

LOS BENEFICIOS DE LOS PROCESOS DE MENTORÍA PARA LA INCLUSIÓN SOCIOLABORAL DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y DEL DESARROLLO

Anna Sánchez-Aragón

Imma Rosell Morales

Universitat Rovira i Virgili

Abstract. People with intellectual and developmental disabilities are deprived of equal opportunities and non-discrimination in the education system and the labour market. This communication examines from the perspective of young people with intellectual disabilities the impact of mentoring processes on social and labour market insertion. From a focus group of six young people with intellectual disabilities, the benefits of mentoring processes are analysed. This study has been developed during the COVID-19 crisis for this reason, the benefits of e-mentoring in a context of confinement characterized by social and physical isolation are also analysed. The results suggest that mentoring is crucial to promote the participation of people with intellectual disabilities in training and employment. The people who participated in the mentoring processes experienced personal development and increased their social capital. Also, e-mentoring is identified as a strategy that in a context of confinement allows to reduce social isolation and the digital divide. In conclusion, people with intellectual disabilities recognize the benefits of mentoring and support as a measure to promote social and labour market inclusion.

Keywords. Youth mentoring; intellectual disabilities; peer support; social and labour market insertion; COVID-19

1. INTRODUCCIÓN

El presente estudio evalúa la experiencia de personas con discapacidad intelectual y del desarrollo —en adelante DID— que participaron, primero como mentorados y después como mentores, en el programa de mentoría dirigido a los estudiantes con DID del curso de Orientación Profesional para la Inserción Sociolaboral —en adelante INSERLAB—, que se imparte en la Universidad Rovira i Virgili de Tarragona (España). La finalidad de este programa formativo es favorecer el desarrollo de habilidades y competencias transversales que faciliten el crecimiento personal y profesional, así como el acceso a un mercado laboral abierto, accesible en condiciones de igualdad y no discriminación a jóvenes adultos, menores de 30 años, con una discapacidad intelectual igual o superior al 33%. Asimismo, desde el programa se creó una red de empresas orientada a acoger estudiantes en prácticas a través de la metodología de Empleo con Apoyo (EcA).

El proyecto INSERLAB, cofinanciado por la fundación ONCE y el Fondo Social Europeo, busca promover una formación en competencias transversales que contribuya a mejorar las oportunidades de acceso a la educación e inserción laboral en empresas ordinarias de personas con DID. Para apoyar al alumnado en la coyuntura crítica del comienzo de un nuevo curso escolar, el plan formativo cuenta con un programa de mentoría online en equipo, basada en la acción voluntaria de estudiantes universitarios sin discapacidad y exalumnos de INSERLAB que ejercen de mentores durante todo un curso académico. El objetivo de esta forma de mentoría, en la que varios jóvenes mentorizan un grupo de tres o cuatro estudiantes con DID, es apoyar a los alumnos en su proceso de adaptación a la universidad, facilitándoles orientación, estímulo y sostén emocional. Los encuentros vía Internet, de frecuencia semanal, se llevan a cabo en horario no lectivo y tienen una duración aproximada de una hora.

Los jóvenes que participan en el curso son inicialmente seleccionados por la coordinación del programa formativo, de acuerdo a los siguientes criterios: (a) que tengan una discapacidad intelectual igual o superior al 33%; (b) que tengan entre 18 y 30 años a fecha de 31 de diciembre del año de la convocatoria; (c) que sean beneficiarios/as del Sistema Nacional de Garantía Juvenil de manera previa al inicio

del curso; (d) que puedan desplazarse con autonomía a la universidad; (e) que tengan habilidades académicas mínimas en lectoescritura y cálculo para poder hacer un correcto aprovechamiento de los contenidos del curso; y (f) que manifiesten un deseo de formarse y una conducta social que actúen como factores facilitadores para su inclusión en la vida universitaria.

Debido a la responsabilidad y complejidad que supone acompañar a personas con DID, los estudiantes universitarios y exestudiantes de INSERLAB que participan como mentores reciben una formación intensiva de cuatro horas por parte de una entidad especializada en la materia. Esta capacitación destaca los problemas y dificultades que suelen surgir en las relaciones de mentoría, garantizando a los futuros mentores el acompañamiento de una trabajadora social que los ayude a la hora de abordar determinadas cuestiones. La relación entre mentor y mentorado está motivada y tutorizada por esta figura, que se encuentra a total disposición de las parejas y con la que se realizan sesiones de coordinación una vez al mes a efectos de seguimiento. En el actual contexto de pandemia, el curso también ofrece orientación y asesoramiento sobre la construcción del vínculo en época de distanciamiento social.

Este artículo revisa, en primer lugar, el estado de la evidencia empírica sobre la eficacia de la mentoría social dirigida a jóvenes con discapacidad intelectual. Con motivo de la crisis provocada por la pandemia de COVID-19 y la declaración del estado de alarma, se presta especial atención al estado de la literatura científica sobre la mentoría online. A continuación, tras exponer la metodología de investigación, se presentan los principales resultados extraídos mediante la técnica de grupo focal. Por último, se concluye con una serie de reflexiones acerca de la mentoría como estrategia de apoyo para mejorar la participación de las personas con discapacidad en entornos normalizados (no protegidos).

