

GUIA PEL MENTORING

Diga'm i oblidaré, ensenya'm i podré recordar, implica'm i aprendré. (Benjamin Franklin)

[Què és el mentoring?](#)

[Rol i responsabilitats del mentor](#)

[Rol i responsabilitats del mentee](#)

[Funcionament del programa](#)

[Full de sol·licitud pel mentee](#)

[Agreement mentor-mentee](#)

1. Què és el mentoring?

El MENTORING és una via personalitzada per a contribuir al desenvolupament acadèmic, personal i professional, que es dona entre dues persones mentor-mentee i que ajuda als mentees (estudiants, graduats, Alumni) a desenvolupar més ràpidament capacitats i experiències que els seran útils pel seu futur professional.

El terme mentoring té les seves arrels en l'antiga mitologia grega, on Ulisses, amic de Méntor, va designar a aquest últim per exercir com a mestre, model i conseller del seu fill perquè aquest pogués exercir les funcions com a futur rei. En l'actualitat el terme, no presenta canvis rellevants en referència a la seva finalitat.

Així doncs, son relacions que aporten un benefici mutu, que no estan subjectes a judici, organitzades per tercers, que es desenvolupen quan les persones voluntàriament ofereixen el seu temps per donar a suport i encoratjar a d'altres que es troben en una situació d'aprenentatge, compartint experiències i coneixements, durant un període significatiu ja sigui determinat o perllongat en el temps.

2. Rol i responsabilitats del mentor

La seva funció principal és proporcionar orientació i suport al mentee en base a les necessitats particulars de desenvolupament professional. És, un professional compromès de manera altruista amb el desenvolupament del potencial del mentee, amb desig de compartir i vocació d'aprendre. Durant la relació, el mentor farà totes o algunes de les següents funcions:

- Actuar, com a model a seguir en base a la seva experiència professional.
- Facilitar, el desenvolupament professional
- Gaudir, de l'oportunitat de transmetre el seu coneixement i saber a futurs professionals que estan iniciant la seva trajectòria.

- Donar, consells i orientació, compartir idees i retroalimentar.
- Compartir, informació sobre “regles no escrites” per l’èxit, dins l’entorn de les institucions.
- Proporcionar suport, si s’escau, per assumptes personals.
- Identificar, els recursos per ajudar a reforçar el desenvolupament personal i el creixement en la carrera professional.
- Ampliar, la xarxa de contactes del mentee.
- Buscar, oportunitats per una major visibilitat del mentee, si s’escau.
- Crear, metes amb fites i resultats.
- Avaluar, el progrés.
- Seguir, el seu mentee quan aquest arriba als seus objectius.

3. Rol i responsabilitats del mentee

Establir i conrear una relació de mentoring fructífera, en gran mesura, està en mans del mentee, ja que és qui millor coneix els seus propis objectius i expectatives i els pot comunicar amb claredat amb el seu mentor per així poder obtenir beneficis. El mentee ideal té:

- Actitud positiva, per produir resultats millors i més sostenibles
- Respecte i seriositat en la relació
- Voluntat i curiositat per aprendre
- Honestat
- Comunicació eficaç i retroalimentació
- Confiança
- Cerca de reptes
- Motivació per l’èxit
- Pren la iniciativa
- Accepta la responsabilitat personal

El mentee ha de conèixer que espera guanyar en la relació a curt i a llarg termini. Ha de demanar qualsevol necessitat especial o característica en la relació que cregui que s’ha de considerar.

4. Funcionament del programa

Els estudiants i Alumni que vulguin participar en les accions de mentoring, han de complimentar el full de sol·licitud del mentee, definint amb claredat i concreció els apartats que conté i han d’enviar-lo escanejat i signat a euroaccio@uab.cat.

Des de Treball Campus es valorarà la petició en base als criteris següents:

- Claredat en l’exposició de motius
- Situació acadèmica de la persona interessada
- Opcions reals de pràctiques i/o feina
- Participació en altres accions del programa

Un cop valorada la petició, s'informarà a la persona interessada i si s'escau, es proposarà la candidatura als mentors més afins, o bé pels estudis d'origen, o bé per l'expertesa del mentor en l'àmbit professional que es proposa.

Un cop el mentor aprovi la proposta, es completarà i signarà per ambdues parts l'Acord mentor-mentee i després es podrà iniciar el mentoring. Treball Campus farà el seguiment del pla establert i l'avaluació final dels participants.

5. Full de sol·licitud pel mentee

Si et plau, complimenta a l'ordinador tota la informació de la manera més clara possible per trobar-te el mentor més apropiat.

DADES PERSONALS

Nom i cognoms: _____

Nom dels estudis: _____

Facultat o centre: _____

Situació acadèmica: _____

Correu electrònic: _____

Telèfon mòbil de contacte: _____

Adreça perfil de LinkedIn: _____

Adreça Skype: _____

QUIN ÉS EL TEU PERFIL (marca la casella)

- Voldria iniciar la meva trajectòria a les institucions europees
- Iniciaré properament, una estada de pràctiques a les institucions
- Estic en un procés de selecció de l'EPSO (Oficina Europea de Selecció de Personal)

CONCRECIÓ D'OBJECTIUS PROFESSIONALS I EXPECTATIVES

Explica breument (màxim 1.200 caràcters per apartat):

- a) Quins són els teus objectius i interessos professionals?

- b) Descriu tres objectius específics que esperes aconseguir amb el programa de mentoring

c) Àrees professionals preferents?

d) Que n'espero del meu mentor?

e) Com i en quin grau vull interaccionar amb el mentor? (Proposta de freqüència, durada, lloc i canal de les reunions o trobades)

f) Que puc oferir a canvi?

Signatura:

Lloc i data.

6. Agreement mentor-mentee

El present acord té per objecte proporcionar un marc a la relació de mentoring. Cada part ha de guardar una còpia d'aquest acord i fer tots els esforços per complir-ne els termes descrits.

Mentor:

Nom i cognoms:

Adreça electrònica:

Telèfon mòbil

Mentee:

Nom i cognoms:

Adreça electrònica:

Telèfon mòbil

ACORDEN:

Freqüència de la comunicació: (setmanal, mensual, bimensual): _____

Dia de la setmana de comunicació: _____ de ____ a ____ hores.

Durada del mentoring (tres mesos, sis mesos, un any): _____

La forma de comunicació serà a través de (trucades, correus electrònics, Skype, trobades, etc.):

Els tres objectius específics acordats, són:

1. _____
2. _____
3. _____

Ens comprometem a atendre les peticions de seguiment i avaluació que des de la UAB es requereixin.

Confidencialitat: Estem d'acord en mantenir tot el que es digui i faci en la relació de mentoring de manera confidencial.

Signatura mentor

Signatura mentee