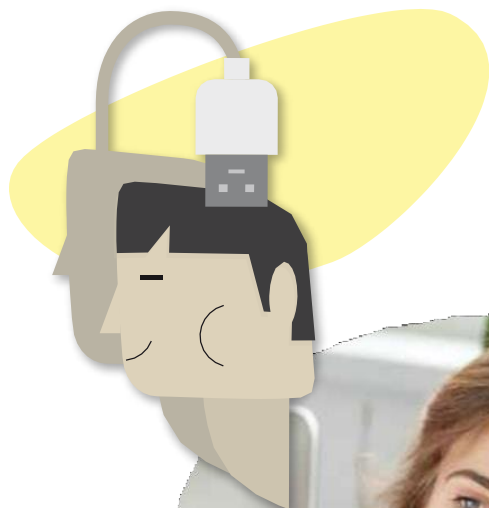


Guía del mentor y la mentora

Orientación profesional · Desarrollo de carrera · Acompañamiento



UVocupació
VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

UNA GUÍA PARA SU PARTICIPACIÓN

Conozca el programa, prepare sus encuentros y acompañe al estudiantado durante cada etapa de la mentoría.

Contenido de la guía

Cuatro bloques para consultar el programa y su recorrido como mentor o mentora.

CONOZCA EL PROGRAMA

Objetivo · Qué significa ser mentor/a · Perfil del estudiantado · Requisitos · Responsabilidades · Beneficios

SU PARTICIPACIÓN

Asignación · Comunicación de la asignación · Primer contacto

DESARROLLO DE LA MENTORÍA

Preparación · Orientación previa · Sesiones · Acompañamiento · Consejos

CIERRE Y RECONOCIMIENTO

Evaluación final · Certificado de participación

RECORRIDO EN CINCO ETAPAS

1. Preparación → 2. Orientación previa del estudiantado → 3. Asignación y contacto → 4. Sesiones → 5. Evaluación

Conozca el programa

Objetivo, alcance y sentido de la participación profesional.

Objetivo del programa

El Programa Shadowing tiene como objetivo que, profesionales en activo (titulados/das de la Universitat de València o que tengan vinculación con ella), de manera voluntaria, **orienten, guíen y aconsejen** a estudiantes de máster oficial de la Universitat de València o máster propio gestionado por ADEIT (Fundación Universidad-empresa), en su **inserción profesional 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 significa 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 mentorizado/a.

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 mentorizado/a 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 mentorizado/a, 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.

¿Quién será su mentorizado/a?

El/la mentorizado/a es **un/a estudiante de máster** que busca aprender, crecer y mejorar en su inserción profesional 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.

SU PAPEL

Compartir su experiencia y ofrecer orientación personalizada, sin sustituir las decisiones profesionales del estudiante ni actuar como reclutador/a.

Requisitos y compromisos

Condiciones de participación y uso responsable de la información.

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 titulado/a de la Universitat de València o estar vinculada/o a ella.

Confidencialidad y uso de la información

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 mentorizado/a, 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 mentorizado/a.
- Analizar puntos fuertes y áreas de mejora: estimular la reflexión y el autoconocimiento
- Identificar opciones profesionales que mejor se ajusten al perfil del/de la mentorizado/a.
- 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.
- para que conozca sus habilidades, competencias, actitudes, motivaciones y expectativas.

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

Beneficios de participar

Una colaboración que conecta experiencia profesional y talento universitario.

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 sinergias de colaboración con la Universitat de València.
- Transmitir experiencia profesional, aconsejar y contribuir al desarrollo de su mentorizado/a.
- Aumentar el espectro profesional de su mentorizado/a en las áreas que desarrolla su actividad profesional.
- Generación de vínculos entre mentor y mentorizado/a, que permiten hacer crecer su red de contactos.
- Identificar talento universitario contando con estudiantes cada vez mejor preparados, etc.
- Recibir un certificado de participación.

UNA RELACIÓN DE APRENDIZAJE

La mentoría permite compartir experiencias, ampliar perspectivas y contribuir a la orientación del estudiantado desde la práctica profesional.

Su participación en el programa

Cómo se selecciona y comunica la asignación de mentor/a.

El estudiantado interesado en participar en el Programa Shadowing deberá inscribirse a través de la web del programa, www.uv.es/shadowing.