2. LA MENTORÍA PARA JÓVENES CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

En la actualidad, son muchos los estudios científicos que destacan los beneficios que la participación en programas de mentoría formal puede tener en la inclusión social de los jóvenes vulnerables (DuBois et al., 2002). Parece claramente compartido que el acceso al apoyo de un adulto no parental puede ser un aspecto

importante en la vida de los mentorados en la medida que produce impactos positivos en las esferas relativas al desarrollo socioemocional, académico y conductual (DeWit et al., 2016; DuBois et al., 2011). Por ejemplo, se ha demostrado que la ayuda de un mentor suele mejorar el bienestar psicológico de la persona joven (Claro y Perelmiter, 2021; Bowers, Wang, Tirrell y Learner, 2015), su autoestima (Marino et al., 2019) y la percepción que tiene de sus relaciones con sus padres, sus iguales y otros adultos (DuBois, Neville, Parra, y Pugh-Lilly, 2002). Algunas investigaciones también añaden que puede reducir la conducta delictiva (Heller et al., 2017; Jolliffe y Farrington, 2007), prevenir o disminuir el consumo de sustancias (Erdem y Kaufman, 2020) y mejorar el rendimiento académico (Herrera et al., 2007). Si bien es cierto que los programas de mentoría formal en los que participan jóvenes con discapacidad intelectual y del desarrollo son menos habituales (Lindsay et al., 2016; Sword y Hill, 2003), la investigación ha demostrado que pueden ser potencialmente efectivos para mejorar la participación social de los jóvenes, reforzar su independencia y autodeterminación —capacidad de decidir y elegir por sí mismo— y desarrollar objetivos relacionados con el empleo (Spencer et al., 2021; Gregg et al., 2016; Barnard-Brak et al., 2013; Stumbo et al., 2010; McDonald et al., 2005; Burgstahler y Cronheim, 2001).

Una de las cuestiones clave a las que se enfrentan los jóvenes con discapacidad es la superación de las barreras que pueden impedir su participación plena y efectiva en la familia, la escuela, el trabajo y la comunidad. Con frecuencia, los jóvenes con discapacidad sufren exclusión y aislamiento social (McDonald et al., 2005), corren un riesgo mayor de sufrir abuso y suelen carecer de destrezas para la vida independiente —por ejemplo, habilidades relacionadas con el cuidado personal o el uso del transporte público— (Lindsay, McDougall, Menna-Dack, Sanford y Adams, 2015). A estos obstáculos deben sumarse las dificultades para acceder a la educación superior e ingresar y mantenerse en el mercado laboral (Scharle y Csillag, 2016). Estas tendencias suelen ser explicadas como resultado de actitudes negativas, discriminación social, entornos inaccesibles, falta de recursos y carencia de apoyo social (Cordero, 2012; Lindsay y McPherson, 2012), además de unas expectativas bajas de la sociedad sobre el papel como contribuyentes cívicos de las personas con discapacidad (Parmenter, 2011). La función principal de la relación de mentoría es, por consiguiente, la de normalización, de modo que ayude a reducir el estigma y promueva la capacidad en vez de la discapacidad del mentorado (Dolan y Brady, 2015).

Las personas con discapacidad pueden participar en todos los tipos de programas de mentoría, incluyendo el modelo clásico adulto-joven, la mentoría entre iguales y la mentoría en grupo. El corpus de investigación en este campo hace hincapié en los beneficios de la mentoría entre iguales, puesto que promueve el desarrollo de una relación de solidaridad y comprensión únicas. Los mentores con discapacidades se identifican con las desventajas y dificultades experimentadas por los mentorados, de modo que pueden apoyar mejor su crecimiento personal, ayudándoles a establecer metas académicas y profesionales, fortalecer sus competencias interpersonales y obtener mayores niveles de autonomía (O'Mally y Antonelli, 2016; Burgstahler y Cronheim, 2001). Estudios de programas han demostrado el potencial de la mentoría dirigida a personas con discapacidad, aunque la evidencia empírica sigue siendo limitada (Lindsay et al., 2016; McDonald et al., 2005).

2.1. El impacto disruptivo de la COVID-19

En marzo de 2020 el gobierno español declaró el estado de alarma para afrontar la situación de emergencia sanitaria ocasionada por la COVID-19. Este estado supuso la adopción de medidas de contención excepcionales como el confinamiento, la cuarentena o el aislamiento social (Real Decreto-Ley 463/2020, de 14 de marzo). El cumplimiento de estas medidas de salud pública ha tenido —y está teniendo— consecuencias negativas en el bienestar emocional de las personas, especialmente de aquellas con discapacidad intelectual y del desarrollo, uno de los grupos poblacionales más vulnerables frente a la COVID-19 (Courtenay y Perera, 2020), debido a que tienen un riesgo mayor de contraer el virus y sufrir cuadros más graves de la enfermedad. El miedo al contagio, la falta de contacto e interacción con otras personas o las dificultades para comprender lo que está sucediendo han aumentado los niveles de estrés y ansiedad de este colectivo (Navas et al., 2020) que, además, ha visto alteradas sus rutinas diarias —asistir al trabajo o acudir a sus centros habituales (Navas et al., 2020; García et al., 2020).

Si bien la investigación sobre mentoría dirigida a personas con discapacidad intelectual durante la pandemia de COVID-19 es escasa; estudios recientes, como el de Spencer et al. (2021), sugieren el potencial de la mentoría para aumentar la motivación de los jóvenes con DI por el aprendizaje y alentar su desarrollo social

durante el confinamiento. Las personas con DI suelen tener círculos sociales limitados por causas que incluyen la falta de oportunidades para interactuar con los demás, la sobreprotección de las familias cuyos miembros pueden tener una influencia discapacitante, las autopercepciones negativas y el estigma (Asselt-Goverts et al., 2015; Amado et al., 2013). Estas barreras acentúan las situaciones de soledad y exclusión social, las cuales se han visto agravadas a raíz de la declaración del estado de alarma (Navas et al., 2020). La mentoría se ha demostrado como un medio eficaz para estimular el capital social, tejer nuevas redes de apoyo y combatir el aislamiento (Lindsay et al., 2016).

2.2. La mentoría electrónica

La mentoría por Internet, o también llamada e-mentoría, es un campo todavía incipiente, aunque ha ganado popularidad debido a la proliferación de los medios digitales y las tecnologías en red. La comunicación virtual, online o mediada por Internet ha abierto nuevas posibilidades para disminuir la distancia física y psicológica entre las personas, de las que también se han beneficiado los programas de mentoría.

