

## Programa de Mentoring Alumni Económicas/ISEG

7ª edição 2015/2016

### Objectivo do Programa

O objectivo deste programa de Mentoring é dar o melhor enquadramento possível dos licenciados do ISEG no mercado trabalho, criando condições para construção de percursos profissionais de sucesso.

Os Mentees são acompanhados de forma contínua pelo seu Mentor durante este processo de integração, de modo a que se possam preparar para o futuro, alargando o seu processo de aprendizagem, adquirindo e aperfeiçoando competências.

O Mentor terá a oportunidade de “apadrinhar” alguém com menos experiência, partilhando a sua, obtendo assim um sentimento de auto-realização.

### O que é ser Mentor?

Os Mentores deste programa são ex-Alunos do ISEG com mais de 5 anos de experiência profissional.

Ser mentor é:

- Uma relação de partilha.
- Ter mais experiência e poder partilhá-la.
- Ter a capacidade de partilhar pensamentos e de dar outros pontos de vista.
- Conseguir dar um contributo importante às futuras gerações, numa perspectiva de ajuda a que estas consigam ter um maior sucesso na sua vida profissional.
- Tentar perceber os problemas dos jovens profissionais e ajudá-los a ultrapassar "barreiras" mais facilmente.
- Ter a percepção que a sua experiência poderá ajudar a sociedade.

Cada Mentor não poderá apoiar mais de 3 Mentees, devendo disponibilizar um máximo de 30 minutos por semana por Mentee. O tempo disponibilizado não é acumulável.

## O que é ser Mentee?

Os Mentees deste programa são alunos do ISEG do 1º ciclo, alunos de Mestrado e Pós-Graduação e ex-alunos com menos 5 anos de experiência profissional.

Ser Mentee é:

- Ter interesse em adquirir diferentes pontos de vista e opiniões, com base na experiência do Mentor.
- Poder partilhar dificuldades e objectivos.

## Processo de Selecção de Mentores e Mentees

O processo de selecção garante que tanto Mentores, como Mentees cumprem os requisitos para entrarem no programa de Mentoring do ISEG.

Selecção de Mentores:

- Preenchimento do formulário online.
- Cumprimento dos requisitos acima enunciados.
- Os Mentees têm a oportunidade de definir a sua preferência em termos de mentores, que fica condicionada pela aceitação por parte do Mentor.

Selecção de Mentees:

- Preenchimento do formulário online, que inclui uma mensagem de apresentação aos potenciais Mentores.
- Cumprimento de requisitos acima enunciados.
- Escolha de preferência de Mentor.

## Meios de comunicação entre Mentores e Mentees

A comunicação entre Mentores e Mentees deve ser o mais personalizado possível e sempre de viva voz (presencial, telefone, VoIP,...).

As comunicações escritas (chat, correio electrónico,...) devem ser utilizadas como meios complementares e nunca como meio primordial de diálogo entre Mentores e Mentees.

## Formação & Desenvolvimento

Este Programa de *Mentoring* contempla também um conjunto de acções de Formação & Desenvolvimento ao longo de 2015/16. Estas formações focalizam-se nas *soft skills* e, pretendem desenvolver competências na área da **Comunicação, Iniciativa, Adaptação à Mudança e Networking**, consideradas fundamentais para o sucesso de uma carreira profissional.

## Prazos – Edição 2015/2016

O processo de selecção, alocação e do programa de Mentoring tem as seguintes fases:

- Inscrição de Mentores: até 15 Outubro 2015.
- Inscrição de Mentees: até 15 Outubro 2015.
- Alocação\* de Mentores e Mentees: data a indicar
- Cada edição deste programa terá a duração de 1 ano lectivo.

\*A Alocação é feita numa sessão presencial.

FORMULÁRIO INSCRIÇÃO ONLINE em <http://alumni.iseg.ulisboa.pt>

Setembro 2015