Durante el proceso de inscripción, el estudiantado podrá seleccionar o proponer un mentor o una mentora, de acuerdo con las siguientes opciones:

Opción 1 · Selección a través de la web

El estudiantado podrá consultar el listado de mentores y mentoras disponible en la web del Programa Shadowing, donde encontrará una breve reseña de su trayectoria profesional.

Cada estudiante podrá seleccionar un máximo de tres profesionales, por orden de preferencia, indicando los motivos que justifican su elección en el formulario de inscripción.

El servicio de empleo de la Universitat de València, UVocupació, realizará la asignación final entre el mentor o mentora y el estudiante o la estudiante.

La elección realizada por el estudiantado tendrá carácter orientativo y no vinculante, ya que la asignación dependerá, entre otros factores, de la disponibilidad del mentor o mentora seleccionado.

Opción 2 · Propuesta del estudiantado

El estudiantado también tendrá la posibilidad de proponer a un profesional de su interés para que participe como mentor o mentora, siempre que cumpla los requisitos establecidos por el programa.

Para ello, deberá facilitar en el formulario de inscripción el nombre completo del profesional propuesto, la entidad en la que trabaja, sus datos de contacto, su perfil de LinkedIn, si dispone de él, y la justificación de su elección.

UVocupació valorará la propuesta presentada y verificará el cumplimiento de los requisitos establecidos para participar como mentor o mentora.

La propuesta tendrá carácter orientativo y no vinculante, ya que su incorporación al programa y la correspondiente asignación estarán condicionadas al cumplimiento de los requisitos y a la disponibilidad del profesional.

Comunicación de la asignación

Una vez realizada la asignación y tras haber completado el estudiante o la estudiante la sesión previa de orientación con UVocupació, se le enviará un correo electrónico de confirmación en el que se le comunicarán los datos de su mentor o mentora.

En dicho correo se incluirá el nombre completo del profesional, su dirección de correo electrónico, la empresa o entidad en la que trabaja, el cargo que desempeña y su perfil de LinkedIn, si dispone de él.

El mentor o mentora figurará en copia visible en este correo, de manera que tendrá conocimiento de la asignación realizada y podrá identificar al estudiante o la estudiante que le ha sido adjudicado.

La recepción de este correo marcará el inicio de la relación de mentoría. A partir de ese momento, corresponderá al estudiante o a la estudiante establecer el primer contacto con su mentor o mentora para presentarse y acordar conjuntamente la primera sesión.

Desarrollo de la mentoría

Prepare el acompañamiento a partir de los objetivos y las necesidades del estudiantado.

MAPA DEL PROCESO

01 Preparación → 02 Orientación previa → 03 Primer contacto → 04 Sesiones → 05 Evaluación

01 · Preparación del proceso

Antes de iniciar las sesiones, es importante que el mentor o mentora conozca los objetivos, intereses y necesidades del estudiante o de la estudiante que acompañará durante el proceso.

El estudiantado deberá reflexionar previamente sobre sus intereses profesionales, inquietudes y expectativas, así como identificar las cuestiones sobre las que desea recibir orientación.

Como mentor o mentora, su función será acompañar al estudiante en este proceso, aportando su experiencia, conocimientos y perspectiva profesional para ayudarle a explorar sus posibilidades de desarrollo y orientar sus decisiones profesionales.

Una adecuada preparación de las sesiones permitirá ofrecer un acompañamiento más personalizado y aprovechar mejor el tiempo disponible.

Establecimiento de objetivos

El estudiante o la estudiante deberá definir sus propios objetivos y las cuestiones que desea trabajar durante la mentoría.

Como mentor o mentora, le recomendamos que, antes de la primera sesión, revise la información facilitada por el estudiantado y reflexione sobre cómo su experiencia profesional puede contribuir a los objetivos planteados.

Durante el primer encuentro, podrá ayudarle a concretar sus expectativas, identificar sus principales necesidades y establecer conjuntamente los temas prioritarios que se abordarán durante el proceso.

Ficha de mentorizado/a

Antes de iniciar el proceso de mentoría, el estudiante o la estudiante deberá cumplimentar una ficha con el objetivo de facilitarle información sobre su perfil, expectativas y necesidades.

Este documento le permitirá conocer mejor a su mentorizado/a y preparar las sesiones de acuerdo con sus intereses y objetivos profesionales.

La ficha incluirá, entre otros aspectos:

- Titulación académica y experiencia previa.
- Disponibilidad y preferencias de comunicación.
- Temas que le gustaría abordar durante la mentoría.
- Objetivos personales y profesionales, etc.