Las dificultades para encontrarse debido a limitaciones horarias y geográficas han sido el mayor obstáculo de la mentoría cara a cara (Noe, 1988). Los problemas para reunirse de forma presencial, preexistentes a la pandemia de COVID-19, se han exacerbado desde que en 2020 se decretara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria. Es por esto por lo que organizaciones de todo el mundo están aprovechando las oportunidades que el uso de los dispositivos y el acceso a Internet —en cualquier lugar y a todas horas— proporciona a las relaciones de mentoría.

Antes de la pandemia, la mentoría en línea se dirigía a colectivos muy concretos, como personas con enfermedades crónicas o en situación de discapacidad (Kaufman, 2017). Para estas personas, que padecen una acusada exclusión social, las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) han abierto nuevos entornos y generado oportunidades de participación y relación social. Si bien las reuniones online pueden no ser siempre un sustituto eficaz de los encuentros presenciales, la e-mentoría ha resultado ser una modalidad potencialmente efectiva. La revisión de veinticinco estudios en este campo de Lindsay (2018) pone de manifiesto que los programas de

mentoría por Internet dirigidos a jóvenes con discapacidad pueden llevar al refuerzo de habilidades para la vida independiente del mentorado, a mejorar su autoestima y confianza en sí mismo. Otros estudios también demuestran que puede mejorar la participación social del mentorado y disminuir el sentimiento de soledad (Stewart et al., 2011), además de mejorar su actitud hacia la discapacidad (Bell, 2010) y satisfacción con la vida (Shem et al., 2011).

3. METODOLOGÍA

El presente estudio adopta un enfoque cualitativo mediante el uso del grupo focal con preguntas semi-estructuradas a jóvenes con DID. Esta técnica permite dar voz a los participantes sobre su experiencia personal con los procesos de mentoría, de modo que los temas importantes emergen de manera natural y espontánea. El grupo focal se llevó a cabo en abril de 2021 en formato virtual debido a las medidas de distanciamiento social decretadas por el Gobierno central para frenar el avance de la COVID-19. La muestra estuvo formada por seis jóvenes con DID de entre 18 y 30 años (Tabla 1) que participaron, primero como mentorados (2018-2019 y 2019-2020) y después como mentores (2020-2021), en el programa de mentoría en equipo dirigido a los estudiantes del curso INSERLAB. La sesión, de 90 minutos, fue grabada en audio y posteriormente transcrita de manera textual, asignándose un código a cada uno de los participantes.

Tabla 1. Perfil de los participantes en el grupo focal

Código	Edad	Sexo	Formación académica-profesional y situación laboral
M1	24	M	Estudios de secundaria obligatoria, cursos en cocina con certificado de profesionalidad, cursos de atención al cliente y auxiliar administrativo, prácticas no remuneradas en una entidad para personas con parálisis cerebral y en un camping como auxiliar en el campo de minigolf en temporadas estivales.
M2	22	H	Itinerario Formativo Específico (IFE) en auxiliar de atención al cliente y ventas. Prácticas curriculares en el Leroy Merlin y en un Servicio de Recursos Educativos (SREd).
M3	30	H	Educación secundaria ordinaria y curso no reglado en auxiliar administrativo. Prácticas en la oficina de atención al ciudadano, de conserje y en una entidad del tercer sector.

M4	30	H	Estudios secundarios no finalizados, más de cinco años de experiencia haciendo tareas prelaborales en un servicio de terapia ocupacional (STO). Ha trabajado como auxiliar de biblioteca a través de la metodología de empleo con apoyo en una empresa ordinaria y ha realizado voluntariado con niños hospitalizados.
M5	26	H	Estudios secundarios no finalizados, curso de auxiliar de administrativo, ha realizado prácticas como auxiliar en Abacus Cooperativa (venta de libros y material escolar), también ha realizado algún voluntariado en entidades del tercer sector.
M6	30	M	Estudios secundarios finalizados, ha trabajado como auxiliar de biblioteca también a través de la metodología de empleo con apoyo, actualmente se prepara en una entidad el examen de un proceso de ocupación pública para personas con DID de la comunidad autónoma de Cataluña.

Todos los participantes aceptaron participar de manera voluntaria y estuvieron de acuerdo en la realización del estudio y posterior difusión de sus resultados, siempre y cuando se garantizara la confidencialidad. Por este motivo algunos de los datos en la tabla 1 han sido intercambiados, cabe decir que el intercambio de estos datos no modifica los resultados y que su intención ha sido meramente la de proteger la confidencialidad de los participantes en el grupo focal.

De los participantes en el grupo focal, sólo el 33,3% (2 personas) había tenido un empleo remunerado a tiempo parcial en una empresa ordinaria, y además fue a través de la metodología de empleo con apoyo. En general, las experiencias más cercanas con el empleo de las personas con DID que han participado en el estudio han sido prácticas no remuneradas, cosa que pone de manifiesto no sólo la vulnerabilidad económica del colectivo, sino también las elevadas dificultades para alcanzar la autonomía personal y, por ello, su inclusión sociolaboral.

4. RESULTADOS

La técnica del grupo focal ha permitido identificar los beneficios autopercebidos por los jóvenes con DID en procesos de mentoría social. Las categorías más destacadas, sobre las que los participantes han dedicado la mayor parte del tiempo en el grupo focal, han sido: la mejora de las habilidades comunicativas y la construcción de redes sociales; el crecimiento personal, el desarrollo psicológico y la

mejora de la inteligencia emocional; el intercambio de apoyo y la adquisición de competencias digitales.

