

Gruppmentorskap

Det här dokumentet är en introduktion och vägledning till Mentor Sveriges Gruppmentorskapsprogram (GM). Det riktar sig till dig som är ny inför Gruppmentorskap och vill få en tydlig överblick över vad programmet innebär, varför det finns och hur det är uppbyggt. Här beskrivs programmets syfte, mål, struktur, rekrytering, upplägg och förväntningar.

Vad är Gruppmentorskap?

Potential som förverkligas tillsammans

Gruppmentorskap är en form av mentorskap där en vuxen mentor träffar en liten grupp ungdomar. Syftet är att tillsammans utforska framtidsdrömmar, bygga självkänsla och skapa nya kontakter. Mentor Sverige vill genom programmet stötta ungdomars utveckling och skapa en bro mellan skolan och arbetslivet.

Ungdomarna får lära känna mentorn som en positiv förebild och tillsammans arbetar de med övningar, samtal och aktiviteter som stärker självkännedom och framtidstro. Programmet bygger på gruppdynamik och att växa tillsammans – både som individ och grupp.

Syfte

Gruppmentorskapet syftar till att:

- Stärka ungdomars självkänsla och motivation
- Ge verktyg för framtiden
- Bredda ungdomars nätverk
- Skapa inspiration, handlingskraft och framtidstro
- Ge en trygg plats för reflektion, samtal och personlig utveckling

Mål

Efter avslutat Gruppmentorskap ska ungdomarna:

- Känna sig mer trygga i sig själva
- Ha fått insikter om sina styrkor och utvecklingsområden

- Ha utökat sitt nätverk och fått nya perspektiv
- Ha utvecklat både sociala och professionella färdigheter
- Vara bättre rustade inför arbetsliv och framtid

Färdigheter ungdomar utvecklar

Professionella färdigheter

- **Temaarbete:** Exempelvis kreativt skapande, entreprenörskap, karriär och friluftsliv
- **Nätverksbyggande:** Träffa nya personer och besöka mentorns arbetsplats
- **Ledarskap:** Dela ansvar, ta initiativ och växa som grupp
- **Arbetsmoral:** Träna på ansvarstagande och engagemang
- **Kommunikation:** Öva på att uttrycka sig och lyssna

Sociala färdigheter

- **Samarbetsförmåga:** Arbeta tillsammans och bidra till gruppen
- **Respekt:** Lyssna på och acceptera andras perspektiv
- **Tolerans:** Lära av olikheter och skapa trygg gemenskap

Personliga färdigheter

- **Motivation:** Att vilja delta och lära
- **Självständighet:** Ta initiativ och bidra till gruppen
- **Ansvar:** Förbereda sig och följa uppgifter
- **Självinsikt:** Lära känna sina styrkor och behov
- **Närvaro:** Delta på träffar och visa engagemang
- **Framtidstro:** Få en positiv bild av framtiden och sina möjligheter

Programupplägg

Ansökan och rekrytering

- Ungdomar ansöker via hemsidan
- Kommunikation sker via sociala medier, video och hemsida
- Gruppmentorer rekryteras via partners och nätverk
- Viktigt att mentorn är engagerad, lyhörd och har tid att ge

Matchning

- Ungdomar matchas med mentor utifrån intresse och tema
- Vanliga teman: bokcirkel, entreprenörskap, UF, kreativt skapande
- Ungdomarna delas in i grupper om 2–5 personer (vanligtvis 2–3)
- Grupperna är könshomogena (samma kön), om inte särskilda skäl finns
- Åldersindelning: t.ex. 13–15 år eller 16–19 år

Gruppträffar

- Gruppen träffas 6 gånger totalt
- Träffarna planeras gemensamt med gruppmentorn
- Frekvensen kan variera beroende på behov och tillgänglighet
- Programmet är flexibelt: 6 träffar kan ske under t.ex. 2–6 månader
- En programstart hålls gemensamt där alla lär känna varandra och sätter spelregler

Exempel på aktiviteter vid träffar:

- Studiebesök, CV-övningar, vision boards
- Bio, museum, fika, friluftaktiviteter
- Temarelaterade workshops

Programstart

- Gemensam programstart arrangeras av kommunen/Mentor Sverige
- Tanken är att bygga gemenskap direkt från början ("kollo-tänk")
- Träffarna innehåller exempelvis:
 - Lära känna-lekar
 - Vision board
 - Övningar kring framtid och självkännedom
 - Sätta gemensamma spelregler
 - Planera kommande träffar tillsammans

Praktisk information

Förhållningsregler

- Träffar hålls om minst två ungdomar kan närvara
- Vid förhinder bokas nytt datum i samråd
- Gruppmentorn rapporterar till ansvarig kontaktperson
- Använd handbok, övningsmaterial och kommunikationsstöd som hjälp

Kommunikationstips

- Skicka tydliga meddelanden med alternativ på datum
- Be om enkel bekräftelse (tummen upp, kort svar)
- Kontakta ungdomar individuellt vid behov

Ekonomi

- Gruppmentorn har ett aktivitetsbidrag på 550 kr per ungdom och sig själv

- Bidraget gäller under sex månader

Gruppmentorer – stöd och riktlinjer

- Deltar på introduktion och programstart
- Får löpande stöd via handledning och avstämningar
- Har tillgång till handbok, övningsbank och inspiration
- Ansvarar för att skapa en trygg, engagerande och utvecklande miljö för ungdomarna

Om du har fler frågor eller vill veta mer om upplägg, teman eller hur du kan komma igång – kontakta din kontaktperson på Mentor Sverige.