www.mentorplus-euproject.org

Co-funded by the European Union

Programa de Mentoria

Para jovens em conflito com a lei

Grant Agreement No. : 2021-2-BE05-KA220-YOU-000050037

ÍNDICE DE CONTEÚDOS

INTRODUÇÃO 4

I. NOÇÕES BÁSICAS DE MENTORIA 6

1. O que é a mentoria? 6

2. Modelos de mentoria e tipos de programas 6

3. Estilos de relacionamento 8

II. MENTORIA DE JOVENS EM CONFLITO COM A LEI 14

1. Eficácia/ benefícios 14

2. Considerações especiais para um programa de mentoria bem sucedido 14

2.1. Planeamento do programa 15

2.2. Implementação do programa 15

2.3. Avaliação do programa 16

III. O PROGRAMA MENTOR+. PASSO A PASSO PARA OS GESTORES DE PROGRAMAS 19

1. Planeamento (análise das necessidades, finalidade do programa, objetivos, modelo de mentoria) 19

1.1. Propósito 19

1.2. Objetivos 20

1.3. Modelo de mentoria 20

2. Recrutamento e seleção de mentores/mentorandos 22

2.1. Recrutamento de mentores 22

2.2. Seleção e screening dos mentores 22

2.3. Seleção e screening de mentorandos 24

3. Orientação e formação 30

3.1. Formação de mentores 30
3.2. Formação de mentorandos 31
4. Emparelhamento e início da relação 32
4.1. Processo de emparelhamento 32
4.2. Relação de mentoria 33
5. Supervisão, apoio e retenção 33
6. Encerramento, reconhecimento e avaliação 34
6.1. Modelo de avaliação 34
6.2. Política de proteção das crianças 38
IV. REFERÊNCIAS 41

O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui uma aprovação do seu conteúdo, que reflete apenas a opinião dos autores, e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer utilização que possa ser feita da informação nela contida.

Co-funded by the European Union

mentor+

INTRODUÇÃO

INTRODUÇÃO

O programa de mentoria Mentor+ tem como objetivo apoiar jovens em conflito com a lei a ultrapassar "tentações" de forma a reduzir o seu impacto negativo no seu desenvolvimento individual (por exemplo, consumo de substâncias, filiação em gangues, roubo, abandono escolar). O programa promove a autoconsciência, a autoeficácia, a resiliência e a empatia, para além de ajudar a desenvolver processos de tomada de decisão eficazes e positivos (Allbright, Hurd & Hussain, 2017; Kracker, et.al, 2006; Schwartz & Rhodes, 2016). Refere-se a uma série de atividades concebidas para trabalhar fatores de risco específicos que podem levar uma pessoa a praticar um crime.

O programa de mentoria Mentor+ destina-se a jovens em conflito com a lei, utilizando uma metodologia baseada nos princípios da educação não formal e da aprendizagem experimental. Pode assumir uma forma de intervenção individualizada ou em grupo, apresentando métodos educativos, formação em competências para a vida, aconselhamento, bem como outras atividades que têm o potencial de apoiar o desenvolvimento psicológico, emocional e psicossocial dos destinatários da intervenção (Jolliffe, Farrington, Piquero, Loeber, & Hill, 2017; Besemer, Farrigton, Bijleveld, 2017).

Este documento está estruturado em três partes: *I - Noções básicas de mentoria* que apresenta os elementos-chave da mentoria; *II - Mentoria para jovens em conflito com a lei* que reflete sobre as especificidades da mentoria no contexto da justiça juvenil; e *III - Estabelecer o Programa Mentor+* que detalha passo a passo a abordagem para implementar eficazmente o programa Mentor+, sendo estruturado nas principais etapas ou componentes de um programa de mentoria para jovens em conflito com a lei:

- Planeamento
- Recrutamento e seleção de mentores/mentorandos
- Orientação e formação
- Emparelhamento e início da relação
- Supervisão e apoio contínuos
- Encerramento, reconhecimento e avaliação

Co-funded by the European Union

mentor+

I. NOÇÕES BÁSICAS DE MENTORIA

I. NOÇÕES BÁSICAS DE MENTORIA

1. O que é a mentoria?

Existem inúmeras definições do que é a mentoria. Numa tentativa de resumir e fornecer uma definição que englobe os principais componentes da mentoria, será utilizada a definição de Tolan et.al (2014). De acordo com Tolan et.al, (2014, p. 2), a mentoria envolve "uma relação entre duas pessoas baseada num desejo mútuo de desenvolvimento em direção a metas e objetivos de carreira". A mentoria pode ser definida pelas quatro caraterísticas seguintes:

- Interação entre duas pessoas durante um período de tempo definido.
- Desigualdade de experiência, conhecimento ou poder entre o mentor e o mentorando (beneficiário), sendo que o mentor possui a maior experiência/ conhecimento.
- O mentorando está em posição de imitar e beneficiar dos conhecimentos, competências, capacidades ou experiência do mentor.
- Ausência da desigualdade de papéis entre o prestador e o destinatário, desigualdade esta que por norma carateriza a maior parte das relações de ajuda ou de intervenção em que o adulto tem autoridade sobre a criança que necessita de ensino ou de ajuda específica.

2. Modelos de mentoria e tipos de programas

Mentoria individual: A mentoria individual tradicional envolve o emparelhamento de um único mentor com um mentorando para estabelecer uma relação de apoio e suporte. Este modelo centra-se na atenção personalizada, no apoio individualizado e no desenvolvimento de um vínculo profundo e de confiança entre o mentor e o mentorando (DuBois & Karcher, 2005; Rhodes & Dubois, 2006). Tem-se verificado que os programas de mentoria individual melhoram o desempenho académico, o desenvolvimento socioemocional e o bem-estar geral dos mentorandos (Rhodes, 2005).

Mentoria de pares: inclui o emparelhamento de mentorandos com pares mais experientes que fornecem orientação e apoio. Este modelo aproveita o poder das experiências partilhadas e da compreensão mútua. Os programas de mentoria de pares têm sido particularmente bem sucedidos em contextos educativos, onde estudantes mais velhos orientam estudantes mais novos (Johnson, 2013, Creany, 2020). A mentoria de pares fomenta um sentimento de pertença,

promove o envolvimento e facilita o desenvolvimento de competências de liderança tanto nos mentores como nos mentorados (Buck, 2018; Spencer, et.al, 2019).

E-mentoring: A *e-mentoring*, também conhecida como mentoria online ou virtual, utiliza a tecnologia para conectar remotamente mentores e mentorandos. Este modelo oferece flexibilidade e comodidade, quebrando barreiras geográficas e permitindo a mentoria à distância. Os programas de mentoria eletrónica têm demonstrado resultados positivos em vários domínios, incluindo o desenvolvimento da carreira, o desempenho académico e o apoio social (Crisp et al., 2010). A *e-mentoring* permite a comunicação contínua, a partilha de recursos e o acesso a um leque diversificado de mentores (Shrestha, et.al, 2009).

Mentoria de grupo: envolve um mentor que trabalha com um pequeno grupo (máximo 6) de mentorandos em simultâneo. Este modelo incentiva a interação e o apoio entre pares, beneficiando simultaneamente da orientação e da experiência de um mentor. Os programas de mentoria de grupo oferecem oportunidades para os mentorandos aprenderem uns com os outros, desenvolverem competências sociais e criarem um sentido de comunidade (Herrera et al., 2007; Dubois, et.al, 2011). A mentoria de grupo tem sido considerada eficaz na melhoria da autoestima, na redução de comportamentos de risco e na promoção de relações positivas entre pares (Kuperminc et al., 2011).

Mentoria em contexto escolar: estes tipos de programas de mentoria são implementados no ambiente escolar, onde mentores e mentorados interagem regularmente durante o horário escolar. Fornecem apoio e orientação adicionais aos alunos que enfrentam desafios académicos, sociais ou emocionais (Faith, et.al, 2011; Lyons, 2019. A mentoria em contexto escolar tem sido associada a uma melhor assiduidade, desempenho académico e maior envolvimento positivo na escola (Cavell et al., 2009). O ambiente escolar permite uma fácil coordenação com professores e outros funcionários da escola, facilitando a colaboração e o apoio abrangente aos mentorandos (Lyons, et.al, 2019).

Conclusão

Os modelos de mentoria e os tipos de programas oferecem uma visão holística do que pode ser a mentoria. No âmbito do programa Mentor+, tenciona-se utilizar várias partes das diversas abordagens supramencionadas para fornecer orientação, apoio e modelos positivos aos jovens. A tradicional mentoria individual, a mentoria de grupo, a mentoria de pares, a *e-mentoring* e a mentoria em contexto escolar têm caraterísticas e benefícios únicos que podem ser uma mais-valia para qualquer programa de mentoria. A escolha do modelo de mentoria e do tipo de programa deve ser orientada pelas necessidades e objetivos específicos dos mentorandos, tendo em conta fatores como a idade, o contexto e os resultados desejados. Os modelos de mentoria fornecem um roteiro ou um guia para a conceção do programa Mentor +. Por conseguinte, é essencial que os programas de mentoria como o Mentor+ estejam continuamente abertos à avaliação e ao crescimento. Por essa razão, a avaliação é um pré-requisito para determinar a eficácia e a sustentabilidade do programa de mentoria (crescimento).

3. Estilos de relacionamento

A mentoria é uma abordagem poderosa baseada em relações que proporciona orientação, apoio e oportunidades de desenvolvimento a pessoas que procuram crescimento pessoal e profissional. O sucesso de uma relação de mentoria depende de vários fatores, incluindo o estilo de mentoria adotado pelo mentor. As relações e os estilos de mentoria podem variar muito em função do tipo, do objetivo, da estrutura e dos participantes. Os papéis dos mentores também podem variar ao longo da relação. Estes papéis podem incluir atuar como:

- um modelo a seguir,
- um apoio,
- um executor de políticas,
- um defensor, e/ou
- um amigo.

As relações de mentoria podem ser: informais e formais. Os programas formais de mentoria têm normalmente diretrizes, objetivos e atividades estruturadas. Mentores em programas

formais recebem formação para garantir que podem apoiar eficazmente os jovens em conflito com a lei. Estes programas têm frequentemente objetivos definidos e intervenções específicas adaptadas às necessidades dos mentorandos (Rhodes, 2005). O objetivo do Mentor + é tornar-se um programa deste tipo.