4.1. La mentoría como medio para estimular el capital social

Los participantes aseguraron que la mentoría contribuyó a mejorar sus habilidades comunicativas, incrementar las interacciones con los demás y tejer nuevas redes sociales. Para aquellos con tendencia a la introversión, la mentoría en equipo fue especialmente útil para combatir el aislamiento y ser más sociables:

[Las sesiones de mentoría] me han ayudado en el habla. Antes me costaba mucho más hablar con desconocidos, ya ni digamos en público... Era muy tímido. Ahora me cuesta menos. (M5 líneas 190-192)

En la etapa pre-pandemia, antes de la suspensión de los encuentros presenciales, los jóvenes con DID explicaron cómo los mentores les ayudaron a ampliar sus redes locales, compartiendo actividades de ocio en las que se beneficiaban de reunirse con otros:

Eran unas tardes geniales: hacíamos juegos de cartas, íbamos al bar, salíamos por la ciudad... Siempre conocíamos gente. (M3 líneas 180-182)

De acuerdo con los mentorados, el desarrollo de las habilidades sociales y de comunicación también tuvo un impacto positivo en el empleo, puesto que les permitió mejorar sus relaciones con los compañeros:

La mentoría me ha beneficiado mucho a nivel laboral, me ha permitido socializar más en el trabajo, he conocido gente nueva y hemos hecho cosas que no habíamos hecho antes. (M6 líneas 124-125)

4.2. Crecimiento personal, desarrollo psicológico e inteligencia emocional

La mentoría en equipo reforzó la autoeficacia de los jóvenes con DID, los cuales desarrollaron una mejor motivación y una confianza en sí mismos más fuerte. El apoyo de estima recibido por otros iguales fortaleció los sentimientos positivos de valía:

La mentoría me ha dado más ganas de buscar trabajo, me siento más capaz, mis compañeros me han hecho ver que puedo. (M3 líneas 160-162)

Sin duda [las sesiones de mentoría] me han ayudado a motivarme. (M5 línea 165)

Los mentores me han ayudado muchísimo a conseguir lo que me proponía, me han dado fuerza y ánimos (...). Descubrimos cuales eran nuestros puntos fuertes y débiles. (M4 líneas 168-170)

Una de las participantes aseguró que la mentoría le había ayudado a mejorar su autoestima y su actitud hacia la discapacidad. Según expresó, la disponibilidad de apoyo social contribuyó a que se contemplase con un renovado sentido de dignidad y respeto por sí misma:

[La mentoría] me ha servido para acabar de aceptarme a mí misma. Desde entonces cambié el chip. Ahora estoy tratándome, estoy contenta porque he aceptado que soy diferente. Me siento más valiente y tengo más carácter que antes. Antes era más inocente y sufrí mucho, ahora soy más fuerte y segura. (M1 líneas 193-199)

Los participantes reconocieron que la mentoría les había aportado un conjunto de beneficios personales —autoconocimiento, empatía, autorregulación y autonomía personal— que habían contribuido a mejorar su inteligencia emocional y abrir sus visiones del mundo:

[Los mentores y las mentoras] me han aportado el hecho de conocerme mejor a mí mismo. (M3 línea 184)

A mí la mentoría me ha enseñado a ser mejor persona, a tener más consideración por los demás, tanto en lo personal como en lo laboral. (M4 líneas 134-135)

Los mentores me han enseñado a estar más tranquilo, me siento más valiente. (M2 líneas 193-199)

Yo creo que todos estamos de acuerdo: la mentoría nos ha hecho crecer de forma personal y tener más conocimientos de muchos aspectos, otra forma de ver la vida. (M5 líneas 136-137)

La mentoría mejoró los niveles de autonomía, independencia y autodeterminación de los y las jóvenes con DID. Algunos de ellos comentaban lo siguiente:

Es un apoyo, un soporte y hace que tu puedas valerte un poco más por ti solo. (M5 línea 179)

Hacen que seamos más autónomos e independientes. (M2 línea 185)

Además, nos ha dado mucha autoestima y ser más autónomos para ir solo. (M6 líneas 131-133)

Ahora soy capaz de decir que no cuando no quiero algo (M1 línea 136)

4.3. Apoyo emocional y de consejo

Muchos jóvenes describieron la figura del mentor como un apoyo emocional, que contribuía a su bienestar psicológico. Algunos declararon explícitamente que los hacían felices o que eran buenos para ellos:

El apoyo del mentor, sobre todo en el inicio, para mí fue muy importante para sentirme bien en la universidad. Un soporte siempre viene bien. (M6 líneas 183-184)

Me gustó sentirme acompañado, saber que podía acudir a alguien si lo necesitaba. (M1 líneas 150-159)

Las personas con dificultades, igual que las personas mayores, necesitamos un apoyo en el día a día, eso también es mentoría. (M3 líneas 177-178)

El mentor es necesario porque sino el estudiante podría sentirse más perdido, más inseguro o inquieto a la hora de dar pasos o decidir qué quiere hacer. (M4 líneas 173-174)

Uno de los jóvenes se refirió al mentor como un «amigo» que le ayudó a reforzar y promover su capacidad e independencia. Puesto que los mentores no eran profesionales, su presencia resultó menos estigmatizadora:

Es una figura un poco camuflada, es un apoyo, un soporte, que hace que puedas valerte por ti sólo, sin tener la sensación de que está ahí para ayudarte. Es tu amigo. (M4 líneas 180-181)

Los jóvenes aludieron a la importancia de los mentores en la medida en que les ofrecieron un apoyo incalculable relacionado con la orientación laboral y profesional. La atención de los mentores les pareció alentadora; y los encuentros en equipo, un espacio de intercambio y ayuda mutua con otros iguales:

A menudo hablábamos de lo que nos gustaría hacer en el futuro, nuestros sueños, hablábamos de lo que nos motivaba y a partir de ahí, nos íbamos ayudando y aconsejando unos a otros (M4 líneas 147-149)

