



Oficina d'Inserció Professional
i Estadés en Pràctiques · OIPEP

**Programa pilot de mentoria professional virtual
(Mentoria professional PREOCUPA'T)**

**Oficina d'Inserció Professional i Estadés en Pràctiques (OIPEP)
Vicerectorat d'Estudiantat i Vida Saludable**

Dictamen favorable del Consell de Direcció, sessió de 10 de gener de 2023

[Vídeo de presentació](#)

Índex

1. Introducció.....	pàg. 3
2. Objectius.....	pàg. 3
3. Metodologia.....	pàg. 4
4. Instruments.....	pàg. 4
5. Fases del programa.....	pàg. 5
6. Programari d'interacció revisat.....	pàg. 11
7. Bibliografia.....	pàg. 12

1. Introducció

Els programes de **mentoria (mentoring) professional per part d'ocupadors i ocupadores** (ANECA, 2021) són part de les actuacions crítiques per a la millora de l'ocupabilitat de l'estudiantat universitari en l'àmbit d'orientació professional. Més del 80 % de les universitats espanyoles consideren important o molt important el llançament d'aquest tipus de programa, i més de la meitat opinen que és clau integrar-lo amb altres processos i agents externs clau. Normalment, aquests programes es desenvolupen a través d'entitats cooperadores, col·legis professionals o associacions, així com antic alumnat de la Universitat.

Com a proposta innovadora, els programes de mentoria professional volen complementar les accions per a l'ocupabilitat que realitza l'OIPEP de l'UJI en els àmbits de formació, orientació, intermediació, i programes de pràctiques i mobilitat internacional. Tenir una oferta completa d'accions que promouen l'ocupació i l'ocupabilitat del nostre estudiantat i estudiantat titulat pot ser d'interès en futures acreditacions i segells de reconeixement. Aquesta acció s'alinea amb el pla d'ocupabilitat impulsat des del Vicerectorat d'Estudiantat i Vida Saludable. Concretament, es correspon amb l'objectiu 5 de l'eix 7 «Intermediació i networking».

Per tal d'elaborar un disseny de programa coherent i escalable, s'ha portat a terme una àmplia revisió bibliogràfica i documental dels programes de mentoria que hi ha a escala nacional i internacional en tres grups d'universitats: universitats en les deu posicions més altes del rànquing QS Employability, universitats sòcies i universitats similars a l'entorn socioeconòmic; per a obtenir informació sobre bones pràctiques i formular una proposta viable (Santiago i Beas, 2021). Igualment, s'han revisat programes de mentoria en universitats americanes i europees a través de plataformes en línia, com ara el programa del Grupo Coimbra i unes altres de l'entorn valencià.

La Universitat Jaume I no ha comptat fins ara amb un programa formal de mentoria professional, encara que sí que hi ha antecedents de programes de mentoria per a l'emprenedoria per part de la Càtedra Increa i el Campus Emprenedor (5UCV). En un entorn pròxim, la UMH disposa d'un programa similar però de caràcter presencial. Igualment, l'any 2021 es va implantar a l'UJI un programa pilot impulsat per l'OIPEP, en el marc del projecte experimental finançat per LABORA titulat «PREOCUPA'T: Itinerari innovador d'acompanyament professional per a la inserció laboral ajustada».

Els beneficis per als mentorats que hi participen són indubtables. A més, posar en marxa el programa amb antic alumnat de la Universitat com a mentor harmonitza amb el Pla d'Acció de Govern de l'UJI, concretament amb els eixos estratègics de formació, persones i compromís social. En tot moment es vetlarà per un programa inclusiu que afavorisca l'estudiantat i els titulats i titulades amb menors oportunitats.

2. Objectiu

La *mentorització* és una relació estructurada entre un o una professional amb experiència (mentor o mentora) que ajuda a desenvolupar competències professionals i personals a una altra persona amb menor experiència (mentorat o mentorada) perquè pugui definir els seus interessos laborals i orientar la seua carrera professional.