As relações formais de mentoria incluem, frequentemente, visitas regulares, definição de objetivos e monitorização do progresso. Os mentores acompanham o desenvolvimento do mentorando e oferecem apoio, feedback e responsabilização. Esta abordagem estruturada ajuda os mentorandos a manterem-se concentrados, motivados e responsáveis pelas suas ações e progressos (Johnson et al., 2013). Neste tipo de relação, o mentor fornece frequentemente aos mentorandos acesso a recursos, redes e oportunidades de crescimento pessoal e educacional. Aqui, os mentores podem ajudar os mentorandos a navegar no sistema de justiça criminal, instituições educacionais e serviços comunitários, garantindo que eles tenham o apoio necessário para se reintegrarem com sucesso (Gavazzi & Giacobbi, 2018).

A mentoria informal ocorre naturalmente através de relações que se desenvolvem organicamente entre os mentores e os jovens em conflito com a lei. Estas relações são baseadas na confiança, respeito mútuo e interesses partilhados. Os mentores informais podem ser membros da família, membros da comunidade ou indivíduos que fornecem orientação e apoio numa base informal e voluntária (Warr, 2019).

Embora o objetivo final de todas as relações de mentoria seja o de melhorar os resultados para os jovens, pode haver variações no âmbito do programa e no foco específico da relação. Foram identificados dois tipos distintos de mentoria: a mentoria instrumental e a mentoria psicossocial. A mentoria instrumental, também conhecida como mentoria centrada no tópico, concentra-se na abordagem de questões específicas e visa ajudar o mentorando a atingir objetivos específicos. Estes objetivos podem incluir a melhoria do desempenho académico, a preparação para oportunidades de emprego ou de carreira, ou a resolução de problemas de abuso de substâncias. Este tipo de mentoria coloca ênfase na adoção de medidas e no envolvimento em atividades. Por outro lado, a mentoria psicossocial, também referida como mentoria aberta, coloca maior ênfase no processo e envolve trabalhar com o mentorando para

promover um desenvolvimento positivo. Este estilo de mentoria é frequentemente caracterizado por conversas e interações significativas entre o mentor e o mentorando (Jekielek, Moore, & Hair, 2002; Darling, Bogat, Cavell, Murphy, & Sanchez, 2006).

Mentoria instrumental

I. Estilo orientado para a tarefa: A mentoria orientada para a tarefa concentra-se em fornecer orientação e apoio para alcançar objetivos ou tarefas específicas. Os mentores em relações de mentoria instrumental dão prioridade ao desenvolvimento de competências, à transferência de conhecimentos e ao alcance de objetivos. O foco está em aspetos práticos, como a progressão de carreira, realizações académicas, ou projetos específicos (Rhodes, 2005). Este estilo é frequentemente utilizado em contextos profissionais ou académicos em que os mentorandos necessitam de conhecimentos ou orientação específicos.

II. Estilo baseado no desempenho: A mentoria baseada no desempenho enfatiza a melhoria do desempenho dos mentorandos em áreas específicas, tais como académicas, desportivas ou artísticas. Os mentores fornecem feedback, críticas construtivas e estratégias para melhorar as competências e alcançar a excelência. O foco está na melhoria do desempenho, na motivação e na realização (Eby et al., 2013).

Mentoria psicossocial

I. Mentoria de desenvolvimento: A mentoria de desenvolvimento centra-se no desenvolvimento pessoal e profissional global dos indivíduos acompanhados. Os mentores em relações de mentoria psicossocial fornecem apoio, orientação e modelação de papéis para ajudar os mentorandos a navegar em vários domínios da vida, construir autoconfiança e desenvolver um sentido de identidade. A ênfase é colocada no crescimento holístico, incluindo o bem-estar emocional, a autoconsciência e a resiliência (Rhodes, 2005).

II. Mentoria de apoio emocional: A mentoria de apoio emocional centra-se em proporcionar empatia, compreensão e um espaço seguro para os mentorandos expressarem as suas emoções e preocupações. Os mentores em relações de mentoria psicossocial oferecem escuta ativa, validação e orientação sobre como gerir o stress, lidar com desafios e construir relações saudáveis (Sánchez et al., 2017). Este estilo é particularmente relevante para os mentorandos que possam estar a enfrentar dificuldades emocionais ou a lutar com questões pessoais.

III. Mentoria de modelo de referência: A mentoria de modelo de referência envolve mentores que servem como exemplos positivos e fontes de inspiração para os mentorandos. Os mentores exibem qualidades, valores e comportamentos desejados, fornecendo um modelo para os mentorandos imitarem. Este estilo centra-se em incutir atitudes positivas, valores e comportamentos éticos nos mentorandos (Sánchez et al., 2017).

Relevância para o programa Mentor+

A relevância dos estilos de relacionamento no programa Mentor+ é crucial para o desenvolvimento e sucesso globais. A escolha do estilo de mentoria pode ter um grande impacto na eficácia do programa e nos resultados para os mentorandos.

Os programas formais de mentoria, caracterizados por orientações e objetivos estruturados, proporcionam aos mentorandos um enquadramento claro e intervenções específicas adaptadas às suas necessidades (Rhodes, 2005). Como tal, os mentores do nosso programa irão receber formação para apoiar eficazmente os jovens em conflito com a lei. Incluiremos *check-ins* regulares, definição de objetivos e monitorização do progresso no nosso programa (Johnson et al., 2013). Esta abordagem estruturada assegurará a responsabilização e ajudará os nossos mentorandos a manterem-se concentrados e motivados. Os mentores do Mentor+ fornecerão acesso a recursos, redes e oportunidades de crescimento pessoal e educacional, ajudando os

jovens (mentorandos) a navegar pelos vários desafios que enfrentam (Gavazzi & Giacobbi, 2018).

Por outro lado, a inclusão de aspetos informais irá beneficiar a relação de mentoria como um todo. Facilitará o desenvolvimento de confiança, respeito mútuo e interesses partilhados, e também pode ser valioso para os jovens em conflito com a lei (Warr, 2019). Os mentores fornecerão apoio emocional, atuando como modelos positivos e oferecendo orientação no percorrer de vários desafios e processos de tomada de decisão enfrentados pelo mentorando.

A mentoria instrumental, com os seus estilos orientados para a tarefa e baseados no desempenho, assegura que o programa Mentor+ mantém o foco no alcance de objetivos específicos e melhora o desempenho tanto do mentorando como do mentor (Rhodes, 2005; Eby et al., 2013). Isto pode ser particularmente benéfico na abordagem das necessidades académicas, de carreira e de desenvolvimento de competências do mentorando. No âmbito do Programa do Mentor+, os mentores centrar-se-ão no desenvolvimento de competências, na transferência de conhecimentos e no cumprimento de objetivos, contribuindo para o crescimento pessoal dos mentorandos e para o aumento da autoeficácia.

A mentoria psicossocial, que engloba a mentoria de desenvolvimento, a mentoria de apoio emocional e a mentoria de modelo de referência, facilitará a ênfase do nosso programa no crescimento holístico e no desenvolvimento positivo dos jovens (Rhodes, 2005; Sánchez et al., 2017). Através de processos de mentoria de desenvolvimento, o programa Mentor+ centrar-se-á no crescimento geral, ajudando os mentorandos a navegar em vários domínios da vida e a construir autoconfiança. Com a ajuda do apoio emocional, o nosso programa proporcionará um espaço seguro para os mentorandos expressarem as suas emoções, gerirem o stress e desenvolverem relações saudáveis. Os nossos mentores tornar-se-ão modelos a seguir, oferecendo exemplos positivos para os mentorandos imitarem, promovendo assim atitudes positivas, valores e comportamento pró-social.

Co-funded by the European Union

mentor+

II. MENTORIA DE JOVENS EM CONFLITO COM A LEI

II. MENTORIA DE JOVENS EM CONFLITO COM A LEI

1. Eficácia/ benefícios

A mentoria é uma das intervenções mais utilizadas para prevenir e afastar jovens em risco ou conflito com a lei de comportamentos antissociais, insucesso escolar, agressão ou outro comportamento antissocial (Tolan, et.al, 2013; Dubois, et.al, 2011). Embora seja amplamente utilizada em todo o mundo em muitos domínios, a mentoria de jovens envolvidos com a justiça é considerada uma intervenção muito promissora (Dubois, et, al, 2011, Adler, et.al, 2016, Jolliffe e Farrington, 2008).

2. Considerações especiais para um programa de mentoria bem sucedido

Os fatores que são considerados críticos para o sucesso de um programa de mentoria para jovens envolvidos com a justiça são: proximidade emocional (Dubois, 2002; DuBois, et.al, 2011); reuniões semanais, apoio emocional, *advocacy* (DKR,2012; Tolan, et.al, 2014); confiança, empatia e mutualidade dentro da relação (Sale, et.al, 2008; Jolliffe & Farrington, 2008; Adler, et.al, 2016).

Uma componente crítica dos programas de mentoria é o **apoio emocional** na relação mentor-mentorando (Schwartz & Rhodes, 2016;) Situações onde o apoio emocional foi central para a conceção do programa de mentoria e onde os mentores participaram no desenvolvimento profissional, levaram a melhores resultados para jovens em conflito com a lei (Abrams, Mizel, Nguyen & Shlonsky, 2014; Tolan, et.al, 2014; Raposa, et.al, 2019; DuBois, et.al, 2011). Olhando para a sustentabilidade do programa de mentoria, ter pelo menos um membro da equipa a tempo inteiro no programa de mentoria de jovens pode proporcionar uma coordenação e supervisão essenciais ao programa (Bazron, et.al, 2006; Duriez, et.al, 2017). Embora mentores que sejam estudantes universitários possam ser altamente motivados e apaixonados, podem também ter compromissos académicos e disponibilidade limitada. Consequentemente, um membro da equipa a tempo inteiro pode assegurar que o programa decorra sem problemas, que os mentores e os mentorandos sejam emparelhados de forma eficaz e que se mantenha uma comunicação e um apoio consistentes para todos os participantes.

2.1. Planeamento do programa

Ao planear um programa de mentoria para jovens em conflito com a lei, deve ser desenvolvido um esquema de parceria comunitária em sincronia para ajudar a criar uma programação responsiva e a recrutar participantes. A investigação e as boas práticas (Ungar, 2005; Tolan, et.al, 2014; Wagner, Gander, Proyer & Ruch, 2020) sugerem o estabelecimento de uma rede que inclua parceiros da comunidade e pais. O desenvolvimento de uma rede composta por programas comunitários, serviços de reinserção social, escolas, pais e juízes de tribunais de menores (se disponíveis) tem o potencial de facilitar o recrutamento de mentorandos envolvidos com a justiça e apoiá-los durante todo o processo de mentoria.