Me han ayudado bien, me he sentido bien aconsejado, me han ayudado en mi camino en la vida, igual que con mis dudas e inseguridades (M1 líneas 150-159)

Evidentemente es importante, en los trabajos debería haber mentores porque siempre un buen soporte a los inicios iría bien (M5 línea 175-176)

Los participantes describieron las sesiones de mentoría como un espacio seguro donde expresar sus miedos, especialmente acerca de su futuro profesional, el mercado de trabajo y la formación, los cuales se habían acrecentado debido a la pandemia:

La mentoría me ha permitido comentar mis inquietudes en relación con las prácticas del curso que, sobre todo en contexto de pandemia, han sido muchas. También he podido expresar mis inquietudes con las clases (M2 líneas 113-114)

La mentoría me ha hecho pensar en mis miedos e inquietudes. Creo que es importante tener un espacio con gente de confianza a la que contarle cosas del trabajo. (M5 línea 121-122)

4.4. Adquisición de competencias digitales para la inclusión social

Ante la situación de confinamiento derivada de la pandemia mundial por la COVID-19, los encuentros de mentoría pasaron a realizarse mediante aplicaciones de videoconferencia. Los jóvenes con DI afirmaron que la situación de emergencia

sanitaria i social de aislamiento supuso una oportunidad de aprendizaje en el uso de dispositivos digitales e Internet:

Yo nunca había hecho videoconferencias. Para mí es una cosa novedosa, nunca pensé que podría aprender a utilizarlas. (M4 líneas 230-231)

La mentoría a distancia fomentó el uso que hacían los mentorados de nuevas herramientas de comunicación digital, lo que abrió nuevas vías de participación y relación social:

Hemos aprendido a utilizar nuevas plataformas, redes sociales, de juegos... Ahora sé hacerlo de manera autónoma y me gusta, me ayuda a conocer gente. Tenemos un grupo de WhatsApp también y hablamos todos los días. (M6 líneas 233-235)

Sin embargo, el estudiantado reconoció que la mentoría por Internet tenía algunas desventajas. Uno de los aspectos más repetidos fue la pérdida de contacto social y físico:

No podemos vernos las caras, no podemos ver a otros alumnos ni profesores. La gracia de las mentorías es poder ver a la gente, ¿no? (M5 líneas 222-229)

No poder ver a la gente es complicado. Yo soy una persona muy social y para mí [el confinamiento] está siendo muy difícil, ya que el contacto físico es muy importante. Para mí ha sido una prohibición, una nueva norma, una pesadilla. (M1 líneas 232-236)

5. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Este estudio tuvo como objetivo identificar los beneficios de la mentoría dirigida a jóvenes con DID. Más en concreto, se examinaron los resultados que pueden acumularse merced a la provisión de apoyo de los mentores. La información obtenida en este estudio muestra el potencial de las intervenciones de mentoría para mejorar el bienestar socioemocional de las personas con DID.

Los participantes enfatizaron el desarrollo de una amistad con sus mentores basada en la confianza y la estima mutua. Según afirman, se sentían seguros durante los encuentros para expresar sus emociones y pensamientos, puesto que entre ellos

albergaban sentimientos de aplacamiento, confort y familiaridad. Esto sugiere que existe un vínculo emocional entre mentores y mentorados, caracterizado por un sentido de confianza (DuBois y Karcher, 2005), empatía, solidaridad y ayuda mutua (Rhodes, 2005). Como ocurre en los programas de mentoría denominados Mentor Families, en los que varias parejas mentor-mentorado forman un pequeño grupo, los participantes encontraron un espacio seguro al que pertenecer, crecer como persona y aprender (Weiler et al., 2014).

La mentoría en equipo, como se ha observado en otros programas de mentoría dirigidos a jóvenes con DID (Curtin et al., 2016; Stewart et al., 2011), mejoró las habilidades sociales de los participantes que, en el transcurso del programa, habían adquirido una mayor confianza para relacionarse con los demás. Esto les permitió socializar mejor en el trabajo y sentirse más integrados. De acuerdo con las descripciones de los jóvenes, la mentoría en equipo contribuyó a mejorar su autoestima y aceptación personal. Como demuestran Shany et al. (2013), el apoyo y el establecimiento de amistad aumentan las probabilidades de que la persona joven con discapacidad incorpore percepciones positivas y sanas sobre sí misma.

El programa de mentoría desencadenó cambios positivos relevantes en los jóvenes con DID. Durante la intervención, los participantes mejoraron el propio sentido de la eficacia y fortalecieron su autonomía. La mentoría en equipo reforzó su independencia y autodeterminación a la vez que fomentó su motivación intrínseca. Estos resultados coinciden con lo encontrado por diversos autores (Spencer et al., 2021; Gregg et al., 2016; Barnard-Brak et al., 2013; Stumbo et al., 2010; McDonald et al., 2005; Burgstahler y Cronheim, 2001), que demuestran la efectividad de la mentoría para promover la capacidad —en vez de la discapacidad— de los jóvenes con DID y desarrollar habilidades para la vida independiente, ya sean éstas interpersonales o instrumentales. Esta transformación interior es vital para lograr una inserción exitosa en el mercado laboral.

Los resultados de este estudio también demuestran el potencial de la mentoría para reducir el impacto emocional negativo —distrés— asociado a la situación excepcional de confinamiento. Este hallazgo se alinea con el consenso científico acerca de la efectividad del apoyo social para mejorar el bienestar emocional de los jóvenes potencialmente vulnerables ante otras situaciones vitales estresantes, como

pueden ser el encarcelamiento de los padres (Jarjoura, 2016), la experiencia migratoria (Sánchez-Aragón et al., 2021), el proceso de emancipación de los jóvenes extutelados (Spencer et al., 2010) o el regreso a las escuelas y comunidades después de ingresar en el sistema penal juvenil (Eddy y Schumer, 2016).

