

Programa  
Shadowing

# Guía del Mentor/a



**UV**ocupació  
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 de prestigio (egresados/das de la Universitat de València o que tengan vinculación con ella), de manera voluntaria, orienten, guíen y aconsejen a estudiantes de Máster 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 Máster 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 de prestigio y con experiencia en un ámbito concreto.

## Requisitos del mentor o la mentora

El mentor o la mentora, deberá ser un/una profesional con mínimo ocho (8) años de experiencia profesional en cargos directivos o de responsabilidad acreditables.

Deberá ser egresado/a de la Universitat de València, o estar vinculado/a 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

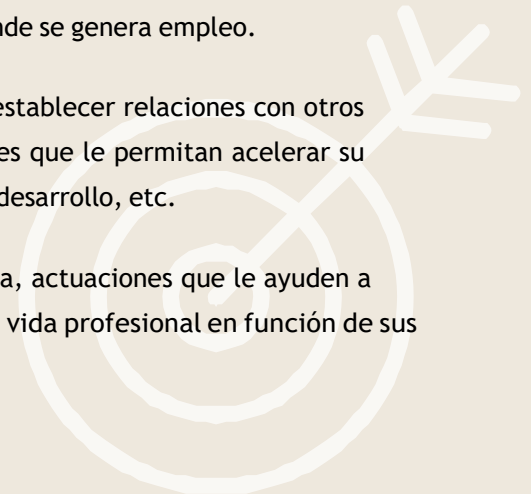
para que conozca sus habilidades, competencias, actitudes, motivaciones y expectativas.

\_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, etc.

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



## 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 se mantiene un vínculo.

\_Posibilidad de realizar networking compartiendo experiencias.

\_Conocer en profundidad unos estudios oficiales de postgrado en los que pueden participar como estudiantes colaboradores de las empresas y/u organizaciones en las que se desempeña la carrera profesional.

\_Participar en el diseño de las actividades y contenidos que se realicen en el Máster.

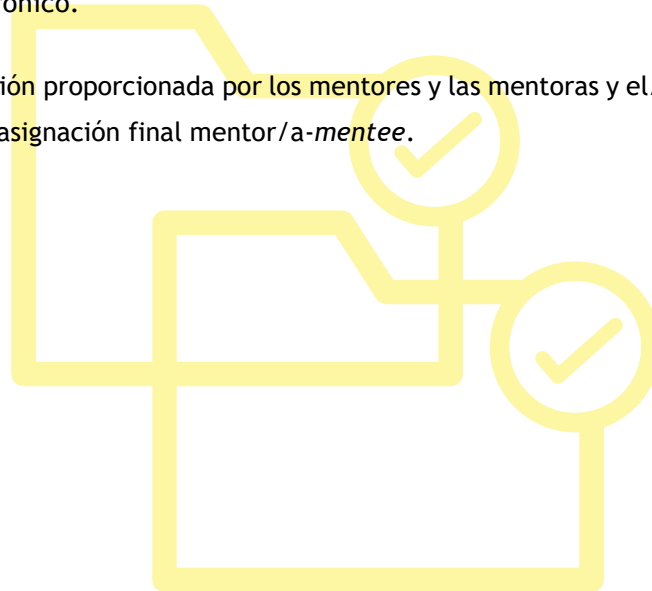
\_Devolver a la sociedad parte de lo que la sociedad le ha dado, permitiendo transferir a su entorno más cercano sus conocimientos.

\_Aprovechar las sinergias que proporciona un programa intergeneracional fruto de la cooperación entre directivos de prestigio, profesores, egresados y estudiantes de Máster de la Universitat.



## Asignación de mentores o mentoras a estudiantes

1. En primer lugar, los y las estudiantes de Máster deberán inscribirse en el programa Shadowing, mediante el entorno de tramitación electrónica «ENTREU» de la Universitat de València.
2. Al realizar la inscripción, deberán incluir como documento adjunto en el formulario su carta de motivación.
3. 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 alojará en la Web del servicio de empleo de la Universitat de València, UVempleo, en la sección de «empleo» - «programas UVempleo»-«programa Shadowing».
4. Una vez seleccionadas las personas candidatas para formar parte del programa, el/la *mentee* deberá argumentar sus preferencias por los mentores y las mentoras, comunicándolo a UVempleo a través de correo electrónico.
5. En base a la información proporcionada por los mentores y las mentoras y el/la *mentee*, el servicio UVempleo realizará la asignación final mentor/a-*mentee*.