Os programas de mentoria que estão integrados noutras intervenções ou em parceria com tribunais de menores são recomendados porque este modelo agiliza o processo de referência do mentorando e o programa tem mais facilidade em manter a ligação com o jovem (Heller, et.al, 2017).

Se estiver a trabalhar com outras agências, deve haver um Memorando de Entendimento concluído antes do início do programa para delinear papéis e expectativas; para saber como escrever MoUs, consultar *Referring youth in juvenile justice settings to mentoring programs* (Miller, et.al, 2012a). Os programas que operam numa instalação segura devem ser concebidos de acordo com as regras e regulamentos da instalação, além de abordar considerações de segurança. A equipa de mentoria deve ser formada em estratégias e protocolos para trabalhar com jovens nas instalações. (Miller, et.al, 2012a; Bazron, et.al, 2006).

2.2. Implementação do programa

Revisões da literatura (Tolan, et.al, 2014; Wagner, Gander, Proyer & Ruch, 2020; Kern, Waters, Adler & White, 2015; Heller, Pollack, Ander & Ludwig, 2013;) e melhores práticas recolhidas durante a implementação do EQUIP (Gibbs, Potter, DiBiase & Devlin, 2008); BAM (Heller, Shah, Guryan, Ludwig, Mullainathan, & Pollack, 2017); Adolescent Diversion Program (Smith, Wolf, Cantillon, Thomas, & Davidson, 2004); YAR Belgium; JIM (*Your Introduced Mentor*); GLM (Whitehead, Ward, & Collie, 2007; Ward, 2002) proporcionaram uma oportunidade única para identificar alguns pontos-chave no que respeita à implementação bem sucedida do programa Mentor+ para jovens em conflito com a lei. São eles:

- Os coordenadores de mentoria devem entrar em contacto com os mentores dos jovens participantes, com os técnicos de reinserção social, professores, pais ou qualquer pessoa de referência, a fim de fornecerem atualizações e colaborarem para ajudar os jovens a evitar algumas "tentações".
- Devem ser incluídas **atividades significativas** que envolvam os mentorandos com a comunidade e que proporcionem oportunidades de criar laços com os seus mentores e pares.
- **As reuniões de emparelhamento** devem ter lugar em espaços públicos ou noutros espaços familiares e abertos, de modo a ajudar os mentores a sentirem-se à vontade quando trabalham com jovens que tiveram contacto com o sistema de justiça.
- **O apoio individual** é importante para os mentorandos e, por isso, **componentes individuais** devem ser incluídos em qualquer projeto de programa.
- Existem algumas **competências-chave importantes para os mentorandos** que estiveram envolvidos com o sistema de justiça; estas são **competências para a vida** (por exemplo, encontrar emprego ou habitação), **pensamento crítico, comunicação e relacionamentos saudáveis**.
- **O aumento do número de reuniões** deve ser organizado dentro dos limites do possível, uma vez que a probabilidade de atingir os objetivos é maior com reuniões mais frequentes.
- Quando utilizadas de forma segura, as redes sociais podem ser utilizadas para manter o contacto com os jovens tanto quanto possível.
- **Os mentores do sexo masculino são mais difíceis de recrutar** e, por isso, se o objetivo do programa for a correspondência entre o mesmo sexo, a mentoria em pequenos grupos pode ser utilizada como uma solução provisória para encontrar um mentor adequado para cada mentorando identificado como sendo do sexo masculino.

2.3. Avaliação do programa

Os programas devem avaliar não só as taxas de reincidência do mentorando, mas também outras mudanças no mentorando, tais como:

- Satisfação de mentores e mentorandos (Duriez, et.al, 2017; Tolan, et.al, 2014)
- Sucessos académicos e comportamentais (Raposa, et.al, 2019; Tolan, et. al, 2014)

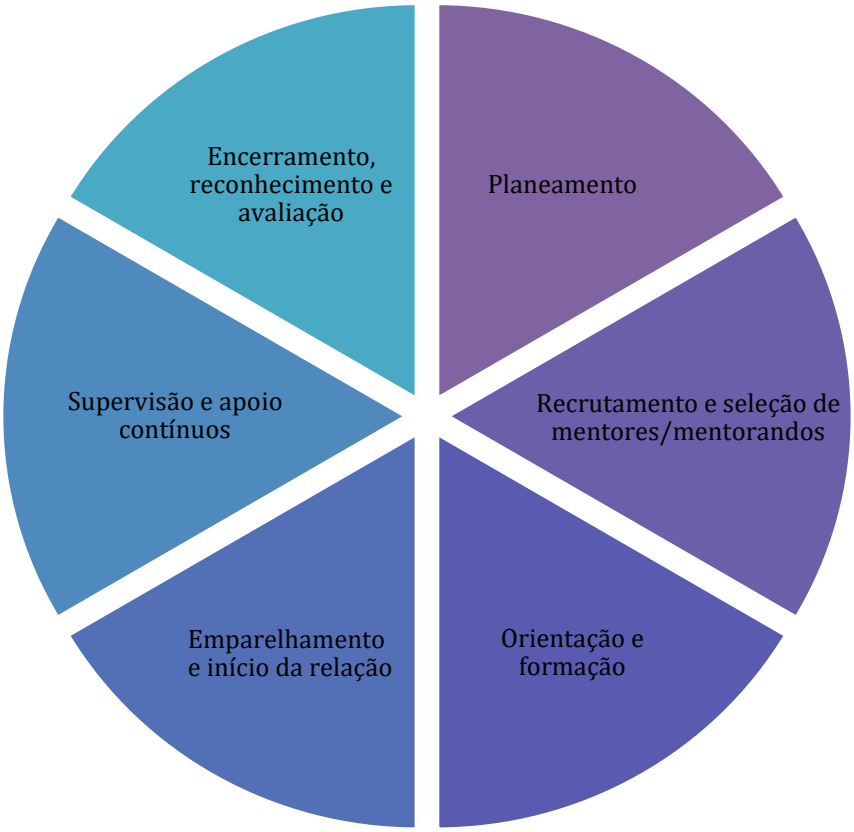
- Retenção de mentores e mentorandos (manter; conservar) (Higley, Walker, Bishop & Fritz, 2016)
- Quantidade e qualidade das sessões de mentoria (Raposa, et.al, 2019; Duriez, et.al, 2017)

Co-funded by the European Union

mentor+

III. PROGRAMA MENTOR+ PASSO A PASSO PARA GESTORES DE PROGRAMAS

III. O PROGRAMA MENTOR+. PASSO A PASSO PARA OS GESTORES DE PROGRAMAS



1. **Planeamento (análise das necessidades, finalidade do programa, objetivos, modelo de mentoria)**

1.1. Propósito

Considerando tudo o que foi mencionado acima, e utilizando os termos de Giordano e colegas (2002), corroborados por outras opiniões neste campo (Maruna & Mann, 2019, Rhodes & DuBois, 2008), **o programa Mentor+ propõe-se a motivar jovens em risco a desistir de cometer atos antissociais e reduzir a participação em gangues; melhorar o desempenho académico e reduzir taxas de abandono escolar.**

1.2. Objetivos

- Expor os jovens em risco a oportunidades de mudança e ajudá-los a vê-las como tal.
- Promover comportamentos positivos e pró-sociais e facilitar a reflexão entre jovens em risco, a fim de estes tomarem consciência dos passos positivos que deram.
- Ajudar jovens em risco a refletir sobre o seu novo estilo de vida e sobre a incompatibilidade deste com a prática de atos antissociais.
- Aumentar a participação dos jovens em risco no ensino básico e secundário e aumentar a sua capacidade para beneficiar da escolaridade.
- Desincentivar o consumo de drogas ilícitas e de armas de fogo, o envolvimento em atos de violência e outras atividades delinquentes por parte de jovens em risco.
- Desencorajar o envolvimento de jovens em risco em gangues.
- Incentivar a participação dos jovens em risco em atividades de serviço e comunitárias, ajudando-os a considerar a possibilidade de desistirem.

1.3. Modelo de mentoria

Programas de mentoria para jovens em risco/ conflito com a lei baseiam-se frequentemente no modelo de "défice social", considerando que os indivíduos têm problemas significativos ou não possuem os conhecimentos e competências necessários para se tornarem cidadãos cumpridores da lei (Fletcher & Batty, 2012; Maruna, 2001). Consequentemente, os projetos de mentoria focam-se normalmente em "corrigir" os défices identificados. No entanto, o programa Mentor+ tem uma visão construtiva da natureza humana, acreditando que todos os seres humanos são inerentemente bons e procuram continuamente satisfazer as suas necessidades. Por isso, o programa muda o foco dos “défices” para os “pontos fortes” e para as oportunidades de adaptação às exigências do ambiente.

Um indicador crucial da capacidade de adaptação de uma pessoa ao seu ambiente são as suas competências. O principal objetivo do programa Mentor+ é melhorar as competências-chave relevantes para o desenvolvimento pessoal, profissional e social. Entre estas, são enfatizadas as competências socioemocionais (Kerry & Crooks, 2020; Yeager, 2017; Frank & Herold, 2017), afastando-se do modelo básico de RNR para um enquadramento mais inclusivo (Ward & Maruna, 2007; Maruna & Mann, 2019). O programa utiliza a avaliação de riscos e

necessidades, bem como fatores de responsividade (Bonta & Andrews, 2017) para adaptar a intervenção aos desafios únicos de cada mentorando (Polaschek, 2012; Vincent, et.al, 2016; Peterson-Badali, Skilling, & Haqanee, 2015).

O apoio emocional desempenha um papel vital nas intervenções de mentoria, e o programa Mentor+ reconhece a importância das relações mentor-mentorando na promoção da motivação, mudanças de comportamento e cumprimento de objetivos (Rhodes & DuBois, 2008). O programa centra-se na identificação e emparelhamento de pares mentor-mentorando, fornecendo informação e apoio, e oferecendo apoio emocional para promover a autoeficácia, a confiança e o sentido de apreciação.

O desenvolvimento socioemocional é um aspeto importante do programa Mentor+, uma vez que ajuda os indivíduos a gerir as tarefas de desenvolvimento de forma adequada (Tzeng & Yi, 2012). O programa visa desenvolver competências essenciais como a gestão das emoções, a autoeficácia, a autoimagem/autoestima, as relações interpessoais saudáveis e um estilo de vida saudável (Farrell, Thompson, & Mehari, 2017).

