

GUÍA DEL MENTOR/A

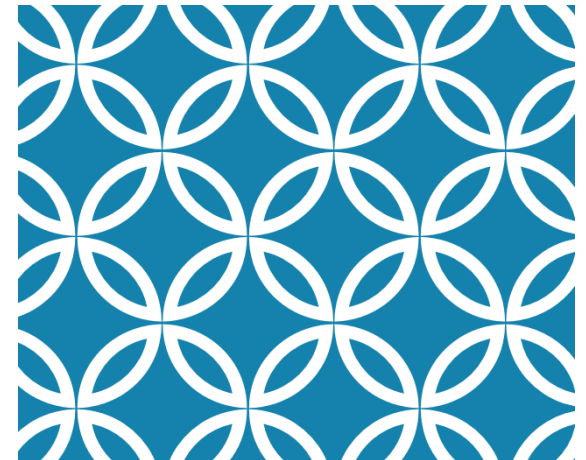


UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA

alumni

ÍNDICE

1. Objetivo del programa
2. Qué es un mentor/a
3. Qué puede hacer el mentor/a
4. Etapas de la mentoría



OBJETIVO

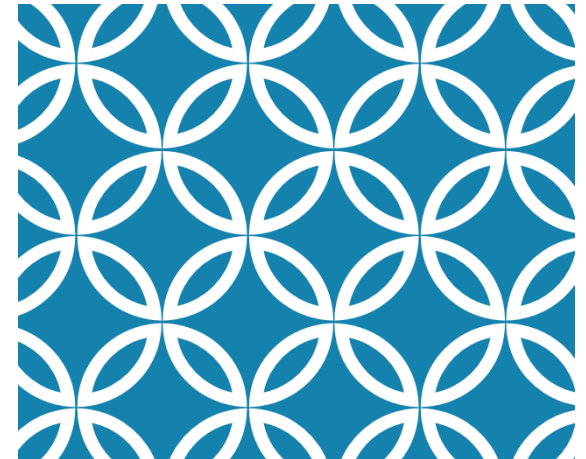
Que titulados y tituladas de la Universitat Politècnica de València, de forma voluntaria y según su experiencia profesional, apoyen en su carrera laboral, compartan su conocimiento y ofrezcan asesoramiento personalizado sobre un determinado sector, bandas salariales, mercado laboral, etc. a estudiantes de último curso y recién titulados de la UPV.

¿QUÉ ES UN MENTOR/A?

El mentor/a es un profesional de experiencia que transfiere su conocimiento a personas con menos experiencia. Es modelo, asesor/a, fuente de inspiración y estímulo para la superación, que ejerce influencia positiva en el mentorizado/a. Las habilidades fundamentales de un mentor/a son la escucha activa, la formulación de preguntas, la asertividad y el feedback y, por supuesto, la capacidad de emitir consejos de forma prudente

¿QUÉ PUEDE HACER EL MENTOR/A?

- Descripción de la empresa y el sector en la que trabaja
- Perfiles más demandados
- Analizar los puntos fuertes y áreas de mejora
- Asesorar sobre cómo abordar problemas concretos
- Informar sobre el conocimiento de puestos de trabajo
- Ayudar a establecer relaciones con otros profesionales
- Identificar opciones profesionales
- Facilitar pautas en los procesos de selección



PREPARA TU REUNIÓN CON EL MENTOR/A

Para que el Mentoring sea efectivo, es necesario ser sincero con el mentor/a y contarle qué te preocupa, cuáles son tus metas, cómo quieres lograrlas, etc.

1. Tu mentor/a se presta voluntario de forma altruista y no tiene tiempo que perder, aprovéchalo al máximo.
2. Intenta ser flexible para conciliar horario y lugar de reunión.
3. Atención a la puntualidad, no le hagas esperar. Lleva su contacto para localizarle si surge un imprevisto.
4. Infórmate sobre la empresa y el perfil de tu mentor (la web de la empresa y LinkedIn pueden ayudarte).
5. Reflexiona antes de la sesión sobre tus intereses profesionales, objetivos, desafíos, proyectos y pídele consejo.
6. Puedes llevar preparada la información concreta que deseas obtener.
7. Saca el máximo partido intentando mantener el contacto con tu mentor/a en la medida de lo posible y sin forzar.

ETAPAS

1. Conocer al Mentee y establecer tus objetivos

Es conveniente que el mentee sea quién establezca sus propios objetivos

1. Reunirse con el Mentee

Serán un mínimo de dos sesiones en un periodo de dos meses, nosotros evaluaremos sobre las dos primeras sesiones, pero puedes reunirte las veces que estiméis oportunas.

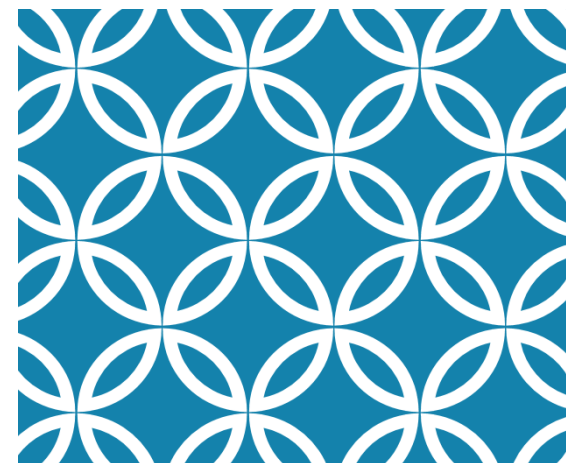
Como en ocasiones es difícil quedar de forma personal, podéis usar las herramientas que consideréis para comunicaros de forma on-line.

3. Evaluación

Desde Alumni UPV recibirás a la finalización un cuestionario para evaluar el programa.

CONSEJOS

- Prepara la reunión buscando información si lo necesitas del sector de actividad de la empresas en la que trabajas.
- Infórmate sobre los procesos de selección y de los puestos más demandados en tu empresa
- No faltes nunca sin avisar; si tienes que cambiar una cita, avisa siempre con el máximo tiempo posible.



CONTACTO

www.alumni.upv.es

Universitat Politècnica de València

Camino de Vera, s/n

Edificio 3Q. Primera planta

46022 Valencia