Ante la sustitución de modo abrupto de la enseñanza presencial por un escenario de aprendizaje online, impuesta por el cierre de los centros educativos a raíz de la declaración del estado de alarma, el estudiantado demostró resiliencia para adaptarse a las nuevas herramientas digitales. La mentoría por Internet tuvo un papel destacado para enfrentar la transformación digital que ha traído consigo la pandemia. De acuerdo con los jóvenes, los encuentros online de mentoría fueron clave para fomentar un mayor uso y consumo de las tecnologías. Este hallazgo coincide con los resultados de Spencer et al. (2021), que recogen la experiencia de estudiantes con discapacidad intelectual durante la etapa de confinamiento en Estados Unidos. Estos autores observaron cómo los jóvenes, con el apoyo de sus mentores, se adaptaron con éxito a los espacios de conexión virtual que reemplazan temporalmente la presencialidad.

6. CONCLUSIONES

Este estudio tuvo como objetivo identificar los beneficios de la mentoría dirigida a jóvenes con DID. Más en concreto, se examinaron los resultados que pueden acumularse merced a la provisión de apoyo de los mentores. La información obtenida en este estudio muestra el potencial de las intervenciones de mentoría para mejorar el bienestar socioemocional de las personas con DID.

Los participantes enfatizaron el desarrollo de una amistad con sus mentores basada en la confianza y la estima mutua. Según afirman, se sentían seguros durante los encuentros para expresar sus emociones y pensamientos, puesto que entre ellos albergaban sentimientos de aplacamiento, confort y familiaridad. Esto sugiere que existe un vínculo emocional entre mentores y mentorados, caracterizado por un sentido de confianza (DuBois y Karcher, 2005), empatía, solidaridad y ayuda mutua (Rhodes, 2005). Como ocurre en los programas de mentoría denominados Mentor Families, en los que varias parejas mentor-mentorado forman un pequeño grupo, los participantes

encontraron un espacio seguro al que pertenecer, crecer como persona y aprender (Weiler et al., 2014).

La mentoría en equipo, como se ha observado en otros programas de mentoría dirigidos a jóvenes con DID (Curtin et al., 2016; Stewart et al., 2011), mejoró las habilidades sociales de los participantes que, en el transcurso del programa, habían adquirido una mayor confianza para relacionarse con los demás. Esto les permitió socializar mejor en el trabajo y sentirse más integrados. De acuerdo con las descripciones de los jóvenes, la mentoría en equipo contribuyó a mejorar su autoestima y aceptación personal. Como demuestran Shany et al. (2013), el apoyo y el establecimiento de amistad aumentan las probabilidades de que la persona joven con discapacidad incorpore percepciones positivas y sanas sobre sí misma.

El programa de mentoría desencadenó cambios positivos relevantes en los jóvenes con DID. Durante la intervención, los participantes mejoraron el propio sentido de la eficacia y fortalecieron su autonomía. La mentoría en equipo reforzó su independencia y autodeterminación a la vez que fomentó su motivación intrínseca. Estos resultados coinciden con lo encontrado por diversos autores (Spencer et al., 2021; Gregg et al., 2016; Barnard-Brak et al., 2013; Stumbo et al., 2010; McDonald et al., 2005; Burgstahler y Cronheim, 2001), que demuestran la efectividad de la mentoría para promover la capacidad —en vez de la discapacidad— de los jóvenes con DID y desarrollar habilidades para la vida independiente, ya sean éstas interpersonales o instrumentales. Esta transformación interior es vital para lograr una inserción exitosa en el mercado laboral.

Los resultados de este estudio también demuestran el potencial de la mentoría para reducir el impacto emocional negativo —distrés— asociado a la situación excepcional de confinamiento. Este hallazgo se alinea con el consenso científico acerca de la efectividad del apoyo social para mejorar el bienestar emocional de los jóvenes potencialmente vulnerables ante otras situaciones vitales estresantes, como pueden ser el encarcelamiento de los padres (Jarjoura, 2016), la experiencia migratoria (Sánchez-Aragón et al., 2021), el proceso de emancipación de los jóvenes extutelados (Spencer et al., 2010) o el regreso a las escuelas y comunidades después de ingresar en el sistema penal juvenil (Eddy y Schumer, 2016).

Ante la sustitución de modo abrupto de la enseñanza presencial por un escenario de aprendizaje online, impuesta por el cierre de los centros educativos a raíz de la declaración del estado de alarma, el estudiantado demostró resiliencia para adaptarse a las nuevas herramientas digitales. La mentoría por Internet tuvo un papel destacado para enfrentar la transformación digital que ha traído consigo la pandemia. De acuerdo con los jóvenes, los encuentros online de mentoría fueron clave para fomentar un mayor uso y consumo de las tecnologías. Este hallazgo coincide con los resultados de Spencer et al. (2021), que recogen la experiencia de estudiantes con discapacidad intelectual durante la etapa de confinamiento en Estados Unidos. Estos autores observaron cómo los jóvenes, con el apoyo de sus mentores, se adaptaron con éxito a los espacios de conexión virtual que reemplazan temporalmente la presencialidad.