O programa também se baseia no *Good Lives Model* e em elementos de psicologia positiva (Yates, Tyrell & Masten, 2015; Hill, et.al, 2016; Boniwell & Zimbardo, 2015; Larson & Dawes, 2015). O Mentor+ adota um modelo de bem-estar, centrando-se nos pontos fortes do carácter e nos fatores que conduzem ao bem-estar e à felicidade pessoal (Seligman, 2009). O capital psicológico positivo, incluindo a autoeficácia, a esperança, a compaixão e a resiliência, constitui uma parte central do programa (Luthans e Youssef, 2004; Luthans et al., 2007).

Através da adoção de uma abordagem eclética de mentoria integrativa, o programa Mentor+ visa melhorar o bem-estar geral e o desenvolvimento pessoal dos seus participantes, reconhecendo a importância de uma aliança terapêutica entre mentores e mentorandos (Higham, Friedlander, Escudero & Diamond, 2012). O programa reconhece as mudanças físicas e interpessoais únicas vividas pelos jovens e procura fornecer uma intervenção equilibrada que atenda às suas necessidades biológicas, emocionais e cognitivas (Steinberg & Morris, 2001). Através de um apoio abrangente, o Mentor+ pretende capacitar os jovens em

risco/ conflito com a lei para alcançarem resultados positivos, reduzirem os comportamentos antissociais e trabalharem no sentido de cumprirem os seus objetivos pessoais de vida.

2. Recrutamento e seleção de mentores/mentorandos

2.1. Recrutamento de mentores

Os principais pontos a considerar no recrutamento de mentores são a verificação de antecedentes criminais e as avaliações necessárias para o processo de emparelhamento (pontos fortes, áreas de melhoria, etc.). Além disso, é de grande interesse que os programas de mentoria se concentrem durante o processo de recrutamento nas preferências dos jovens como um dos principais pilares para qualquer processo de mentoria como um todo (Spencer, Gowdy, Drew & Rhodes, 2019; DuBois, Portillo, Rhodes, Silverthorn, & Valentine, 2011). Desta forma, a sua opinião é tida em conta desde o início do processo de mentoria.

2.2. Seleção e screening dos mentores

Entrevista semi-estruturada (proposta)

O objetivo desta entrevista é avaliar a sua adequação ao papel de mentor e compreender melhor as suas experiências, competências e motivações. A entrevista consistirá em perguntas estruturadas e em perguntas abertas para permitir uma avaliação mais abrangente. Por favor, dê respostas honestas e ponderadas.

A entrevista está dividida em 8 secções:

I. Antecedentes e experiência:

1. Pode descrever sucintamente os seus antecedentes e a sua experiência em termos de trabalho com jovens, nomeadamente de jovens que estão envolvidos com a justiça?
2. O que o motivou a candidatar-se ao papel de mentor? Especificamente, a ser mentor de jovens em risco/conflito com a lei?
3. Teve alguma experiência anterior de trabalho com jovens/pessoas em conflito com a lei? Em caso afirmativo, pode falar-nos sobre essa experiência?

II. Compreender o papel:

1. Quais são, na sua opinião, as principais responsabilidades e objetivos de um mentor que trabalha com jovens em risco/conflito com a lei?
2. Quais são, na sua opinião, os principais desafios e as potenciais recompensas da mentoria de jovens em risco/conflito com a lei?
3. Como é que imagina construir uma relação de confiança e de apoio com um jovem que esteve envolvido com a justiça?

III. Abordagem e atitudes:

1. Como é a sua abordagem com indivíduos que cometeram erros ou se envolveram em comportamentos antissociais?
2. Qual é a sua perspetiva sobre o potencial de reabilitação e de mudança positiva de jovens em risco/conflito com a lei?
3. Como é que gere os seus preconceitos ou juízos de valor ao trabalhar com jovens em risco/conflito com a lei?

IV. Limites e ética:

1. Como estabeleceria limites adequados na sua relação de mentoria com um jovem em risco/conflito com a lei?
2. Pode descrever a sua compreensão de confidencialidade e as limitações que esta pode ter no contexto de mentoria com jovens em risco/conflito com a lei?
3. Como é que lidaria com situações em que se apercebe de um potencial risco ou dano para o jovem ou para outros?

V. Comunicação e apoio:

1. Como é que seria a sua abordagem em termos de estabelecer uma comunicação eficaz com um jovem com dificuldades de confiança nos outros ou com um historial de comportamentos difíceis?
2. Que estratégias utilizaria para dar apoio emocional e orientação a um jovem que está a lidar com as consequências dos seus atos?

3. Como é que lidaria com situações onde há um desacordo ou conflito entre si e o jovem?

VI. Autocuidado e desenvolvimento pessoal:

1. Como definiria autocuidado?
2. De que forma prioriza o autocuidado e gere quaisquer potenciais desafios emocionais que possam surgir da mentoria com jovens em risco/conflito com a lei?
3. Que medidas toma para o seu próprio desenvolvimento pessoal e profissional no domínio da mentoria com jovens em risco/conflito com a lei?

VII. Perguntas baseadas em cenários:

(Nota: Apresentar alguns cenários hipotéticos relacionados com a mentoria de jovens em risco/conflito com a lei e perguntar ao candidato como responderia ou lidaria com a situação. Específico para cada país)

VIII. Conclusão

Há mais alguma coisa que gostaria de partilhar ou alguma questão que tenha sobre o papel de mentor ou sobre a mentoria com jovens em risco/conflito com a lei?

Obrigado pelo seu tempo e pelas suas respostas. As suas respostas serão cuidadosamente analisadas no âmbito do processo de seleção de mentores.

2.3. Seleção e screening de mentorandos

A frequência de programa de mentoria pode resultar de decisão do tribunal, o que reduziria os desafios associados à aceitação do programa por parte dos pais/representantes legais. Neste sentido, a sinalização de jovens a cumprir medidas para a frequência de um programa de mentoria pode ser feita através da equipa de reinserção social dos jovens ou por autorreferência (Miller, et.al, 2012; Raposa, et.al, 2019).

Ao selecionar mentorandos, deve ter-se em conta a duração da medida, porque se a relação for interrompida, o jovem pode ser o mais prejudicado. O ideal é que as relações de mentoria durem pelo menos um ano.

Os jovens também não devem ser excluídos com base no envolvimento em certas atividades ilegais (Miller, et.al, 2012; Bazron, et.al, 2006). É importante ter medidas em vigor para garantir que os jovens em risco/conflito com a lei estão a participar voluntariamente no programa de mentoria (Miller, et.al, 2012; Raposa, et.al, 2019; Duriez, et.al, 2017)

Seria importante que a equipa do programa Mentor+ fizesse um *screening* aos mentorandos para detetar eventuais problemas de saúde mental e avaliar a vida doméstica do jovem antes do envolvimento com o sistema de justiça, de modo que a intervenção de mentoria pudesse ser concebida para melhor apoiar os desafios únicos de cada mentorando (Bazron, 2006; Higley, et.al, 2016; Pullmann, Kerbs, Koroloff, Veach-White, Gaylor & Sieler, 2006; Ford, Kering, Desai & Feierman, 2016).

De seguida, apresentamos uma breve ferramenta de *screening* para mentorandos:

Ferramenta de *screening* para mentorandos

1. Avaliação da saúde mental:

- No último mês, sentiu-se frequentemente triste, deprimido ou sem esperança?

_____

_____

_____

- É difícil para si controlar o seu temperamento ou a sua raiva? Se a resposta for sim, qual é o seu maior desafio?
  - Sim
  - Não
    - Desafio:

      _____

      _____

      _____

- Sentiu recentemente alterações no apetite ou nos padrões de sono?

_____

_____

_____

- Sente-se frequentemente ansioso, nervoso ou preocupado com as coisas?
  - Sim
  - Não

O que é que o preocupa mais?

_____

_____

_____

2. Avaliação da vida em casa:

- Sente-se seguro e apoiado em casa?
  - Sim
  - Não

Imaginemos que está em segurança e que recebe apoio em casa. Por favor, descreva como é a sua casa e o que fazem as pessoas que lá vivem.

_____

_____

_____

- Com que frequência comunica com os seus familiares ou representantes legais sobre os seus sentimentos e preocupações?

_____

_____

- Existem conflitos ou problemas permanentes no seu agregado familiar que afetem o seu bem-estar?
  - Sim
  - Não

Se se sentir à vontade, descreva o que o afeta.

_____

_____

_____

_____

3. Estratégias de *coping*:

- Como é que normalmente lida com o *stress* ou com emoções difíceis?

_____

_____

_____

_____

- Há alguma atividade ou passatempo saudável que pratique para gerir o *stress*? Por favor, descreva

_____

_____

_____

4. Aspirações educativas e profissionais:

- Quais são os seus objetivos em termos de educação ou de desenvolvimento profissional?

_____

_____

_____

Enfrenta algum desafio no alcance das suas aspirações educativas ou profissionais?

- Sim
- Não

Em caso afirmativo, indique os principais:

_____

_____

_____

5. Apoio social:

- Tem relações positivas e de apoio com amigos ou colegas?

_____

_____

_____

- Existem desafios ou conflitos sociais com que se depara na sua vida quotidiana?

_____

_____

_____

6. Utilização de substâncias:

- Já alguma vez utilizou:

☐ Marijuana	☐ MDMA (Ecstasy, Moly)
☐ Álcool	☐ Medicamentos sujeitos a receita médica
☐ Metanfetamina (Meth)	☐ Canabinóides sintéticos (K2, Spice)

☐ Cocaína	☐ Substâncias de Inalação
☐ Heroína	☐ Alucinogénios (PCP, cogumelos psilocibinos)

- Em caso afirmativo, com que frequência?

_____

_____

_____

- Sente-se pressionado pelos seus pares ou por outras pessoas a consumir substâncias?
  - ☐ Sim
  - ☐ Não

7. <u>Pontos fortes e interesses pessoais:</u>

- Quais são os seus talentos, passatempos ou interesses que lhe trazem alegria e satisfação**?**

_____

_____

_____

_____

_____

_____

- Existem alguns pontos fortes ou competências específicas que gostaria de desenvolver mais?

_____

_____

_____

_____

O objetivo desta ferramenta de *screening* é identificar potenciais problemas de saúde mental e avaliar a vida doméstica e o bem-estar geral do mentorando. Os desafios e sistemas de apoio únicos do mentorando vão ajudar a conceber uma intervenção de mentoria que possa responder eficazmente às suas necessidades e promover um crescimento e desenvolvimento positivos. Esta ferramenta deve ser administrada com sensibilidade e confidencialidade, garantindo que o mentorando se sinta seguro e confortável ao partilhar as suas respostas. Os conhecimentos obtidos com este processo de seleção vão permitir que os mentores adaptem o seu apoio e orientação para melhor atender às circunstâncias e aspirações individuais do mentorando.

