



Shadowing

Programa Shadowing

FITXA DEL MENTORAT/MENTORADA

La teua mentoria comença ací

Aquesta fitxa ajudarà el teu mentor o mentora a conèixer-te abans de la vostra primera sessió. Dedica uns minuts a reflexionar sobre el teu punt de partida, els teus interessos i què esperes aconseguir perquè la mentoria pugui adaptar-se millor a les teues necessitats i objectius.

EL TEU PERFIL → EL TEU PUNT DE PARTIDA → ELS TEUS OBJECTIUS → LA TEUA MENTORIA

1

CONEIX-ME

La informació essencial perquè el teu mentor/a sàpia qui eres.

Nom i cognoms

Correu electrònic de contacte

Telèfon de contacte

Quina titulació cures?

Quin tipus de màster cures actualment a la Universitat de València?

Màster oficial

Màster de formació permanent (títol propi)

Perfil de LinkedIn (opcional)

Inclou l'URL del teu perfil, si en disposes.

Quina és la teua situació actual?

Selecciona l'opció que descriga millor la teua situació.

Estic estudiant i actualment no treballo

Estic estudiant i fent pràctiques

Estic estudiant i treballant en un àmbit relacionat amb la meua formació

Estic estudiant i treballant en un àmbit diferent de la meua formació

Una altra situació

Si has marcat «Una altra situació», indica-la:

2

EL MEU PUNT DE PARTIDA

La teua trajectòria, la teua motivació i cap a on vols avançar.



Shadowing

Quina experiència tens fins ara?

Pràctiques, ocupació, projectes, investigació, voluntariat o altres experiències rellevants.

Per què has decidit participar en el Programa Shadowing?

Conta'ns què t'ha portat a sol·licitar una mentoria i què esperes d'aquesta experiència.

Quin és el teu principal objectiu professional en aquest moment?

Selecciona una única opció: la que represente millor la teua prioritat actual.

Trobar la meua primera ocupació relacionada amb la meua formació

Millorar o canviar la meua situació professional actual

Preparar el meu accés a l'ocupació pública

Continuar la meua formació o especialització

Orientar-me cap a la docència o la investigació

Un altre

Fer pràctiques professionals

Explorar possibles eixides professionals

Emprendre o desenvolupar una idea de negoci

Explorar oportunitats internacionals

Encara no tinc clar el meu objectiu professional

Si has marcat «Un altre», indica'l

Mirant una mica més endavant...

Què t'agradaria haver aconseguit o tindre més clar en els pròxims 6-12 mesos?

3

QUÈ M'AGRADARIA TREBALLAR?

Selecciona els temes en què t'agradaria rebre orientació.

Definir o aclarir el meu objectiu professional

Millorar el meu currículum vitae

Preparar processos de selecció i entrevistes

Desenvolupar la meua xarxa de contactes (networking)

Accés a l'ocupació pública

Docència

Pràctiques professionals

Treball o pràctiques a l'estranger

Conèixer eixides professionals relacionades amb la meua formació

Millorar el meu perfil i ús professional de LinkedIn

Eines i canals de cerca d'ocupació

Formació i especialització

Emprenedoria i autoocupació

Investigació

Voluntariat

Un altre



3

LES MEUES PRIORITATS

De tots els temes seleccionats, assenyala els tres que més t'agradaria treballar.

1. La meua prioritat principal

2. També m'agradaria treballar

3. Si tenim oportunitat, m'agradaria abordar

4

PERQUÈ EL MEU MENTOR/A EM CONEGA MILLOR

Les meues forteses

Quins coneixements, habilitats, actituds o experiències destacades de tu?

M'agradaria millorar en...

Quin aspecte del teu desenvolupament professional t'agradaria millorar especialment?

5

PREPAREM LA NOSTRA PRIMERA SESSIÓ

Si pogueres eixir de la primera sessió amb una qüestió més clara, quina t'agradaria que fora?

Hi ha alguna pregunta concreta que t'agradaria fer al teu mentor o mentora?



Shadowing

Quin horari acadèmic tens actualment?

Pots seleccionar més d'una opció.

☐ Matins

☐ Vesprades

☐ Matins i vesprades

☐ Només faig pràctiques externes

☐ Actualment no tinc classes lectives

Quines franges horàries tens disponibles?

La disponibilitat final s'acordarà també amb el teu mentor/a.

☐ Matins (09:00-14:00)

☐ Migdia (14:00-16:00)

☐ Vesprades (16:00-20:00)

☐ M'és indiferent

Com prefereixes fer les sessions?

☐ Presencial

☐ Videotrucada

☐ Telèfon

☐ M'és indiferent

El meu compromís amb la mentoria

- Preparar prèviament les sessions.
- Assistir amb puntualitat i avisar amb antelació si sorgeix algun imprevist.
- Participar activament i plantejar les qüestions que desitge treballar.
- Realitzar les accions o tasques que acordem durant la mentoria.
- Mantindre una comunicació respectuosa i professional.
- Respectar el temps i la disponibilitat del meu mentor o mentora.

He llegit i accepto els compromisos associats a la meua participació en el Programa Shadowing.

Hi ha alguna cosa més que vulgues contar al teu mentor/a? (opcional)

Abans d'enviar la fitxa

☐ He emplenat la informació sol·licitada.

☐ Adjuntaré el meu currículum vitae actualitzat.

☐ He inclòs el meu perfil de LinkedIn, si en dispose.

PROTECCIÓ DE DADES PERSONALS

RESPONSABLE DEL TRACTAMENT: Universitat de València

ENCARREGAT DEL TRACTAMENT: Fundació Universitat – Empresa de València (Consell Social de la Universitat de València. Estudi General de València) de la Comunitat Valenciana, mitjà propi de la UV que gestiona el servei universitari UVocupació.

FINALITAT I BASE LEGAL:

- Gestionar el Programa. La base legal és el tractament necessari per a l'execució d'un contracte conforme a l'article 6.1.b) RGPD
- Amb autorització prèvia, es podran captar i gravar imatges de les persones participants per a la promoció del programa. La base legal del tractament és el consentiment de les persones participants en el Programa conforme a l'article 6.1.a) RGPD.

LEGITIMACIÓ DEL TRACTAMENT: consentiment de les persones que hi participen.

COMUNICACIÓ DE DADES: se cediran les dades estrictament necessàries en els supòsits i per a les finalitats següents:

Les cessions de dades legalment establides

- Respecte als mentors i mentores del Programa: les dades personals dels/de les participants (nom, cognoms, correu electrònic, telèfon, currículum vitae, perfil de LinkedIn i carta de presentació/motivació) es podran cedir als/a les mentors/es per a la gestió de la mentoria.

GARANTIA DE DRETS: Les persones interessades podran exercir els seus drets d'accés, rectificació, supressió, limitació del tractament, oposició, així com el dret a la portabilitat mitjançant l'enviament d'un correu electrònic a dades@adeituv.es. Assumpte: Programa Shadowing.

CONSERVACIÓ DE LES DADES: Les dades es conservaran durant el termini legalment establert.

MÉS INFORMACIÓ: a través de: <https://www.adeituv.es/politica-privacidad/>.

He llegit i accepto la política de protecció de dades.