## Etapas del proceso de mentorización

### 1. Inicio relación mentor/a - *mentee*

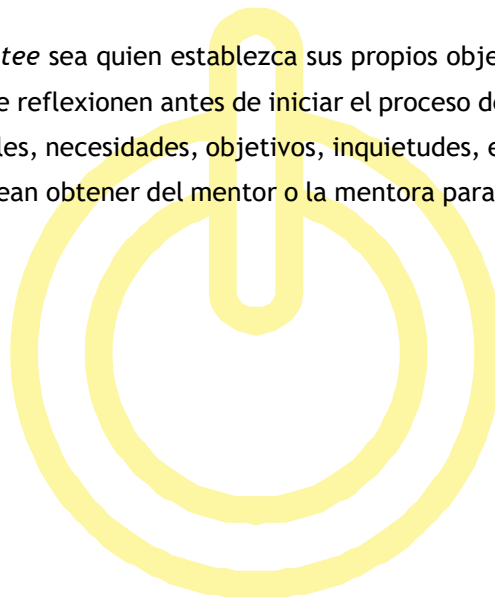
Previamente el/la *mentee*, y antes de las sesiones, debe establecerse unos objetivos, prioridades y necesidades que quiera trabajar en la mentorización. El primer contacto entre mentor/a y *mentee* es importante y clave para sentar las bases y afianzar la relación entre el mentor o la mentora y su *mentee*, 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 e-mail, y concretar una sesión online de presentación, donde se establecerán las bases del proceso y la fecha de la 1ª sesión de mentorización. Este primer proceso se puede realizar también a través de correo electrónico.

### 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, sobre sus intereses profesionales, necesidades, objetivos, inquietudes, etc. Y que tengan preparada la información concreta que desean obtener del mentor o la mentora para que saquen el máximo partido a las sesiones.



#### 4. Sesiones con el/la mentee

Serán un mínimo de 3 sesiones en un período de 3 meses. Las sesiones podrían ampliarse según las necesidades que presente el/la *mentee*, y dependiendo de la disponibilidad que tenga el mentor o la mentora, siempre y cuando se realicen dentro del periodo establecido.

El mentor/a deberá velar porque no se distancien las sesiones y los encuentros con el/la *mentee*, cumpliendo con el plazo máximo establecido en el programa y que os recomendamos:

Nº mínimo de sesiones	1	2	3
Mes de la sesión	Por determinar	Por determinar	Por determinar
Duración	Mínimo 1 hora	Mínimo 1 hora	Mínimo 1 hora

Mentoría online. Las sesiones se realizarán en formato online. El día/hora de la sesión se establecerá conjuntamente con el/la *mentee*.

#### 5. Evaluación

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

El objetivo del cuestionario es evaluar el proceso de mentorización, con la finalidad de identificar sus 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

\_Aborda cada orientación con un enfoque distinto.

\_Establece expectativas en conjunto desde el principio.

\_Ten un interés genuino en tu *mentee* como persona.

\_Toma nota de las áreas en las que quiere crecer tu *mentee* y siempre busca oportunidades para guiarlo.

\_Trabaja con tu *mentee* como si fueras a ser su mentor de continuo. Esa mentalidad hará que te sea más fácil proporcionarle una guía a largo plazo y le ayudará a tomar decisiones que irán más allá de la orientación que tenga contigo.

\_Sé un modelo positivo. Tu *mentee* puede aprender mucho de ti al observar tu 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.

\_Celebra los éxitos y logros de tu *mentee*, de esta forma aumentas su seguridad, refuerzas el buen comportamiento y lo mantienes enfocado y motivado.

# UVocupació

VNIVERSITAT DE VALÈNCIA



## Programa Shadowing

[shadowing@uv.es](mailto:shadowing@uv.es)

963 864 467 Ext. 64467

Amadeu de Savoia, 4 - 4a. 46010 València

[www.uv.es/uvocupacio](http://www.uv.es/uvocupacio)



VNIVERSITAT  
DE VALÈNCIA

Fundació General

VNIVERSITAT  
DE VALÈNCIA

Vicerectorat  
d'Ocupació i Programes Formatius

 **Santander**