L'UJI aposta per un model de mentoria professional formal (psicosocial i de carrera), en el qual es vetla per la formació en competències de desenvolupament de carrera i l'autoreflexió de la mentorada. Es persegueix la millora de les competències d'ocupabilitat, incloent-hi també el capital social, la millora de l'autoeficàcia per a la cerca d'ocupació i de la maduresa en objectius i interessos professionals. El model UJI s'alinea amb el model de [competències d'ocupabilitat](#) i està reconegut dins del [Certificat de Competències per a l'Ocupabilitat](#).

El programa és formal, ja que està estructurat i coordinat pel servei d'ocupació universitària (OIPEP), i la seua innovació és deguda a l'ús de mitjans digitals, la figura del mentor o mentora, que és un titulat o titulada de l'UJI amb experiència significativa en un sector, i la novetat que representa en l'entorn de la Universitat Jaume I.

L'objectiu del projecte en 2020/21 va ser desenvolupar un programa pilot formal de mentoria professional amb pocs mentorats provinents del projecte [PREOCUPA'T](#), amb suport de mitjans virtuals. Aquesta primera edició va comptar amb el finançament de LABORA. S'ha afavorit la participació de col·lectius amb menors oportunitats, amb col·lectius prioritaris: persones que s'incorporen al mercat laboral després de llargs períodes d'inactivitat, persones desocupades, dones/homes en professions infrarepresentades, persones amb discapacitat, etc. El programa s'ha avaluat i serà escalable per a poder començar una segona edició en el segon semestre 2022/23 amb un major nombre de parelles, finançat de nou per LABORA en la convocatòria de projectes experimentals de 2023, fins a aconseguir d'ací a dos anys un màxim de trenta per curs, xifra que puga incloure estudiantat de grau i màster de les quatre facultats. El creixement del programa depèn del suport de personal i les eines tecnològiques amb les quals es puga comptar.

3. Metodologia

Es realitza un programa de caràcter formal virtual, coordinat per l'OIPEP. El programa pilot es va iniciar el juliol de 2021 i va finalitzar el gener de 2022 (sis mesos). Aquest primer programa pilot va ser totalment virtual, tant les reunions prèvies com les sessions de mentoria. La possibilitat de visita del mentorat o mentorada al mentor o mentora es va programar en funció de l'acord personal del mentor o mentora i de les condicions sanitàries. Es proposa ara una durada una mica més àmplia, amb inici el gener i finalització l'octubre de 2023.

4. Instruments

- Per al programa pilot del primer any, es va comptar amb l'Aula Virtual de l'UJI, incloent-hi l'ús de plantilles, seguiment de tasques i vídeos en viu que es puguin visualitzar de manera asíncrona. Els contactes es van realitzar a través de Google Meet i correu electrònic. Aquesta metodologia resulta útil per a implementar el futur programa.
- Programa pilot. Es van elaborar unes **breus [guies per a mentors i mentorats](#)**. L'objectiu és aportar unes recomanacions temàtiques que es treballaran per sessions, tot i que en cap moment és obligatori seguir-les de manera estricta. En aquesta ocasió, es va adaptar la guia utilitzada en el programa 5UCV Mentoring.

5. Fases del programa

5.1. Prementoria: disseny del programa

- 5.1.1. Plantejar sessions de formació i temàtiques.
- 5.1.2. Captació de mentors.
- 5.1.3. Captació de mentorats.
- 5.1.4. Aparellament mentor-mentorat.

5.2. Inici del programa de mentoria

5.2.1. Sessió informativa preparatòria per a estudiantat mentorat.

5.2.2. Sessions inspiradores (poden impartir-les professionals experts, *alumni speakers*, o un mentor o mentora expert en *coaching*): materials inspiradors o estudis de cas, per exemple: com aconseguir les teues metes enguany? (vendes); el poder del treball en xarxa; afrontar l'entrevista i aconseguir l'ocupació (experiència en RH); flexibilitat i resiliència (xarrada), o com diferenciar-te?: crea la teua marca personal.