3. Orientação e formação

3.1. Formação de mentores

As atividades da formação de mentores devem explorar, discutir e analisar os seguintes tópicos:

- Compreender o sistema de justiça juvenil (específico de cada país);
- As necessidades específicas dos jovens em risco/conflito com a lei;
- Lidar com comportamentos difíceis dos mentorandos, tais como testar limites, desrespeito e falta de cooperação;
- Serviços disponíveis na comunidade para encaminhar o mentorando quando surge uma preocupação específica (particular para cada país, é uma ótima maneira de identificar serviços que podem estar em falta em comunidades específicas);
- Compreender dificuldades de aprendizagem, problemas de saúde mental, questões culturais e estratégias de apoio aos jovens que lidam com estas questões.
- Definir desde início expectativas sobre a duração da relação de mentoria, atividades/frequência das reuniões e os possíveis resultados;
- Compreender que as crianças/jovens podem ter dificuldade em confiar nos outros, o que pode dificultar a construção da relação;
- Informações sobre os pontos fortes e as necessidades específicas dos filhos de pessoas privadas de liberdade;

- Explicar o contexto em que as crianças vivem e a forma como a privação de liberdade dos pais pode conduzir ao estigma e à vergonha e o seu impacto no desenvolvimento da criança;
- Estratégias para construir relações saudáveis;
- Estilos de comunicação, incluindo a forma de abordar o pedido de um mentorando para visitar o seu pai no estabelecimento prisional;
- Apoiar a criança a lidar com *stress* relacionado com o facto de ter um progenitor privado de liberdade e a lidar com a situação quando o progenitor sai do estabelecimento prisional;
- Explorar valores e crenças pessoais;
- Estabelecer limites com a criança e a sua família. (Tolan et al., 2014, Bilchik, 2007; Eddy. Et.al, 2013)
- De que forma mentores podem promover uma relação positiva com os mentorandos;
- Coerência, paciência, flexibilidade
- Ser realista relativamente às expectativas sobre possíveis resultados
- Apoiar mentorandos a alcançar as suas expectativas.
- Responsabilidade.
- Envolvimento da equipa em situações difíceis
- Criar e manter uma rede de apoio
- Promover a autoeficácia e a resiliência (Luthar, 2015; Martinez-Marti & Ruch, 2017)

Todos os tópicos acima mencionados são extremamente úteis para reduzir o desgaste e o esgotamento dos mentores (Eddy, et.al, 2013; Miller, et.al, 2012a; Miller, et.al, 2012b). A formação de mentores deve ter lugar numa base contínua com sessões de supervisão regulares. (Miller, et.al, 2012a; Raposa, et.al, 2019; Kupersmidt, et.al, 2017)

3.2. Formação de mentorandos

Os jovens em risco/conflito com a lei podem ter dificuldade em estar emocionalmente disponíveis (Kerig, Bennett, Thompson & Becker, 2012; Allen & Anderson, 2017), o que pode limitar a capacidade de se conectarem com o mentor. A formação dos mentorandos deve ter lugar para ajudar os jovens a compreender os parâmetros do programa e, consequentemente, também para reduzir o desgaste destes.

O processo de mentoria (formação) do Mentor+, de acordo com a literatura e melhores práticas, deve incluir o seguinte:

- Compreensão clara do processo de mentoria e dos papéis desempenhados por todas as partes envolvidas.
- Expectativas e responsabilidades claras.
- Limites explícitos da relação.
- Desenvolver e praticar competências de relacionamento saudáveis.
- Promover a esperança e o otimismo na procura da autoeficiência e da resiliência.
- Promover a abertura e a comunicação no âmbito do programa.
- Promover a compaixão em relação a si próprio e aos outros para reduzir os sentimentos de vergonha e culpa.

4. Emparelhamento e início da relação

4.1. Processo de emparelhamento

Para o processo de emparelhamento, devem ser tidos em conta os seguintes fatores

- O processo de emparelhamento deve ser bem planeado. No âmbito do programa Mentor+, o emparelhamento começará com atividades em pequenos grupos, para que as partes envolvidas (mentor e mentorando) tenham a oportunidade de se conhecer e, posteriormente, a correspondência se torne o mais natural possível (Dubois & Rhodes, 2006; Dubois, 2001).
- Os jovens em risco/conflito com a lei têm maior probabilidade de ter tido experiências de violência (física, sexual). Assim, o programa Mentor+ deve ter em conta o emparelhamento com base no género ou etnia, uma vez que os estudos demonstram que o emparelhamento entre mentores e mentorandos da mesma origem cultural e género tem efeitos mais positivos no processo geral (Schwartz, et.al, 2013; Rhodes & Grossman, 2002).
- O processo de emparelhamento será orientado para os interesses e baseado nos pontos fortes (Eddy, et.al, 2013, Miller, et.al, 2012a; Miller, et.al, 2012b, Rhodes, et.al, 2006).
- Os coordenadores de mentoria devem ter como objetivo uma lista de espera curta (Grossman & Garry, 1997).

- Idealmente, a relação deve começar enquanto o mentorando ainda está a cumprir medida (se for o caso) para garantir a continuidade tanto em termos de relação como de apoio (Miller at.al, 2012a).

4.2. Relação de mentoria

No início da relação de mentoria, as atividades serão estruturadas pelo programa para ajudar o par a criar uma ligação (Miller et.al, 2012a). Os mentores e os mentorandos estabelecem objetivos no início da relação, especialmente se o mentorando estiver a terminar uma medida (Miller, et.al, 2012a; Raposa, et.al, 2019). A investigação sugere que, após definirem objetivos com os mentorandos, os mentores devem também definir objetivos para que o par possa trabalhar em conjunto no alcance dos mesmos e responsabilizar-se mutuamente (Miller at.al, 2012a; Raposa, et.al, 2019; Schwartz & Rhodes, 2016). O contacto regular com os mentorandos será mantido, devido ao facto de os jovens em risco/conflito com a lei serem frequentemente difíceis de contactar (Grossman & Garry, 1997).

5. Supervisão, apoio e retenção

As expectativas dos mentores e dos mentorandos sobre o tipo de relação desejada serão estabelecidas antes do emparelhamento para evitar que o par não resulte (Gur & Miller, 2004, DuBois & Rhodes, 2006). Os mentores manterão contacto regular com os mentorandos e com os seus familiares para avaliar o progresso e apoiar na resposta a quaisquer questões ou conflitos (Dubois, et.al, 2011). Se os jovens não estiverem a cumprir medida, os representantes do programa Mentor+ entrarão em contacto com os mentorandos 24 horas depois para prestar apoio (Gur & Miller, 2004, Miller, et.al, 2012a).

Os coordenadores do programa devem entrar em contacto com os pais/cuidadores/representantes legais regularmente para abordar eventuais questões (White, 2014). Os mentores também devem construir ativamente relações com membros da família e amigos para ajudar a garantir que o mentorando tenha apoio para se envolver no programa (Gur, Miller, 2004). É importante manter uma comunicação contínua com os pais ou representantes legais, desde as fases iniciais da relação de mentoria, de modo a informar sobre o progresso da criança ou do jovem (se for o caso).

6. Encerramento, reconhecimento e avaliação

Será estabelecido um procedimento de encerramento para lidar com o encerramento e o reencontro. Estas situações podem evoluir como um resultado natural do programa de mentoria, acordado por todas as partes (DeWit, et.al, 2016), ou podem ser totalmente inesperadas devido a uma rutura na relação de mentoria ou devido a fatores externos (tais como privação de liberdade de familiar, partida súbita da cidade, etc.) (Cawood & Wood, 2014; Kupersmidt, et.al, 2017).

6.1. Modelo de avaliação

No âmbito do programa de mentoria Mentor+, iremos avaliar a autocompaixão utilizando a Escala de Autocompaixão (*Self-Compassion Scale Short Form*) (Raes et al., 2011) que é composta por 12 itens, equivalentes às seis facetas da autocompaixão: Autobondade, Autojulgamento (Autocriticismo), Condição Humana (ou Humanidade Comum), Isolamento, *Mindfulness* e Sobre-Identificação, mantendo-se em linha com a escala original de 26 itens desenvolvida por Neff (2003). Os mentores serão avaliados antes e depois da formação e os mentorandos antes e depois do processo de mentoria.

Escala de Autocompaixão (*Self-Compassion Scale Short Form*) (Raes et al., 2011)

COMO É QUE, HABITUALMENTE, ME COMPORTO EM MOMENTOS DIFÍCEIS?

Instruções:

Leia, por favor, cada afirmação com cuidado antes de responder. À esquerda de cada item, indique qual a frequência com que se comporta da forma indicada, utilizando a seguinte escala:

Quase nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Quase sempre
1	**2**	**3**	**4**	**5**

_____1. Quando falho em alguma coisa que é importante para mim martirizo-me com sentimentos de inadequação.

_____2. Tento ser compreensivo(a) e paciente em relação aos aspetos da minha personalidade de que não gosto.

_____3. Quando alguma coisa dolorosa acontece tento ter uma visão equilibrada da situação.

_____4. Quando me sinto em baixo tenho tendência para achar que a maioria das pessoas é, provavelmente, mais feliz do que eu.

_____5. Tento ver os meus erros e falhas como parte da condição humana.

_____6. Quando atravesso um momento verdadeiramente difícil na minha vida dou a mim próprio a ternura e afeto que necessito.

_____7. Quando alguma coisa me aborrece ou entristece tento manter o meu equilíbrio emocional (controlo as minhas emoções).

_____8. Quando falho nalguma coisa importante para mim tendo a sentir-me sozinho no meu fracasso.

_____9. Quando me sinto em baixo tendo a fixar-me e a ficar obcecado com tudo aquilo que está errado.

_____10. Quando me sinto inadequado de alguma forma, tento lembrar-me que a maioria das pessoas, por vezes, também sente o mesmo.

_____11. Desaprovo-me e faço julgamentos acerca dos meus erros e inadequações.

_____12. Sou intolerante e pouco paciente em relação aos aspetos da minha personalidade que não gosto.

Chave de codificação:

Itens de Autobondade: 2, 6

Itens de Autojulgamento (Autocriticismo): 11, 12

Itens de Condição Humana (ou Humanidade Comum): 5, 10

Itens de Isolamento: 4, 8

Itens de *Mindfulness*: 3, 7

Itens de Sobre-Identificação: 1, 9

A pontuação das subescalas é calculada através do cálculo da média das respostas aos itens correspondentes. Para calcular a pontuação total de autocompaixão, inverter a cotação dos itens da subescala negativa - Autocriticismo, Isolamento e Sobre-Identificação (ou seja, 1 = 5, 2 = 4, 3 = 3, 4 = 2, 5 = 1) - e depois calcular a média total.

