

Programa
Shadowing

Guía del Mentor/a



UVocupació
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

índice

Pág. 3 | Objetivo del programa

Pág. 4 | ¿Qué es ser mentor o mentora?

Pág. 4 | ¿Qué es un/a *mentee*?

Pág. 5 | Requisitos del mentor o la mentora

Pág. 6 | Responsabilidades del mentor o la mentora

Pág. 7 | Beneficios para el mentor o la mentora

Pág. 8 | Asignación mentor/mentora - *mentee*

Pág. 9 | Etapas del proceso de mentorización

Pág. 11 | Consejos

Objetivo del programa

El Programa Shadowing tiene como objetivo que, profesionales en activo (egresados/das de la Universitat de València o que tengan vinculación con ella), de manera voluntaria, orienten, guíen y aconsejen a estudiantes de último curso de grado y/o estudiantes de postgrado oficial de la Universitat de València en su inserción profesional y/o desarrollo de carrera, ofreciéndoles asesoramiento personalizado sobre diversos temas, a través de la transferencia de experiencias, conocimientos y vivencias generadas por los mentores y las mentoras.

¿Qué es ser mentor o mentora?

El mentor o la mentora es un/una profesional de experiencia que transfiere su conocimiento a personas con menos experiencia. Es modelo, fuente de inspiración, estimula la superación, asesora y ejerce influencia positiva en el/la *mentee*.

Dentro del programa Shadowing, puede ser mentor o mentora un/a egresado/a de la Universitat de València, o una persona vinculada con ella, que de manera voluntaria quiera compartir su trayectoria y experiencia profesional con el/la *mentee* haciéndole partícipe de vivencias de su trayectoria profesional, habilidades y competencias, planes de futuro o emprendimiento, etc.

Es importante destacar que el objetivo del mentor o la mentora no es actuar como un/a coach profesional o reclutador/a, sino transferir a su *mentee*, durante el proceso de mentorización, conocimientos, experiencias y habilidades que le van a ser útiles en su desarrollo profesional: asertividad, capacidad de motivar, capacidad de transmitir, escucha activa, empatía, etc.

¿Qué es un/a *mentee*?

El/la *mentee* es un/a estudiante de último curso de grado y/o de postgrado oficial de la Universitat de València que busca aprender, crecer y mejorar en su inserción profesional y/o desarrollo de carrera, y cuenta con el apoyo y consejo de un mentor o una mentora, profesional en activo con experiencia, al menos, en un ámbito concreto.

Requisitos del mentor o la mentora

El mentor o la mentora, deberá ser un/una profesional con mínimo cinco (5) años de experiencia profesional acreditable.

Deberá ser egresado/a de la Universitat de València o estar vinculada/o a ella.

El mentor o la mentora deberá tener en cuenta que:

_La información que se maneje, deberá ser utilizada únicamente con el propósito de mejorar la educación y el desarrollo profesional de los y las estudiantes.

_Tratar toda la información generada a lo largo del proceso de acompañamiento de forma confidencial y reservada, adoptando las medidas necesarias para ello.

_No utilizar la información para otros fines señalados que no sean los recogidos en esta guía y las bases del programa.



Responsabilidades del mentor o la mentora

Las sesiones con el/la *mentee*, se desarrollarán teniendo en cuenta los objetivos, necesidades y prioridades que presente.

Cada mentor o mentora realiza su labor de la forma que estime conveniente. En cualquier caso, es aconsejable que indique al estudiante:

_Cómo preparar un currículum, gestionar sus contactos y visualizar en redes sociales profesionales su perfil.

_Orientación para la realización de futuras entrevistas.

_Guiar en la selección de cursos de formación adecuados para su perfil, como reciclaje formativo.

_Perfiles profesionales más demandados en su ámbito: informar sobre los requisitos y valorar el grado de adecuación con el perfil del/de la *mentee*.