7. BIBLIOGRAFIA

- AMADO, A. N., STANCLIFFE, R. J., MCCARRON, M. y McCALLION, P. (2013). Social inclusion and community participation of individuals with intellectual/developmental disabilities. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 51(5), 360–375. <https://doi.org/10.1352/1934-9556-51.5.360>
- ASSELT-GOVERTS, A. E., EMBREGTS, P. J. C. M. y HENDRIKS, A. H. C. (2015). Social networks of people with mild intellectual disabilities: characteristics, satisfaction, wishes and quality of life. *Journal of Intellectual disabilities Research*, 59(5), 450–461. <https://doi.org/10.1111/jir.12143>
- BARNARD-BRAK L., SCHMIDT M., WEI T., HODGES T. y ROBINSON E. L. (2013). Providing postsecondary transition services to youth with disabilities: results of a pilot program. *Journal of Postsecondary Education and Disability*, 26(2):135-14.
- BELL, E. C. (2010). Mentoring transition-age youth with blindness. *The Journal of Special Education*, 46(3), 170-179. <https://doi.org/10.1177/0022466910374211>
- BOWERS, E. P., WANG, J., TIRRELL, J. M. y LERNER, R. M. (2015). A cross-lagged model of the development of mentor–mentee relationships and

intentional self-regulation in adolescence. *Journal of Community Psychology*, 44(1), 118-138. <https://doi.org/10.1002/jcop.21746>

BURGSTAHLER, S. y CRONHEIM, D. (2001). Supporting peer-peer and mentor-protégé relationships on the Internet. *Journal of Research on Technology in Education*, 34(1), 59-74. <https://doi.org/10.1080/15391523.2001.10782334>

CLARO, A. y PERELMITER, T. (2021). The effects of mentoring programs on emotional well-being in youth: A meta-analysis. *Contemporary School Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s40688-021-00377-2>

CORDERO, G. V. (2012). Régimen jurídico del empleo de las personas con discapacidad. Valencia: Tirant lo Blanch.

COURTENAY, K. y PERERA, B. (2020). COVID-19 and people with intellectual disability: impacts of a pandemic. *Irish Journal of Psychological Medicine*, 37(3), 231-236. <https://doi.org/10.1017/ipm.2020.45>

CURTIN, C., HUMPHREY, K., VRONSKY, K., MATTERN, K., NICASTRO, S., y PERRIN, E.C. (2016). Expanding horizons: A pilot mentoring program linking college/graduate students and teens with ASD. *Clinical Pediatrics*, 55(2), 150–156. <https://doi.org/10.1177/0009922815588821>

DeWIT, D. J., DUBOIS, D., ERDEM, G., LAROSE, S. y LIPMAN, E. L. (2016). The role of program-supported mentoring relationships in promoting youth mental health. Behavioral and Developmental Outcomes. *Prevention Science*, 17(5), 646–657. <https://doi.org/10.1007/s11121-016-0663-2>

DOLAN, P. y BRADY, B. (2015). Mentoría de menores y jóvenes: Guía práctica. Madrid: Narcea Ediciones.

DuBOIS, D. L., HOLLOWAY, B. E., VALENTINE, J. C. y COOPER, H. (2002). Effectiveness of mentoring programs for youth: A metaanalytic review. *American Journal of Community Psychology*, 30(2), 157–197. <https://doi.org/10.1023/A:1014628810714>

DuBOIS, D. L. y KARCHER, M. J. (2005). Youth Mentoring: Theory, Research and Practice. En D. L. DuBois y M. J. Karcher (Eds.), *Handbook of Youth Mentoring* (2-11). Thousand Oaks, CA: Sage

- DuBOIS, D. L., PORTILLO, N., RHODES, J. E., SILVERTHORN, N. y VALENTINE, J. C. (2011). How effective are mentoring programs for youth? A systematic assessment of the evidence. *Psychological Science in the Public Interest*, 12(2): 57-91. <https://doi.org/10.1177/1529100611414806>
- EDDY, J. M. y SCHUMER, J. (2016) Mentoring for youth and young adults during reentry from confinement. National Mentoring Resource Center. <https://nationalmentoringresourcecenter.org/resource/mentoring-for-youth-and-young-adults-during-reentry-from-confinement/>
- ERDEM, G. y KAUFMAN, M. R. (2020). Mentoring for preventing and reducing substance use and associated risks among youth. Boston, MA: National Mentoring Resource Center Outcome Review. <https://nationalmentoringresourcecenter.org/resource/mentoring-for-preventing-and-reducing-substance-use-and-associated-risks-among-youth/>
- GARCÍA, I., ORTEGA, E., SANZ, R. y ZALAKAÍN, J. (2020). El impacto de la pandemia COVID-19 en las personas con discapacidad. Madrid: Real Patronato sobre Discapacidad y Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030. <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Impacto-pandemia-personas-discapacidad.pdf>
- GREGG N., GALYARDT A., WOLFE G., MOON N. y TODD R. (2016). Virtual mentoring and persistence in STEM for students with disabilities. *Career Development and Transition for Exceptional Individuals*, 40(4), 205-214. <https://doi.org/10.1177/2165143416651717>
- HELLER, S. B., SHAH, A. K., GURYAN, J., LUDWIG, J., MULLAINATHAN, S. y POLLACK, H.A. (2017). Thinking, fast and slow? Some field experiments to reduce crime and dropout in Chicago. *The Quarterly Journal of Economics*, 132, 1–54. <https://doi.org/10.1093/qje/qjw033>
- HERRERA, C., GROSSMAN, J. B., KAUFMAN, T. J., FELDMAN, A. F. y McMAKEN, J. (2007). Making a Difference in Schools: The Big Brothers Big Sisters School-Based Mentoring Impact Study. Philadelphia, PA: Public/Private Ventures.