Os mentorandos serão também avaliados através do Índice de Bem-Estar 5 da OMS (WHO-5 *Well-being Questionnaire*). Recomenda-se a aplicação de um Inventário para a Depressão Major (*Major Depression Inventory*) (ICD-10), se a pontuação bruta for inferior a 13. Estas duas ferramentas de avaliação são gratuitas e estão disponíveis em seguida:

Índice de Bem-Estar 5 da OMS

Instruções:

Indique, por favor, para cada uma das cinco afirmações, a que mais se aproxima da forma como se tem sentido nas últimas duas semanas. Note que os números maiores indicam maior bem-estar.

Durante as últimas duas semanas	Todo o tempo	A maior parte do tempo	Mais de metade do tempo	Menos de metade do tempo	Algumas vezes	Nunca
... senti-me alegre e bem-disposto/a	5	4	3	2	1	0
... senti-me calmo/a e tranquilo/a	5	4	3	2	1	0
... Senti-me ativo/a e enérgico/a	5	4	3	2	1	0
... Acordei a sentir-me fresco/a e repousado/a	5	4	3	2	1	0
... o meu dia-a-dia tem sido preenchido com coisas que me interessam	5	4	3	2	1	0

Pontuação:

A pontuação bruta é calculada pela soma dos valores das cinco respostas. Pode ter valores de 0 a 25, em que 0 representa a pior e 25 a melhor qualidade de vida possível.

Para se obter uma pontuação sob a forma de percentagem, multiplica-se a pontuação bruta por 4. Em valores percentuais, 0 representa a pior e 100 representa a melhor qualidade de vida possível.

6.2. Política de proteção das crianças

Tal como descrito no artigo 1º da Convenção sobre os Direitos da Criança (1989), qualquer pessoa com menos de 18 anos é uma criança. Isto significa que têm alguns direitos específicos, para além daqueles de que gozam os outros membros da sociedade, uma vez que estão em processo de desenvolvimento.

Os adultos devem respeitar a sua maturidade e capacidade de negociar situações que variam consoante a fase de crescimento.

Os Parceiros do Mentor+ prezam muito o princípio de que as crianças e os jovens podem beneficiar imensamente de relações de apoio com adultos que os podem orientar e ajudar. Para que este princípio funcione sem problemas, a parceria considera extremamente importante o código de conduta abaixo descrito. Estes devem ser assimilados com o facto de que, especialmente o comportamento dos mentores, pode estar sujeito a escrutínio e que se espera que sejam modelos de boas práticas em relação ao trabalho com crianças e jovens e que não se envolvam em nenhum dos seguintes comportamentos:

- Intimidação, assédio ou discriminação contra qualquer criança (mesmo de forma subtil, como chamar a atenção para diferenças pessoais ou físicas).
- Menosprezar ou envergonhar uma criança que está a ter dificuldades ou que considera o trabalho difícil.
- Bater, esbofetear ou causar danos físicos a uma criança como um escape para a sua frustração ou como meio de disciplina.
- Interagir com as crianças de forma inadequada, escolhendo-as para receber elogios ou atenção ou tentando humilhá-las ou fazê-las sentir-se desconfortáveis.
- Estabelecer uma relação íntima ou sexual com uma criança ou usar linguagem sexual à sua volta, incluindo comentários ou conversas sugestivas.
- Estabelecer uma relação com um mentorando fora do projeto.
- Envolver-se individualmente com os mentorandos nas redes sociais, como o WhatsApp, Snapchat, Instagram ou outro serviço de redes sociais, serviço de mensagens ou jogo. Aceitar convites de amizade ou partilhar números pessoais com qualquer uma das crianças do projeto.
- Tirar fotografias das crianças ou partilhar fotografias suas.

- Dar presentes, privilégios ou recompensas a uma criança para criar uma relação especial com ela.
- Assumir as funções de mentor sob a influência de álcool ou drogas.

Co-funded by the European Union

mentor+

REFERÊNCIAS

IV. REFERÊNCIAS

Abrams, L. S., Mizel, M. L., Nguyen, V., & Shlonsky, A. (2014). Intervenções de reentrada juvenil e cuidados posteriores: a orientação é uma direção promissora? Journal of evidence-based social work, 11(4), 404-422.

Albright, J. N., Hurd, N. M., & Hussain, S. B. (2017). Aplicando uma lente de justiça social à mentoria de jovens: Uma revisão da literatura e recomendações para a prática. Revista americana de psicologia comunitária, 59(3-4), 363-381.

Allen, J. J., & Anderson, C. A. (2017). Agressão e violência: Definições e distinções. The Wiley handbook of violence and aggression, 1-14.

Andrews, D. A., & Dowden, C. (2007). O modelo de avaliação do risco-necessidade-responsividade e o serviço humano na prevenção e correção: Jurisprudência de prevenção do crime. Canadian Journal of Criminology and Criminal Justice, 49(4), 439-464.

Andrews, D. A., Bonta, J., & Hoge, R. D. (1990). Classificação para uma reabilitação eficaz: Redescobrindo a psicologia. Criminal justice and Behavior, 17(1), 19-52.

Andrews, D. A., Bonta, J., & Wormith, J. S. (2006). The recent past and near future of risk and/or need assessment (O passado recente e o futuro próximo da avaliação de riscos e/ou necessidades). Crime & Delinquency, 52(1), 7-27

Bazron, B. J., Brock, L., Read, N., Segal, A. (2006). O kit de ferramentas de tutoria: Recursos para o desenvolvimento de programas para jovens encarcerados. Centro Nacional de Avaliação e Assistência Técnica para a Educação de Crianças e Jovens Negligenciados, Delinquentes e em Risco.

Besemer, S., Farrington, D. P., & Bijleveld, C. C. (2017). Rotulagem e transmissão intergeracional do crime: A interação entre a intervenção da justiça penal e um progenitor condenado. PLoS ONE, 12(3).

Bilchik, S. (2007). Mentoring: Uma intervenção prometedora para filhos de reclusos. Investigação em ação: Youth Mentoring, 10. Recuperado de http://www.mentoring.org/downloads/mentoring_391.pdf

Boniwell, I., & Zimbardo, P. G. (2015). Equilibrar a perspetiva de tempo em busca de um funcionamento ótimo. Em Psicologia Positiva na Prática: Promovendo o florescimento humano no trabalho, na saúde, na educação e na vida quotidiana: Segunda edição (pp. 223-236). Wiley.

Broidy, L. M., Nagin, D. S., Tremblay, R. E., Bates, J. E., Brame, B., Dodge, K. A., ... & Vitaro, F. (2003). Developmental trajectories of childhood disruptive behaviors and adolescent delinquency: a six-site, cross-national study. Developmental psychology, 39(2), 222.

Buck, G. (2018). As condições essenciais da mentoria entre pares. Criminologia e Justiça Criminal, 18(2), 190-206.

Carroll, A., Gordon, K., Haynes, M., & Houghton, S. (2013). Definição de objectivos e auto-eficácia entre adolescentes delinquentes, em risco e não em risco. Journal of youth and adolescence, 42(3), 431-443.

Castillo, R., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., & Balluerka, N. (2013). Efeitos de uma intervenção de inteligência emocional na agressão e empatia entre adolescentes. Journal of adolescence, 36(5), 883-892.

Cavell, T. A., Elledge, L. C., Malcolm, K. T., Faith, M. A., & Hughes, J. N. (2009). A qualidade da relação e a tutoria de crianças agressivas e de alto risco. Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 38(2), 185-198.

Cawood, N. D., & Wood, J. M. (2014). Mentoria em grupo: A experiência de mentorados adolescentes em liberdade condicional. Trabalho Social com Grupos, 37(3), 213-229.

Colley, H. (2003). Mentoria de envolvimento para jovens "descontentes": um novo modelo de mentoria para a inclusão social. Revista britânica de investigação educacional, 29(4), 521-542.

Creaney, S. (2020). As vozes das crianças - estamos a ouvir? Progredindo na mentoria de pares no sistema de justiça juvenil. Cuidados infantis na prática, 26(1), 22-37.

Crisp, G., Cruz, I., & Mentoring Partnership of Minnesota. (2010). O impacto da tutoria eletrónica nos jovens em transição: Resultados da avaliação de um estudo nacional de atribuição aleatória. Journal of Primary Prevention, 31(4), 191-208.

Darling, N., Bogat, G. A., Cavell, T. A., Murphy, S. E., & Sanchez, B. (2006). Gender role attitudes of Latina and European American preschoolers: Association with bilingualism, mothers' gender roles, and maternal mental health. Sex Roles, 54(3-4), 197-211.

DeWit, D. J., DuBois, D., Erdem, G., Larose, S., Lipman, E. L., & Spencer, R. (2016). Encerramento de relações de mentoria em programas de mentoria comunitária Big Brothers Big Sisters: Padrões e factores de risco associados. American Journal of Community Psychology, 57(1-2), 60-72.

DuBois, D. L., & Karcher, M. J. (2005). Orientação de jovens: Teoria, investigação e prática. Handbook of Youth Mentoring, 2, 1-30.

DuBois, D. L., & Rhodes, J. E. (2006). Introdução à edição especial: Youth mentoring: Bridging science with practice. Journal of Community Psychology, 34(6), 647-655.

DuBois, D. L., Portillo, N., Rhodes, J. E., Silverthorn, N., & Valentine, J. C. (2011). Quão eficazes são os programas de tutoria para jovens? A systematic assessment of the evidence. Psychological Science in the Public Interest, 12(2), 57-91.

Duriez, S. A., Sullivan, C., Sullivan, C. J., Manchak, S. M., & Latessa, E. J. (2017). Investigação das melhores práticas de tutoria: Eficácia dos programas de tutoria juvenil na reincidência. Departamento de Justiça.

Eby, L. T., Allen, T. D., Evans, S. C., Ng, T., & DuBois, D. L. (2013). A mentoria é importante? Uma meta-análise multidisciplinar comparando indivíduos mentorados e não mentorados. Journal of Vocational Behavior, 83(3), 468-479.

Eddy, J. M., Cearley, J., Bergen, J, & Stern-Carusone, J. (2013). Filhos de pais encarcerados. Em DuBois, D. L., & Karcher, M. J. (Eds.), Handbook of Youth Mentoring (pp. 369-383). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.