5.3. Contactes entre mentor i mentorat

5.4. Avaluació del programa

5.1. Prementoria: disseny del programa

5.1.1. Formulació del programa. En la línia d'altres programes revisats (CYD, 2020), entre les condicions per a aconseguir l'èxit d'aquest, s'hi ha d'aconseguir:

1. Bona relació entre mentor i mentorat.
2. Acord sobre els objectius i expectatives que s'esperen aconseguir.
3. Adequat seguiment del pla de mentorització o de treball.
4. Revisió en finalitzar el programa amb el que s'ha aconseguit i après.

El programa començarà amb una sessió inicial, obligatòria i síncrona (Google Meet). Informació del programa a mentorats i lliurament de guia per part de l'OIPEP.

Informació prèvia a mentors (és desitjable que s'oferisca de manera síncrona i conjunta però, si no és possible, s'envia la informació i es realitza una sessió individual).

Aquest primer any pot concloure amb la sessió informativa, mitjançant una xarrada motivacional tot seguit de la presentació del programa (durada aproximada de 45 min).

5.1.2. Mentor o mentora

El mentor o mentora posseeix una sèrie de capacitats i coneixements que li permeten exercir una sèrie de funcions de les quals es podrà beneficiar un mentorat o mentorada en el seu desenvolupament professional i personal en forma de competències específiques i transversals.

Requisits

- Ser titulat o titulada de l'UJI (llicenciatura, diplomatura, grau, màster o doctorat oficial, o màster o curs expert no oficial).
- Tenir almenys cinc anys d'experiència professional.
- Comprometre's voluntàriament, durant un curs acadèmic, a ser mentor d'almenys un mentorat o mentorada.
- Accedir i contactar amb el mentorat o mentorada a través de la plataforma proporcionada per l'UJI.

Habilitats recomanables segons Brown et al. (2009)

Un mentor o mentora ha de posseir una sèrie d'habilitats per a poder afrontar correctament les necessitats professionals i personals del mentorat o mentorada, per la qual cosa és fonamental una selecció per competències:

1. Capacitats en comunicació / habilitats socials: el mentor o mentora ha de saber comunicar-se de manera correcta amb el seu mentorat o mentorada per a poder mantenir una relació de comprensió mútua, la qual cosa inclou la capacitat d'expressar-se amb claredat i de manera adequada, i l'ús de l'empatia i l'adaptació als problemes que puguin sorgir.
2. Capacitat de promoure la independència: incitar a la independència del mentorat o mentorada és vital per al progrés personal d'aquest.
3. Capacitat d'adaptació al medi social: el mentor o mentora ha de tenir la capacitat de desenvolupar les capacitats del mentorat o mentorada en les àrees i entorns propis del camp de treball en què s'està realitzant la mentoria. Aquesta capacitat també es refereix a aportar oportunitats d'integrar-se en les comunitats de recerca o a aportar contactes que puguin ser útils per al mentorat o mentorada.
4. Capacitat de promoure la carrera professional: es refereix a l'ajuda per al creixement professional del mentorat o mentorada aportant eines, entrenant habilitats específiques, aportant un model de referència amb el qual guiar el desenvolupament professional, exposant-lo als rols que s'han d'aconseguir i a les situacions laborals o professionals, o exposant-lo a la metodologia pròpia de l'àmbit laboral.
5. Capacitat de donar suport i ajustar expectatives: és necessària la capacitat del mentor o mentora de reconèixer les expectatives del mentorat o mentorada i modular-se de manera que no produïska una situació desmotivant per al mentorat o mentorada. Capacitat del primer per a proposar reptes a curt i a llarg termini que permeten el mentorat o mentorada complir les expectatives de manera correcta.
6. Capacitat de gestionar la diversitat: aquesta competència es refereix a la forma en què el mentor o mentora pot gestionar ambients diversos en matèria d'ètnia i gènere, i solucionar els conflictes que hi puguin sorgir. A més, també es refereix a la capacitat d'instruir el mentorat o mentorada en aquests aspectes i que així puga manejar-los en un futur.

En el futur, es podrà dissenyar des de l'OIPEP un programa de formació a mentors professionals.

