни других людей, чтобы помочь им с трудными решениями, с саморазвитием и наблюдать, как они становятся лучше;

-уважение к личности, ее способностям и праву делать свой собственный выбор в жизни.

Наставники не должны считать, что их способы решения проблем лучше или что участников программы нужно спасать. Наставники, руководствующиеся чувством уважения и достоинства в отношениях, способны завоевать доверие наставляемых и привилегию быть для них советниками;

-умение слушать и принимать различные точки зрения. Большинство людей может найти

кого-то, кто будет давать советы или выражать свое мнение. Гораздо труднее найти кого-то,

кто отодвинет собственные суждения на задний план и действительно выслушает.

Наставники часто помогают, просто слушая, задавая продуманные вопросы и давая

наставляемым возможность исследовать свои собственные мысли с минимальным

вмешательством. Когда люди чувствуют, что их понимают и принимают, они более склонны

просить совета и реагировать на хорошие идеи;

-умение сопереживать другому человеку. Эффективные наставники могут сопереживать

людям, не испытывая при этом жалости к ним. Даже не имея того же жизненного опыта, они

могут сопереживать чувствам и личным проблемам своих наставляемых;

-умение видеть решения и возможности, а также препятствия.  
Эффективные наставники

способны балансировать между реалистичным восприятием реальных и серьезных проблем, с которыми сталкиваются их наставляемые, и оптимизмом при поиске реалистичных решений.

Они способны упорядочить кажущиеся беспорядочными проблемы и указать разумные варианты действий;

-гибкость и открытость. Эффективные наставники признают, что отношения требуют времени для развития. Они готовы уделить время тому, чтобы узнать наставляемых,

разобраться в важных для них вопросах (музыка, стиль, философия и т.д.) и даже измениться под влиянием отношений.

### **1.5 Хороший наставник обладает также:**

- гибкостью мышления — быстро оценивает ситуацию и принимает необходимые решения, легко переключается с одного способа действий на другой;

- критичностью мышления — не считает верной первую пришедшую в голову мысль, подвергает критическому рассмотрению предложения и суждения других, принимает необходимые решения, только взвесив все «за» и «против»;

-коммуникативными способностями — говорит простым, понятным для подростка языком о сложных вещах, открыт и искренен при общении, умеет слушать и слышать собеседника;

-толерантностью — терпим к мнениям, взглядам и поведению, отличным от собственных и даже неприемлемым для наставника;