

Mentorstvo in vključevanje ranljivih skupin

Pri mentorstvu oseb, ki se srečujejo z ovirami pri vključevanju, mentor izhaja iz posameznika, njegovih potreb in zmožnosti. Pri tem ga ne opredeljuje zgolj na podlagi njegovih ovir, diagnoze ali življenjskih okoliščin.

Kako mentor podpira vključevanje?

- ✓ posameznika vpraša, kakšno pomoč potrebuje
- ✓ spodbuja samostojnost
- ✓ uporablja spoštljivo komunikacijo
- ✓ ustvarja občutek pripadnosti
- ✓ odpravlja ovire za sodelovanje

Pomembno je, da posamezniku ne vsiljujemo pomoči, temveč ga vprašamo, kakšno podporo potrebuje.

Mentor kot graditelj vključujočega okolja

Mentor pomaga ustvarjati okolje, v katerem se vsak posameznik počuti sprejetega, varnega in enakovrednega člana skupnosti.

Primer iz prakse:

V športnem društvu se je kot prostovoljec vključil mladostnik z gibalno oviranostjo. Mentor se je z njim pogovoril o njegovih interesih ter naloge prilagodil njegovim zmožnostim in potrebam. Prostovoljec je kmalu postal pomemben del organizacijske ekipe in se vključil tudi v načrtovanje dogodkov.



ZAUPANJE

Gradimo odnos spoštovanja in sodelovanja.



PODPORA

Pomagamo prostovoljcem pri njihovem razvoju.

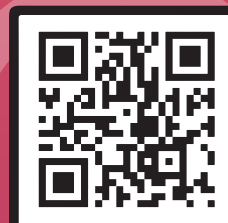


RAZVOJ

Skupaj rastemo in ustvarjamo pozitivne spremembe.

Želiš postati mentor?

Spoznaj gradiva in možnosti za usposabljanje mentorjev prostovoljcev ter pridobi znanje za kakovostno podporo prostovoljcem.



Skeniraj me!

Gradivo je nastalo v okviru projekta »Prostovoljstvo s kompasom – Ko veš, kam greš!«, ki ga sofinancira Ministrstvo za notranje zadeve in javno upravo v okviru Javnega razpisa za razvoj in profesionalizacijo NVO in prostovoljstva 2025. Projekt se financira iz Sklada za razvoj nevladnih organizacij. Besedilo izraža mnenje avtorjev in ne predstavlja uradnega stališča Ministrstva za notranje zadeve in javno upravo.

Izdajatelj: Športna unija Slovenije – zveza društev za športno rekreacijo, športno vzgojo in zdrav življenjski slog

Vsebinska priprava: partnerji projekta »Prostovoljstvo s kompasom – Ko veš, kam greš!«

Oblikovanje: Simon Kajtna

Tisk: COLLEGIUM GRAPHICUM d.o.o.

Ljubljana, 2026



POSTANI MENTOR PROSTOVOLJCEV

Kako z znanjem in izkušnjami podpreti nove prostovoljce

Prostovoljstvo na stičišču športa in vključevanja ranljivih skupin

Zakaj postati mentor prostovoljcev?

Mentorji so nepogrešljiv del vsakega uspešnega prostovoljskega programa. S svojim znanjem, izkušnjami in podporo pomagajo novim prostovoljcem pri vključevanju, učenju in osebnem razvoju.

Podpora mentorja prostovoljcem pomaga, da hitreje spoznajo svoje naloge, se lažje vključijo v organizacijo in pri svojem delu pridobijo več samozavesti.

Mentor prostovoljcev ima pomembno vlogo pri ustvarjanju varnega, spodbudnega in vključujočega okolja, v katerem lahko prostovoljci razvijajo svoje potenciale.

Koristi mentorstva:

- ✓ bolj zadovoljni prostovoljci
- ✓ manjša fluktuacija prostovoljcev
- ✓ večja kakovost izvedbe aktivnosti
- ✓ boljše sodelovanje v organizaciji
- ✓ uspešnejše vključevanje novih članov

Mentorstvo je priložnost, da svoje znanje, izkušnje in vrednote preneseš na nove generacije prostovoljcev. Hkrati omogoča osebni razvoj, pridobivanje novih izkušenj in aktivno soustvarjanje skupnosti.

Kdo je mentor prostovoljcev?

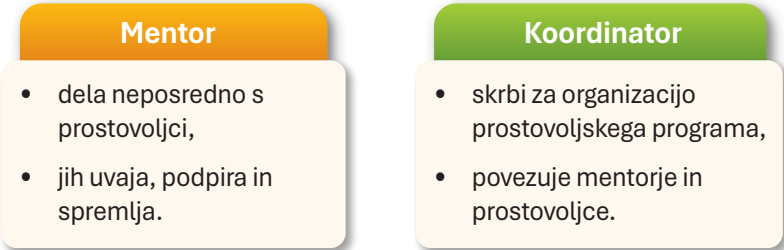
Mentor ni zgolj oseba, ki razdeli naloge. Je sogovornik, podpornik in usmerjevalec, ki prostovoljcu pomaga pri prvih korakih ter ga spremlja skozi celoten proces prostovoljskega dela.

Mentorjeva vloga



Uspešno mentorstvo temelji na zaupanju, odprti komunikaciji in medsebojnem spoštovanju.

Mentor ali koordinator?



Kaj pridobiš kot mentor?

Mentorstvo ni koristno le za prostovoljca, temveč tudi za mentorja.

- ✓ razvija vodstvene sposobnosti
- ✓ krepi komunikacijske veščine
- ✓ pridobiva izkušnje pri delu z ljudmi
- ✓ razvija sposobnost podajanja povratnih informacij
- ✓ širi svojo mrežo poznanstev
- ✓ prispeva k razvoju skupnosti
- ✓ krepi občutek osebne izpolnjenosti

Mentorstvo predstavlja priložnost za osebno in strokovno rast ter prenos dragocenih znanj in izkušenj na nove generacije prostovoljcev.

Kdo je dober mentor?

Dober mentor ne potrebuje vseh odgovorov. Pomembno je, da zna poslušati, podpirati in usmerjati.



Na kaj naj bo mentor pozoren?

Tudi izkušeni mentorji se lahko znajdejo pred izzivi.

- ✗ premalo časa za uvajanje
- ✗ nejasna navodila
- ✗ pomanjkanje povratnih informacij
- ✗ prevelik nadzor nad prostovoljcem
- ✗ prevzemanje nalog namesto prostovoljca
- ✗ ignoriranje težav ali konfliktov
- ✗ pomanjkanje priznanja za opravljeno delo
- ✗ neupoštevanje individualnih potreb posameznika



Dober mentor ve

Vsak prostovoljec potrebuje svoj tempo učenja, podporo in možnost, da se iz napak tudi nekaj nauči.