El estudiante o la estudiante le enviará esta ficha, junto con su currículum actualizado, en el correo electrónico de presentación previo a la primera sesión.

Le recomendamos revisar ambos documentos con antelación, para conocer su trayectoria, identificar sus principales inquietudes y preparar un acompañamiento adaptado a sus necesidades.

Orientación y primer contacto

Identifique qué corresponde al estudiantado y qué actuaciones le corresponden a usted.

02 · Sesión previa de orientación con UVocupació

Antes de iniciar las sesiones de mentoría, el estudiante o la estudiante deberá realizar una sesión previa de orientación con el servicio de empleo de la Universitat de València, UVocupació.

Esta sesión tiene como finalidad ayudar al estudiantado a identificar y concretar sus objetivos profesionales, definir sus necesidades de orientación y preparar adecuadamente su participación en el programa.

La sesión previa de orientación constituye un requisito indispensable para iniciar el proceso de mentoría.

Una vez completada, UVocupació comunicará al estudiantado la asignación de su mentor o mentora, poniendo al profesional en copia en el correo electrónico correspondiente.

03 · Presentación y primer contacto

Una vez realizada la asignación, el estudiante o la estudiante será responsable de establecer el primer contacto con su mentor o mentora mediante correo electrónico.

En este correo deberá presentarse brevemente y adjuntar su ficha de mentorizado/a, debidamente cumplimentada, junto con su currículum actualizado.

Asimismo, facilitará su disponibilidad para que puedan acordar conjuntamente la fecha, el horario y la modalidad de la primera sesión de mentoría.

Como mentor o mentora, le recomendamos:

- Revisar la ficha y el currículum recibidos para conocer previamente el perfil, los intereses y los objetivos de su mentorizado/a.
- Responder al correo de presentación y acordar conjuntamente la fecha, el horario y la modalidad de la primera sesión, teniendo en cuenta la disponibilidad de ambas partes.
- Preparar los temas que considere oportuno abordar durante el primer encuentro, tomando como referencia las necesidades y expectativas expresadas por el estudiante o la estudiante.

Este primer contacto constituye el punto de partida para establecer una relación de confianza y comenzar a trabajar conjuntamente en los objetivos de la mentoría.

ANTES DE LA PRIMERA SESIÓN

Revise la ficha y el CV; acuerde fecha, horario y modalidad; prepare los temas prioritarios a partir de los intereses del estudiante.

Sesiones de mentoría

Al menos una sesión; encuentros adicionales recomendados según necesidades y disponibilidad.

El Programa Shadowing contempla la realización de un **mínimo de una sesión de mentoría** entre el mentor o mentora y el estudiante o la estudiante asignado.

Esta sesión tiene como finalidad compartir experiencias, resolver dudas y ofrecer orientación personalizada para favorecer el desarrollo profesional del estudiantado.

Para aprovechar al máximo la experiencia, se recomienda realizar sesiones adicionales, siempre que sea posible, con el objetivo de profundizar en los temas planteados y realizar un seguimiento de los avances del estudiante o de la estudiante.

El número de sesiones dependerá de las necesidades del estudiantado y de la disponibilidad del mentor o mentora.

Las sesiones podrán realizarse de manera presencial u online. La fecha, el horario y la modalidad se acordarán conjuntamente entre ambas partes, dentro del periodo establecido en el calendario de la edición correspondiente del programa.

Sesión 1 · Obligatoria

Presentación, establecimiento de objetivos y orientación profesional

Objetivo: establecer una relación de confianza, conocer las expectativas del estudiantado y ofrecer una primera orientación profesional personalizada.

Durante esta primera sesión, le recomendamos:

- Presentarse y compartir brevemente su trayectoria, experiencia y ámbito profesional.
- Conocer los intereses, inquietudes y expectativas del estudiante o de la estudiante.
- Revisar conjuntamente los objetivos planteados en su ficha de mentorizado/a y ayudarle a concretar los aspectos que desea trabajar.
- Compartir su experiencia y ofrecer orientación sobre las cuestiones prioritarias para el estudiantado, como las salidas profesionales, las competencias demandadas en su sector o las posibilidades de desarrollo de carrera.

- Valorar conjuntamente la conveniencia de realizar sesiones adicionales, en función de las necesidades identificadas y de su disponibilidad.