Faith, M. A., Fiala, S. E., Cavell, T. A., & Hughes, J. N. (2011). Tutoria de crianças altamente agressivas: Pre-post changes in mentors' attitudes, personality, and attachment tendencies. The journal of primary prevention, 32, 253-270.

Farrell, A. D., Thompson, E. L., & Mehari, K. R. (2017). Dimensões das influências dos pares e sua relação com a agressão dos adolescentes, outros comportamentos problemáticos e comportamento pró-social. Journal of Youth and Adolescence, 46(6), 1351-1369.

Fergusson, D. M., Vitaro, F., Wanner, B., & Brendgen, M. (2007). Protective and compensatory factors mitigating the influence of deviant friends on delinquent behaviours during early adolescence (Factores protectores e compensatórios que atenuam a influência dos

amigos desviantes nos comportamentos delinquentes durante o início da adolescência). Journal of Adolescence, 30(1), 33-50.

Fleming, C. B., Catalano, R. F., Mazza, J. J., Brown, E. C., Haggerty, K. P., & Harachi, T. W. (2008). Actividades pós-escolares, mau comportamento na escola e delinquência desde o final do ensino básico até ao início do ensino secundário: A test of social development model hypotheses. The Journal of Early Adolescence, 28(2), 277-303.

Ford, J. D., Kerig, P. K., Desai, N., & Feierman, J. (2016). Intervenções psicossociais para jovens traumatizados no sistema de justiça juvenil: Investigação, base de provas e desafios clínicos/legais. Jornal da Justiça Juvenil, 5(1), 31.

Frank, V. A., & Herold, M. D. (2017). Relatório nacional: Dinamarca. Jornal de Política de Drogas, 25(5), 972-977.

García-Sancho, E., Salguero, J. M., & Fernández-Berrocal, P. (2014). Relação entre inteligência emocional e agressão: Uma revisão sistemática. Agressão e comportamento violento, 19(5), 584-591.

Gavazzi, S. M., & Giacobbi Jr, P. R. (2018). Relações de mentoria para jovens no sistema de justiça criminal: Uma revisão sistemática. Journal of Offender Rehabilitation, 57(8), 656-682.

Gibbs, J. C., Potter, G. B., DiBiase, A. M., & Devlin, R. (2008). O Programa EQUIP. Reclaiming Children and Youth, 17(2), 35-38.

Greenwood, P. (2008). Programas de prevenção e intervenção para delinquentes juvenis. The future of Children, 18(2), 185-210.

Grossman, J. B., & Garry, E. M. (1997). Mentoring - Uma estratégia comprovada de prevenção da delinquência. Juvenile Justice Bulletin, Gabinete de Justiça Juvenil e Prevenção da Delinquência. Recuperado de https://www.ncjrs.gov/pdffiles/164834.pdf

Gur, M., & Miller, L. (2004). Mentoring improves acceptance of a community intervention for court-referredred male persons in need of supervision (PINS). Child and Adolescent Social Work Journal, 21(6), 573-591.

Hart, A., Gagnon, E., Eryigit-Madzwamuse, S., Cameron, J., Aranda, K., Rathbone, A., & Heaver, B. (2016). Unindo a pesquisa e a prática da resiliência com uma abordagem de desigualdades. SAGE Open, 6(4), 1-13.

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). Acceptance and commitment therapy (p. 6). New York: Guilford press.

Heller, S. B., Shah, A. K., Guryan, J., Ludwig, J., Mullainathan, S., & Pollack, H. A. (2017). Pensar, rápido e devagar? Algumas experiências no terreno para reduzir a criminalidade e o abandono escolar em Chicago. The Quarterly Journal of Economics, 132(1), 1-54.

Heller, S., Pollack, H. A., Ander, R., & Ludwig, J. (2013). Prevenir a violência juvenil e o abandono escolar: Uma experiência de campo aleatória (No. w19014). Gabinete Nacional de Investigação Económica.

Herrera, C., Grossman, J. B., Kauh, T. J., & McMaken, J. (2007). Mentoria nas escolas: Um estudo de impacto do Big Brothers Big Sisters School-Based Mentoring. Child Development, 78(1), 157-171.

Herzog-Evans, M. (2017). O modelo Risco-Necessidade-Responsividade: diversidade de provas e teoria integrativa. Em Evidence-Based Skills in Criminal Justice (pp. 99-126). Policy Press.

Higham, J. E., Friedlander, M. L., Escudero, V., & Diamond, G. (2012). Envolvendo adolescentes relutantes em terapia familiar: Um estudo exploratório dos processos de mudança em sessão. Journal of Family Therapy, 34(1), 24-52.

Higley, E., Walker, S. C., Bishop, A. S., & Fritz, C. (2016). Alcançando alta qualidade e combinações duradouras em programas de tutoria de jovens: um estudo de caso de 4 R esults mentoring. Trabalho Social para Crianças e Famílias, 21(2), 240-248.

Hill, P. L., Edmonds, G. W., Peterson, M., Luyckx, K., & Andrews, J. A. (2016). Objetivo na vida na idade adulta emergente: Desenvolvimento e validação de uma nova medida breve. The Journal of Positive Psychology, 11(3), 237-245.

Hirschi, T., & Gottfredson, M. (1983). Age and the explanation of crime. American journal of sociology, 89(3), 552-584.

Hogue, A., Dauber, S., Stambaugh, L. F., Cecero, J. J., & Liddle, H. A. (2006). Early therapeutic alliance and treatment outcome in individual and family therapy for adolescent behavior problems. Journal of consulting and clinical psychology, 74(1), 121.

Jekielek, S., Moore, K. A., & Hair, E. C. (2002). Mentoring: A promising strategy for youth development. Child Trends Research Brief.

Johnson, W. B. (2013). Mentoria de pares para estudantes licenciados com deficiência. College Student Journal, 47(4), 675-688.

Johnson, W. B., Harris, S. M., Robinson, E. V., & Johnson, J. L. (2013). E-Mentoring: Novas formas de aprender sobre mentoring. New Directions for Adult and Continuing Education, 2013(137), 39-49.

Jolliffe, D., Farrington, D. P., Piquero, A. R., Loeber, R., & Hill, K. G. (2017). Revisão sistemática dos fatores de risco precoces para infratores persistentes no curso da vida, limitados à adolescência e de início tardio em estudos longitudinais prospectivos. Agressão e comportamento violento, 33, 15-23.

Karcher, M. J., Kuperminc, G. P., Portwood, S. G., Sipe, C. L., & Taylor, A. S. (2006). Programas de tutoria: A framework to inform program development, research, and evaluation. Journal of community psychology, 34(6), 709-725.

Karver, M. S., Handelsman, J. B., Fields, S., & Bickman, L. (2006). Meta-análise de variáveis de relacionamento terapêutico em terapia de jovens e família: The evidence for different relationship variables in the child and adolescent treatment outcome literature. Clinical psychology review, 26(1), 50-65.

Kerig, P. K., Bennett, D. C., Thompson, M., & Becker, S. P. (2012). "Nada realmente importa": Entorpecimento emocional como uma ligação entre a exposição ao trauma e a insensibilidade em jovens delinquentes. Journal of traumatic stress, 25(3), 272-279.

Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2015). Uma abordagem multidimensional para medir o bem-estar dos alunos: Aplicação da estrutura PERMA. The journal of positive psychology, 10(3), 262-271.

Kerry, A., & Crooks, C. (2020). Um piloto e adaptação de um programa de aprendizagem socioemocional em ambientes de justiça juvenil. Repositório Eletrónico de Teses e Dissertações. 6541. https://ir.lib.uwo.ca/etd/6541

Kuperminc, G. P., Thomason, J., DiMeo, M. A., Broomfield-Massey, K., & Calhoun, C. (2011). O papel da tutoria de grupo na promoção do ajustamento socio-emocional dos jovens

do ensino secundário: Um estudo de métodos mistos. Jornal de Prevenção Primária, 32(3-4), 195-214.

Kupersmidt, J. B., Stelter, R. L., Rhodes, J. E., & Stump, K. N. (2017). Melhorando a eficácia e a preparação do mentor por meio de treinamento pré-combinação baseado na web. The Journal of Nonprofit Education and Leadership, 7(3).

Kupersmidt, J. B., Stump, K. N., Stelter, R. L., & Rhodes, J. E. (2017). Preditores de fechamento prematuro de correspondência em relações de mentoria de jovens. American Journal of Community Psychology, 59(1-2), 25-35.

Landenberger, N. A., & Lipsey, M. W. (2005). The positive effects of cognitive-behavioral programs for offenders: A meta-analysis of factors associated with effective treatment. Journal of experimental criminology, 1(4), 451-476.

Linehan, M. M. (1993a). Cognitive behavioral therapy of borderline personality disorder [Terapia cognitivo-comportamental do transtorno de personalidade limítrofe]. New York, NY: Guilford Press.

Lipsey, M. W. (2009). Os principais factores que caracterizam intervenções eficazes com delinquentes juvenis: A meta-analytic overview. Victims and offenders, 4(2), 124-147.

Looman, J., & Abracen, J. (2013). O modelo de risco e necessidade de resposta da reabilitação do infrator: há realmente uma necessidade de uma mudança de paradigma? The International Journal of Behavioral Consultation and Therapy, 8(3-4), 30-37.

Luthar, S. S. (2015). Resiliência no desenvolvimento: Uma síntese da pesquisa ao longo de cinco décadas. Em D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), Psicopatologia do desenvolvimento: Volume três: Risk, disorder, and adaptation, vol. 3 (739-795). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. Child development, 71(3), 543-562.

Lyons, M. D., McQuillin, S. D., & Henderson, L. J. (2019). Encontrando o ponto ideal: Investigando os efeitos da proximidade do relacionamento e das atividades instrumentais na mentoria baseada na escola. Jornal Americano de Psicologia Comunitária, 63(1-2), 88-98.

Martínez-Martí, M. L., & Ruch, W. (2017). Os pontos fortes do caráter predizem a resiliência além do afeto positivo, autoeficácia, otimismo, apoio social, autoestima e satisfação com a vida. The Journal of Positive Psychology, 12(2), 110-119.

Maruna, S. (2001). Making good. Washington, DC: American Psychological Association.

Masten, A. S. (2011). Resiliência em crianças ameaçadas por adversidades extremas: Frameworks for research, practice, and translational synergy. Development and psychopathology, 23(2), 493-506.

Masten, A. S., & Reed, M. J. 2002. Resiliência no desenvolvimento. Em C. R. Snyder & S. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology: 74-88. Oxford, Reino Unido: Oxford University Press.

Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2008). Emotional intelligence: new ability or eclectic traits? The American psychologist, 63(6), 503-517.

McNeill, F. (2012). Quatro formas de reabilitação do "infrator": Towards an interdisciplinary perspective. Psicologia Jurídica e Criminológica, 17(1), 18-36.

McNeill, F., Farrall, S., Lightowler, C., & Maruna, S. (2012). Como e porquê as pessoas deixam de cometer crimes: descobrindo a desistência. Resumo de evidências de insights para apoiar os serviços sociais na Escócia. No 15. Glasgow: IRISS.

MENTOR. (2015). Elementos de prática efectiva para a mentoria (4ª Ed.). Recuperado de http://www.mentoring.org/newsite/wpcontent/uploads/2015/09/Final_Elements_Publication_Fourth.pdf.

Miller, J. M., Miller, H. V., Barnes, J. C., Clark, P. A., Jones, M. A., Quiros, R. J., & Peterson, S. (2012a). Encaminhamento de jovens em ambientes de justiça juvenil para programas de mentoria: Estratégias e práticas eficazes para melhorar a experiência de tutoria para jovens em risco e de alto risco. Um compêndio de recursos. Gabinete de Justiça Juvenil e Prevenção da Delinquência. Recuperado de https://ojjdp.ojp.gov/publications/referring-youth-to-mentoring-programs.pdf

Miller, J. M., Miller, H. V., Barnes, J. C., Clark, P. A., Jones, M. A., Quiros, R. J., & Peterson, S. (2012b). Investigando a fase de referência da tutoria de jovens em seis contextos de justiça juvenil. Uma análise exploratória. Gabinete de Justiça Juvenil e Prevenção da Delinquência. Recuperado de https://www.ojp.gov/pdffiles1/Archive/240820NCJRS.pdf

Mulvey, E. P., Schubert, C. A., Pitzer, L., Hawes, S., Piquero, A., & Cardwell, S. (2016). Um exame da mudança no risco dinâmico de ofensa ao longo do tempo entre infractores juvenis graves. Journal of Criminal Justice, 45, 48-53.

Olsen, L. R., Jensen, D. V., Noerholm, V., Martiny, K., & Bech, P. (2003). The internal and external validity of the Major Depression Inventory in measuring severity of depressive states. *Psychological medicine*, *33*(2), 351-356.

Peterson-Badali, M., Skilling, T., & Haqanee, Z. (2015). Examinar a implementação da avaliação de risco na gestão de casos para jovens no sistema de justiça. Justiça Criminal e Comportamento, 42(3), 304-320.

Polaschek, D. L. (2012). Uma avaliação do modelo risco-necessidade-responsividade (RNR) de reabilitação do infrator e sua aplicação no tratamento correcional. Psicologia jurídica e criminológica, 17(1), 1-17.

Pullmann, M. D., Kerbs, J., Koroloff, N., Veach-White, E., Gaylor, R., & Sieler, D. (2006). Delinquentes juvenis com necessidades de saúde mental: Reducing recidivism using wraparound. Crime & Delinquency, 52(3), 375-397.

Raes, F., Pommier, E., Neff, K. D., & Van Gucht, D. (2011). Construção e validação fatorial de uma forma curta da Self-Compassion Scale. *Psicologia Clínica e Psicoterapia. 18*, 250-255.

Raposa, E. B., Rhodes, J., Stams, G. J. J., Card, N., Burton, S., Schwartz, S., ... & Hussain, S. (2019). Os efeitos dos programas de mentoria para jovens: Uma meta-análise de estudos de resultados. Journal of youth and adolescence, 48(3), 423-443.

Rhodes, J. E. (2005). Um modelo de tutoria de jovens. Em D. L. DuBois & M. J. Karcher (Eds.), Handbook of youth mentoring (pp. 30-43). Sage Publications.

Rhodes, J. E., & DuBois, D. L. (2006). Understanding and Facilitating the Youth Mentoring Movement (Compreender e facilitar o movimento de tutoria de jovens). Social Policy Report, 20(3), 1-20.

Rhodes, J. E., Spencer, R., Keller, T. E., Liang, B., & Noam, G. (2006). A model for the influence of mentoring relationships on youth development. Journal of community psychology, 34(6), 691-707.

Ross, E. C., Polaschek, D. L., & Ward, T. (2008). A aliança terapêutica: Uma revisão teórica para a reabilitação do infrator. Aggression and violent behavior, 13(6), 462-480.

Sánchez, B., Colón-Torres, Y., Feuer, R., Roundfield, K., & Berardi, L. (2017). Um modelo ecológico para entender as relações de mentoria entre adolescentes latinos. Diversidade Cultural e Psicologia das Minorias Étnicas, 23(3), 411-424.

Schwartz, S. E., & Rhodes, J. E. (2016). Do tratamento ao empoderamento: New approaches to youth mentoring. Revista americana de psicologia comunitária, 58(1-2), 150-157.

Schwartz, S. E., Rhodes, J. E., Spencer, R., & Grossman, J. B. (2013). Mentoria iniciada por jovens: Investigando uma nova abordagem para trabalhar com adolescentes vulneráveis. American Journal of Community Psychology, 52(1), 155-169.

Shrestha, C. H., May, S., Edirisingha, P., Burke, L., & Linsey, T. (2009). From Face-to-Face to e-Mentoring: Does the" e" Add Any Value for Mentors? Revista Internacional de Ensino e Aprendizagem no Ensino Superior, 20(2), 116-124.

Smith, E. P., Wolf, A. M., Cantillon, D. M., Thomas, O., & Davidson, W. S. (2004). The Adolescent Diversion Project: 25 anos de investigação sobre um modelo ecológico de intervenção. Journal of Prevention & Intervention in the Community, 27(2), 29-47.

Spencer, R., Gowdy, G., Drew, A. L., & Rhodes, J. E. (2019). "Quem me conhece melhor e pode encorajar-me mais?": Correspondência e desenvolvimento de relacionamento precoce em relações de mentoria iniciadas por jovens com jovens envolvidos no sistema. Journal of Adolescent Research, 34(1), 3-29.

Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. Annual review of psychology, 52(1), 83-110.

Stouthamer-Loeber, M., Loeber, R., Wei, E. H., Farrington, D. P., & Wikström, P. H. (2002). Risk and promotive effects in the explanation of persistent serious delinquency in boys. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 70(1), 111-123.

Tolan, P. H., Henry, D. B., Schoeny, M. S., Lovegrove, P., & Nichols, E. (2014). Programas de mentoria para afetar a delinquência e resultados associados de jovens em risco: A comprehensive meta-analytic review. Journal of experimental criminology, 10(2), 179-206.

Tolan, P., Henry, D., Schoeny, M., & Bass, A. (2008). Intervenções de tutoria para afetar a delinquência juvenil e problemas associados. Campbell Systematic Reviews, 4(1), 1-112.

Topp C.W., Østergaard S.D., Søndergaard S., & Bech P. (2015). *O Índice de Bem-Estar da OMS-5: Uma revisão sistemática da literatura.* Psychotherapy and Psychosomatics, 84, 167-17.

Tzeng, S. P., & Yi, C. C. (2012). Os efeitos da autoestima na delinquência adolescente ao longo do tempo: A relação é linear? Em C. Yi (Ed.), The psychological well-being of East Asian youth (pp. 243-261). Nova Iorque, NY: Springer Science + Business Media.

Ungar, M. (2005). Pathways to Resilience Among Children in Child Welfare, Corrections, Mental Health and Educational Settings: Navigation and Negotiation. In Child & Youth Care Forum (Vol. 6, No. 34, pp. 423-444).

Vanderbilt-Adriance, E., & Shaw, D. S. (2008). Protective factors and the development of resilience in the context of neighborhood disadvantage. Journal of abnormal child psychology, 36(6), 887-901.

Vaske, J., Galyean, K., & Cullen, F. T. (2011). Rumo a uma teoria biossocial da reabilitação de infractores: Porque é que a terapia cognitivo-comportamental funciona? Journal of Criminal Justice, 39(1), 90-102.

Vincent, G. M., Guy, L. S., Perrault, R. T., & Gershenson, B. (2016). A avaliação de risco é importante, mas apenas quando bem implementada: A multisite study in juvenile probation. Lei e comportamento humano, 40(6), 683-696.

Vitopoulos, N. A., Peterson-Badali, M., & Skilling, T. A. (2012). A relação entre a adequação do serviço à necessidade criminogénica e a reincidência em jovens do sexo masculino e feminino: Examinando os princípios do RNR na prática. Justiça Criminal e Comportamento, 39(8), 1025-1041.

Wagner, L., Gander, F., Proyer, R. T., & Ruch, W. (2020). Forças de caráter e PERMA: Investigando as relações das forças de caráter com uma estrutura multidimensional de bem-estar. Pesquisa Aplicada em Qualidade de Vida, 15(2), 307-328.

Ward, T. (2002). The management of risk and the design of good lives. Australian psychologist, 37(3), 172-179.

Warr, D. (2019). A relevância da tutoria informal para os jovens em risco de exclusão social: Insights de um estudo australiano. Juventude e Sociedade, 51(1), 106-125.

Whitehead, P. R., Ward, T., & Collie, R. M. (2007). Tempo para uma mudança: Aplicação do modelo de reabilitação Good Lives a um infrator violento de alto risco. International journal of offender therapy and comparative criminology, 51(5), 578-598.

OMS. (1998). Medidas de bem-estar nos cuidados de saúde primários/Projeto Depcare. Gabinete Regional da OMS para a Europa: Copenhaga

Yates, T. M., Tyrell, F. A., & Masten, A. S. (2015). Teoria da Resiliência e a Prática da Psicologia Positiva De Indivíduos a Sociedades. Em S. Joseph (Ed.), Psicologia Positiva na Prática: Promovendo o florescimento humano no trabalho, saúde, educação e vida quotidiana: Segunda Edição (pp. 773-788). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.

Yeager, D. S. (2017). Programas de aprendizagem social e emocional para adolescentes. O futuro das crianças, 27(1), 73-94.

Young, S., Greer, B., & Church, R. (2017). Delinquência juvenil, bem-estar, justiça e intervenções terapêuticas: uma perspetiva global. Boletim BJPsych, 41(1), 21-29.

Zagar, R. J., Grove, W. M., & Busch, K. G. (2013). Melhores tratamentos para a delinquência: Como desviar os jovens da violência, poupando vidas e custos de detenção. Behavioral Sciences and the Law, 31(3), 381-396.

mentor+

Co-funded by the European Union

PROJECT NUMBER: 2021-2-BE05-KA220-YOU-000050037

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.