_Analizar puntos fuertes y áreas de mejora: estimular la reflexión y el auto-conocimiento

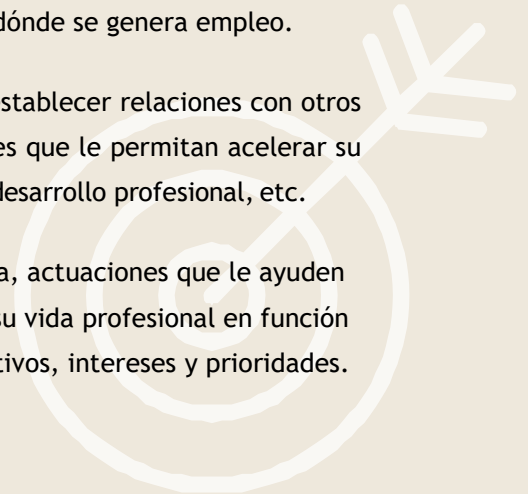
para que conozca sus habilidades, competencias, actitudes, motivaciones y expectativas.

_Identificar opciones profesionales que mejor se ajusten al perfil del/de la *mentee*.

_Orientar sobre tendencias de futuro y yacimientos de empleo: hacia dónde tiende el sector y dónde se genera empleo.

_Ayudar a establecer relaciones con otros profesionales que le permitan acelerar su proceso de desarrollo profesional, etc.

En definitiva, actuaciones que le ayuden a conducir su vida profesional en función de sus objetivos, intereses y prioridades.



Beneficios para el mentor o la mentora

Es una experiencia gratificante, una forma de colaborar con la Universitat de València, en la que se ha formado académicamente o con la que mantiene o ha mantenido algún tipo de vínculo.

- ✓ Posibilidad de realizar *networking* compartiendo experiencias.
- ✓ Devolver a la sociedad parte de lo que la sociedad le ha dado, permitiendo transferir al estudiantado sus conocimientos.
- ✓ Aprovechar las sinergias de colaboración con el servicio de empleo, UVocupació, de la Universitat de València.
- ✓ Transmitir experiencia profesional, aconsejar y contribuir al desarrollo de su *mentee*.
- ✓ Aumentar el espectro profesional de su *mentee* en las áreas que desarrolla su actividad profesional.
- ✓ Generación de vínculos entre mentor y *mentee*, que permiten hacer crecer su red de contactos.
- ✓ Identificar talento universitario contando con estudiantes cada vez mejor preparados, etc.



Asignación de mentores o mentoras a estudiantes

1. En primer lugar, los y las estudiantes participantes en el programa, deberán inscribirse mediante el canal o canales que se indiquen en las bases de la correspondiente convocatoria.
2. Los y las estudiantes podrán consultar el listado de los mentores y las mentoras, donde encontrarán su perfil y una breve reseña profesional. La información se aloja en la web del servicio de empleo de la Universitat de València, UVocupació, en el apartado destinado al programa Shadowing.
3. En base, entre otros, a las características de los y las mentores y mentoras, a la tipología de titulaciones presentadas por los y las participantes y, en su caso, a las preferencias manifestadas por el/la *mentee*, el servicio UVocupació realizará la asignación final mentor/a-*mentee*.

Correo de asignación de mentor o mentora

Antes de iniciar el periodo oficial de la 1ª sesión de mentoría, el/la *mentee* recibirá su correo de asignación de su mentor o mentora adjudicado.

En el correo de asignación se incluirán los datos básicos de su mentor/a (nombre completo, correo electrónico, empresa/entidad donde trabaja, el cargo que ostenta y el perfil de LinkedIn si dispone). En el correo se pondrá en copia visible a su mentor/a para que esté informado y, se incluirán recomendaciones sobre cómo realizar el primer contacto con su mentor o mentora a través de correo electrónico.

Una vez recibido el correo de asignación, el/la *mentee* deberá, en un plazo máximo recomendable de una semana, contactar con su mentor o mentora adjudicado para iniciar el proceso de mentoría.

