**Conseils des Mentors et des Mentorés**

**Respect, Partenariat et Soutien**

**Ben Haack : Leader des athlètes, membre du conseil d’administration de SOI et consultant SOI - SO Australie**

Essayez de traiter l’athlète comme n’importe qui d’autre. Dans toute sorte de relation mentor-mentoré type, votre objectif est d’essayer de responsabiliser et de soutenir l’athlète, pas nécessairement de veiller à ce qu’il réussisse, qu’il prenne le relais ou quelque chose de cet ordre. Je pense que c’est important. Je pense aussi que l’honnêteté est vraiment importante en termes de relation. Je pense aussi qu’il est important d’essayer, surtout si vous ne connaissez pas vraiment la personne, d’essayer de savoir qui elle est. Essayez de passer du temps à chercher à comprendre son point de vue et quels sont ses objectifs.

Au fil du temps, votre objectif devrait être d’amener l’athlète à avoir de moins en moins besoin de vous. Je pense que c’est un élément clé. Essayez de l’amener à un point où il peut essentiellement devenir lui-même un mentor au fil du temps. Soyez honnête avec lui. Marchez à ses côtés, pas devant lui. Essayez simplement de l’aider à atteindre ses objectifs et sa vision de ce qu’il souhaite réaliser.

**Emanuelle Dutra Fernandes de Souza : Athlète leader, Sargent Shriver International Global Messenger et Consultant SOI – SO Brésil**

Soyez patient, sachez écouter. C’est ce que tous mes mentors ont fait pour m’aider. N’ayez pas peur d’être vous-même. Prenez juste le temps d’écouter votre athlète. Nous avons beaucoup d’informations que nous souhaitons partager, mais parfois nous ne savons pas comment les partager avec des mots. Essayez d’aider votre athlète leader à trouver de nouveaux mots, en essayant d’écrire des présentations, cela vous aidera beaucoup.

**Rowena Massey : Mentor – Nouvelle-Zélande**

L’élément clé que je peux vous donner en très peu de temps est probablement d’être présent en tant que soutien. Vous n’êtes pas là pour prendre des décisions à sa place. Vous êtes là pour l’aider et le soutenir afin qu’il deviennent un meilleur athlète et une meilleure personne, et simplement pour fixer des objectifs, rêver des objectifs et simplement chercher à les atteindre. Vous n’êtes pas sa voix, il a la sienne. Vous êtes juste là pour être la personne qui le soutient. Que ce soit lors d’une occasion sociale ou personnelle ou dans sa vie sportive, vous êtes juste là pour être son soutien

**Évolution et occasions**

**Vincent Mungai : Mentor – SO Kenya**

Utilisez toujours la terminologie correcte et acceptable lorsque vous parlez à l’athlète. Et guidez l’athlète ; donnez-lui des responsabilités, il peut le faire. Offrez-lui cet espace pour veiller à ce qu’il prenne des décisions par lui-même. Ensuite, je préfère que les mentors aient des formations en compétences non techniques car l’athlète dépend principalement de la communication, du travail d’équipe et de la résolution de problèmes pour pouvoir évoluer dans la société actuelle. Et enfin, pour être un bon mentor, vous devez être compétent en matière de sensibilisation au handicap, comprendre les besoins de l’athlète, comprendre ses forces et également comprendre les domaines dans lesquels il doit s’améliorer.

**Alma Choi : Mentor – SO Macao**

D’après mon expérience, un bon mentor doit être ami avec l’athlète leader. Essayez de comprendre et de découvrir le meilleur en lui, aidez-le à atteindre ses objectifs, soyez courageux, soyez créatif à tout moment, n’abandonnez pas et ne cédez pas.

**Compétences et flexibilité**

**David Thomason – SO Virginie**

Une des premières choses qui me vient à l’esprit lorsque je pense à travailler ensemble, en tant qu’équipe athlète leader/mentor, c’est de ne pas oublier que vous êtes une équipe et qu’il est important que vous vous souteniez de cette façon. À chaque situation, chaque occasion, chaque prise de parole, apportez de nouvelles oreilles et un nouveau regard même si vous pensez savoir à quoi vous attendre, car sinon vous allez rater quelque chose et vous ne tirerez pas le meilleur parti de cette occasion.

Et enfin, je pratique toujours ce que j’appelle « Semper Gumby », toujours être flexible. Je pense que rester flexible et adaptable est essentiel pour tirer le meilleur parti de ces occasions. Plus vous serez flexible, plus vous aurez de chances de tirer le meilleur parti de ces occasions.

**Dernière diapositive :** Pour plus de conseils et de formation, suivez le cours « Leadership des athlètes : mentorat » sur <https://learn.specialolympics.org>.