Esta primera sesión deberá permitir que el estudiante o la estudiante obtenga una orientación útil y personalizada, incluso cuando no sea posible realizar encuentros adicionales.

OBJETIVO DE LA PRIMERA SESIÓN

Establecer confianza, concretar objetivos y ofrecer orientación profesional útil incluso cuando no se puedan realizar encuentros adicionales.

Sesiones adicionales

Profundización y seguimiento del desarrollo profesional.

Objetivo: profundizar en los temas de interés del estudiantado, ofrecer orientación más específica y acompañarle en la definición de sus próximos pasos profesionales.

En función de los objetivos establecidos y de las necesidades del estudiante o de la estudiante, las sesiones adicionales podrán centrarse en:

- Profundizar en las salidas profesionales y las oportunidades de desarrollo dentro de su sector.
- Compartir experiencias, conocimientos prácticos y recomendaciones sobre el acceso al mercado laboral.
- Orientar sobre competencias profesionales, procesos de selección, currículum, entrevistas de trabajo o desarrollo de la carrera profesional.
- Analizar las dudas, dificultades o desafíos profesionales que plantee el estudiantado.
- Realizar un seguimiento de los objetivos y avances alcanzados durante el proceso de mentoría.

Siempre que resulte viable y se acuerde entre ambas partes, estas sesiones podrán incorporar actividades de acercamiento al entorno profesional, que permitan al estudiantado conocer de manera más directa la realidad de su sector.

Consejos para una mentoría efectiva

- Aborde cada orientación con un enfoque distinto.
- Establezca expectativas en conjunto desde el principio.
- Tenga un interés genuino en su mentorizado/a como persona.
- Tome nota de las áreas en las que quiere crecer su mentorizado/a y siempre busque oportunidades para guiarlo.
- Trabaje con su mentorizado/a 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 mentorizado/a 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 mentorizado/a, le anima a poder compartir sus propios errores y fortalece la relación en general.
- Celebre los éxitos y logros de su mentorizado/a, de esta forma aumenta su seguridad, refuerza el buen comportamiento y lo mantiene enfocado y motivado, etc.

Cierre y reconocimiento

Cómo finalizar su participación en el programa.

05 · Evaluación final

Una vez finalizado el proceso de mentoría, el mentor o mentora deberá cumplimentar el **formulario final de satisfacción** que recibirá por correo electrónico.

Este formulario tiene como objetivo conocer su grado de satisfacción con la experiencia de mentoría, valorar el desarrollo del proceso con el estudiante o la estudiante asignado y recoger sus aportaciones y sugerencias de mejora.

La información facilitada permitirá identificar los principales puntos fuertes del programa y los aspectos susceptibles de mejora, con el fin de optimizar su funcionamiento en futuras convocatorias.

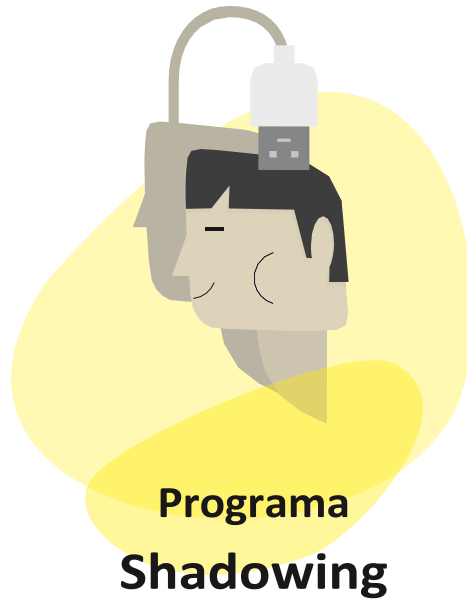
Certificado de participación

Los mentores y mentoras que hayan realizado, al menos, una sesión de mentoría con el estudiante o la estudiante asignado recibirán un certificado de participación en el Programa Shadowing de la Universitat de València.

Este certificado reconoce su colaboración y dedicación en el acompañamiento.

PARA COMPLETAR SU PARTICIPACIÓN

Realice al menos una sesión de mentoría y cumplimente el formulario final de satisfacción que recibirá por correo electrónico.



Espai Vives UV
Avenida Blasco Ibáñez 23, 46010 València
Shadowing@uv.es – 96.160.38.29
www.uv.es/shadowing

Gracias por compartir su trayectoria profesional con el estudiantado de la Universitat de València.