Etapas del proceso de mentorización

1. Inicio relación mentor/a - mentee

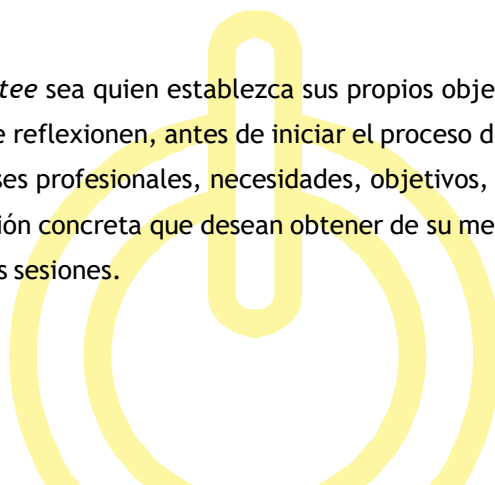
Previamente el/la *mentee*, y antes de las sesiones, debe establecerse unos objetivos, prioridades y necesidades que quiera trabajar en la mentorización. El primer contacto entre mentor/a y *mentee* es importante y clave para sentar las bases y afianzar la relación entre el mentor o la mentora y su *mentee*, de este modo, el proceso de mentorización se desarrollará correctamente encaminado a conseguir unos objetivos claros y concisos.

2. Presentación *mentee-mentor/a*

Una vez realizada la asignación mentor/a - *mentee*, se debe establecer antes de la 1ª sesión, un primer contacto como presentación. El/la *mentee* debe contactar con su mentor o mentora, vía correo electrónico, y realizar una primera presentación y toma de contacto, indicando qué espera conseguir con la mentorización e informándole del calendario del programa para realizar las sesiones de mentoría y, de este modo, establecer conjuntamente la fecha para la primera sesión. Le indicamos al estudiante que es conveniente, en este primer contacto, enviar a su mentor/a adjudicado/a, una carta de motivación, currículum vitae y/o perfil de LinkedIn si dispone.

3. Establecer objetivos

Es conveniente que el/la *mentee* sea quien establezca sus propios objetivos en este proceso. En este sentido, se les recomienda que reflexionen, antes de iniciar el proceso de mentorización y las sesiones de mentoría, sobre sus intereses profesionales, necesidades, objetivos, inquietudes, etc., y que tengan preparada la información concreta que desean obtener de su mentor o mentora para que saquen el máximo partido a las sesiones.



4. Sesiones con el/la *mentee*

Se realizarán un **mínimo de 2 sesiones** de mentoría dentro del periodo marcado en el calendario de la edición correspondiente del programa. Las sesiones podrían ampliarse según las necesidades que presente el/la *mentee* y, dependiendo de la disponibilidad que tenga su mentor o mentora, siempre y cuando se realicen dentro del periodo establecido.

Las sesiones se realizarán en **formato presencial y/u online**. El **día/hora de la sesión** lo establecerán conjuntamente el mentor o mentora y su *mentee*.

5. Evaluación

Tras finalizar el proceso de mentorización y las sesiones establecidas en el programa, el mentor/a deberá cumplimentar un formulario final que se le enviará por correo electrónico.

El objetivo del mismo es conocer el grado de satisfacción de la acción de mentoría realizada y sobre el o la *mentee* adjudicado/a. Esta información sirve para identificar principales puntos fuertes y aspectos de mejora, lo que nos puede permitir plantear propuestas de actuación que conduzcan a la optimización del programa en futuras convocatorias.

Consejos

_Aborde cada orientación con un enfoque distinto.

_Establece expectativas en conjunto desde el principio.

_Tenga un interés genuino en su *mentee* como persona.

_Tome nota de las áreas en las que quiere crecer su *mentee* y siempre busque oportunidades para guiarlo.

_Trabaje con su *mentee* como si fuera a ser su mentor de continuo. Esa mentalidad hará que le sea más fácil proporcionarle una guía a largo plazo y le ayudará a tomar decisiones que irán más allá de la orientación que tenga con usted.

_Sea un modelo positivo. Su *mentee* puede aprender mucho de usted al observar su comportamiento.

_Es importante también compartir errores y/o fracasos. Se trata de información útil para resolver un problema y ayuda a mejorar la confianza con el/la *mentee*, le anima a poder compartir sus propios errores y fortalece la relación en general.

_Celebre los éxitos y logros de su *mentee*, de esta forma aumenta su seguridad, refuerza el buen comportamiento y lo mantiene enfocado y motivado, etc.

UVocupació

VNIVERSITAT DE VALÈNCIA



Programa Shadowing

shadowing@uv.es

963 864 467 Ext. 64467

Amadeu de Savoia, 4 - 1a. 46010 València

www.uv.es/uvocupacio

