

LIGAMENTE

Programa de Mentoria entre Pares

Síntese | versão simplificada

Uma rede de apoio criada pelos alunos para promover integração, autonomia, bem-estar e sucesso educativo.



IDEIA CENTRAL

Cada aluno pode aprender com outro aluno. A proximidade entre pares pode transformar a experiência escolar.

1. QUEM PARTICIPA

Mentores: alunos do 7.º ao 9.º ano.
Mentorandos: alunos do 5.º ao 9.º ano.
Acompanhamento por docentes, diretores de turma e Serviços de Psicologia e Orientação.

2. O QUE DESENVOLVE

Integração escolar
Organização e métodos de estudo
Autonomia e motivação
Competências pessoais e sociais
Participação e cidadania

3. COMO FUNCIONA

Sessões semanais ou quinzenais.
Duração habitual: 30 a 45 minutos.
Modalidades: individual, pequeno grupo ou temática.
Supervisão e monitorização por adultos de referência.

4. IMPACTO ESPERADO

Inclusão • Confiança • Autonomia
Sucesso educativo • Sentido de pertença

5. PERCURSO DO PROGRAMA

Cinco macrofases para pôr a mentoria em prática com clareza e consistência.

1

Preparar

Definir equipa, espaços e materiais.

2

Mobilizar e selecionar

Divulgar o programa e identificar mentores.

3

Formar

Capacitar os mentores para ouvir e apoiar.

4

Ligar e agir

Constituir pares e iniciar as sessões.

5

Acompanhar e celebrar

Supervisionar, ajustar e reconhecer resultados.

6. FORMAÇÃO INICIAL DOS MENTORES

Seis módulos curtos, práticos e orientados para a ação.

1. Ser mentor

papel e limites

2. Saber ouvir

escuta ativa

3. Apoiar sem substituir
autonomia

4. Estratégias práticas
organização e estudo

5. Situações difíceis
confidencialidade e risco

6. Planear uma sessão
atividade e registo

Agrupamento de Escolas Eugénio de Castro | Serviços de Psicologia e Orientação

Aprender • Ligar • Apoiar • Transformar



PSICLOGIA
SERVIÇOS DE PSICOLOGIA
E ORIENTAÇÃO
A.E. EUGÉNIO DE CASTRO