- JARJOURA, G. R. (2016). Mentoring for children of incarcerated parents: National Mentoring Resource Center. Washington DC: National Mentoring Research Center.
- JOLLIFFE, D. y FARRINGTON, D. P. A rapid evidence assessment of the impact of mentoring re-offending: A summary. Cambridge University: Home Office Online Report 11/07.
- KAUFMAN, M. (2017). E-mentoring: National mentoring resource center model review. National Mentoring Resource Center. <https://nationalmentoringresourcecenter.org/resource/e-mentoring-model/>
- LINDSAY, S., HARTMAN L. R. y FELLIN M. (2016). A systematic review of mentorship programs to facilitate transition to post-secondary education and employment for youth and young adults with disabilities. *Disability and Rehabilitation*, 38(14), 1329-1349. <https://doi.org/10.3109/09638288.2015.1092174>
- LINDSAY S., MCDOUGALL C., MENNA-DACK D., SANFORD, R. y ADAMS, T. (2015). An ecological approach to understanding barriers to employment for youth with disabilities compared to their typically developing peers: views of youth, employers, and job counselors. *Disability and Rehabilitation*, 37(8):701-711. <https://doi.org/10.3109/09638288.2014.939775>
- LINDSAY S. y McPHERSON A.C. (2012). Experiences of social exclusion and bullying at school among children and youth with cerebral palsy. *Disability and Rehabilitation*, 34(2), 101-109. <https://doi.org/10.3109/09638288.2011.587086>
- LINDSAY S., KOLNE K. y CAGLIOSTRO E. (2018). Electronic mentoring programs and interventions for children and youth with disabilities: Systematic Review. *JMIR Pediatrics and Parenting*, 1(2):e11679. <https://doi.org/10.2196/11679>
- MARINO, C., SANTINELLO, M., LENZI, M., SANTORO, P., BERGAMIN, M., GABOARDI, M., CALCAGNÌ, A., ALTOÈ, G. y PERKINS, D.D. Can mentoring promote self-esteem and school connectedness? An evaluation of the Mentor-UP project. *Psychosocial Intervention*, 29(1), 1-8. <https://doi.org/10.5093/pi2019a13>

- MCDONALD, K. E, BALCAZAR, F. E. y KEYS, C. B. (2005). Youth with disabilities. En D. L. DuBois y M. J. Karcher (Eds.), *Handbook of Youth Mentoring* (pp. 493–507). Thousand Oaks, CA: SAGE.
- NAVAS, P., VERDUGO, M. A., AMOR, A. M., CRESPO, M. y MARTÍNEZ, S. (2020). COVID-19 y discapacidades intelectuales y del desarrollo: impacto del confinamiento desde la perspectiva de las personas, sus familiares y los profesionales y organizaciones que prestan apoyo. Madrid: Plena inclusión España e Instituto Universitario de Integración en la Comunidad (INICO), Universidad de Salamanca.
- NOE, R. A. (1988). An investigation of the determinants of successful assigned mentoring relationships. *Personnel Psychology*, 41(3), 457-479. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1988.tb00638.x>
- OBEROI, A. K. (2016). Mentoring for first-generation immigrant and refugee youth. Boston, MA: National Mentoring Resource Center. <https://nationalmentoringresourcecenter.org/resource/mentoring-for-first-generation-immigrant-and-refugee-youth/>
- O'MALLY, J. y ANTONELLI, K. (2016). The effect of career mentoring on employment outcomes for college students who are legally blind. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 110(5), 295-307 <https://doi.org/10.1177/0145482X1611000502>
- PARMENTER, T. (2011). Promoting training and employment opportunities for people with intellectual disabilities: International experience. International Labour Office; Skills and Employability Dept. Geneva: Employment working paper, 103.
- RHODES, J. E. (2005). A Model of Youth Mentoring. En D. L. DuBois y M. J. Karcher (Eds.), *Handbook of Youth Mentoring* (pp. 30-43). Thousand Oaks, CA: Sage
- SCHARLE, Á. y CSILLAG, M. (2016). Disability and labour market Integration. Luxembourg. Publications Office of the European Union.

- SHANY, M., WIENER, J. y ASSIDO, M. (2013). Friendship predictors of global self-worth and domain-specific self-concepts in university students with and without learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 46(5): 444–452. <https://doi.org/10.1177/0022219412436977>
- SHEM, K., MEDEL, R., WRIGHT, J., KOLAKOWSKY-HAYNER, S. A. y DUONG, T. (2011). An investigation of the determinants of successful assigned mentoring relationships. *Spinal Cord*, 49, 544-548. <https://doi.org/10.1038/sc.2010.166>
- SPENCER, P., VAN HANEGHAN, J. P., BAXTER, A., CHANTO-WETTER, A., y PERRY, L. (2021). It's ok, mom. I got it!: Exploring the experiences of young adults with intellectual disabilities in a postsecondary program affected by the COVID-19 pandemic from their perspective and their families' perspective. *Journal of Intellectual Disabilities*, 25(3), 405-414.
- SPENCER, R., COLLINS, M. E., WARD, R., y SMASHNAYA, S. (2010). Mentoring for young people leaving foster care: promise and potential pitfalls. *Social work*, 5(3), 225-234. <https://doi.org/10.1093/sw/55.3.225>
- STEWART, M., BARNFATHER, A., MAGILL-EVANS, J., RAY, L. y LETOURNEAU, N. (2011). Brief report: An online support intervention: perceptions of adolescents with physical disabilities. *Journal of Adolescence*, 34(4), 795–800. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.04.007>
- STUMBO, N. J., MARTIN, J. K., NORDSTROM, D., ROLFE, T., BURGSTAHLER, S., WHITNEY, J., LANGLEY-TURNBAUGH, S., LOVEWELL, L., MOELLER, B., LARRY, R. y MISQUEZ, E. (2010). Evidence-based practices in mentoring students with disabilities: Four case studies. *Journal of Science Education for Students with Disabilities*, 14(1), 33–54.
- SWORD C. y Hill, K. (2003). Creating mentoring opportunities for youth with disabilities: issues and suggested strategies. *American Rehabilitation*, 27(1), 14-17.
- WEILER, L. M., ZIMMERMAN, T. S., HADDOCK, S., y KRAFCHICK, J. (2014). Understanding the experience of mentor families in therapeutic youth mentoring. *Journal of Community Psychology*, 42(1), 80-98. <https://doi.org/10.1002/jcop.21595>