Beneficis de participar en el programa

- Entrar en contacte amb futurs professionals.
- Millorar les competències de comunicació.
- Estar en contacte amb altres mentors professionals.
- Incrementar el compromís amb l'organització i la satisfacció amb el treball.

Tasques per al mentor o mentora (mínim tres contactes síncrons)

- Establir la manera i calendari de sessions (de 45 min a 1 h).
- Ajudar a revisar el CV.
- Explicar la meua formació i el meu itinerari professional.
- Explicar tendències del sector.
- Facilitar que el mentorat o mentorada pregunte els dubtes.
- Comunicar a l'organització qualsevol incidència amb l'estudiantat.

- Si és possible, convidar a visitar les instal·lacions de l'empresa o entitat on realitzi la meua activitat o, si escau, altres departaments i dependències que puguin aportar coneixement.
- Qualsevol tipus d'activitat que puguin realitzar mentor o mentora i estudiantat mentorat, fins i tot convidar a altres participants del programa, i que siga adequada per a aconseguir els objectius fixats (visites a exposicions, jornades o congressos d'interès, activitats lúdiques, etc.).
- Realitzar enquesta de satisfacció amb el programa.

Recomanacions per al mentor o mentora

L'OIPEP aparellarà mentors amb mentorats. No obstant això, si creu que l'estudiantat no és l'adequat, si no desperta un interès suficient, aquesta circumstància s'ha de comunicar abans de l'inici del programa per a tractar de trobar-hi una alternativa. Igualment, si després d'un primer contacte el mentor o mentora no considera beneficiós seguir amb l'estudiantat assignat, siga quin siga el motiu, ha d'enviar un missatge a mentoringprofessional@uji.es per a rebre assessorament o, si escau, finalitzar el programa.

S'ha d'informar com més prompte millor sobre les incidències durant el transcurs del programa que impedisquen portar-lo a terme: malaltia, problemes familiars, canvi d'empresa, etc., tant del mentor o mentora com de l'estudiantat.

Reconeixement: el compromís amb el programa és voluntari i no remunerat. No obstant això, proposem reconèixer al mentor o mentora amb un diploma, fotografia amb la vicerectora al final del programa, i targeta SAUJI Premium per a un curs.

5.1.3. Estudiantat mentorat

Requisits

- Estudiantat, o estudiantat titulat UJI de grau, màster o doctorat oficial dels últims dos anys. Participació voluntària en el programa, compromís de compliment d'activitats.
- Reconeixement. Nombre d'hores: s'estableix un mínim de cinc hores de treball de l'estudiantat per cada sessió amb el mentor o mentora, i és obligatori assistir a tres sessions de treball a través de la plataforma Google Meet per a poder superar el programa.
- Certificació i inclusió en el [Certificat de Competències per a l'Ocupabilitat](#).

Es prioritzaran determinats col·lectius amb menors oportunitats, d'acord amb el Pla d'Inclusió de PCD UJI.

Guia per al mentorat o mentorada

- Portar la iniciativa de contactar amb el mentor o mentora per a fixar la primera sessió síncrona.
- Intentar ajustar-se a la disponibilitat del mentor o mentora, mai a l'inrevés: es tracta d'un professional que cedeix el seu temps gratuïtament per a ajudar-te.
- Una vegada concertada una cita virtual amb el mentor o mentora, en el cas de no poder acudir per qualsevol causa, ha d'avisar-se amb antelació.
- Assegurar-se que es disposa d'un espai tranquil, sense interrupcions, i amb bona connexió a Internet.

- Mantenir la relació a través de l'AVI/Meet establida en el programa.
- Transmetre professionalitat i compartir a través de l'AVI qualsevol document que il·lustre els teus objectius o interessos.
- Comunicar al mentor o mentora quins són els objectius perquè pugui aconsellar-te i guiar-te.
- Després de cada cita, elaborar una acta seguint la fitxa aportada en l'AVI i penjar-la com a tasca.

Tasques per al mentorat o mentorada

- Omplir la fitxa d'interessos previs.
- Reflexionar sobre les raons per a participar.
- Presentar el CV al mentor o mentora per a la seua millora.
- Comentar les necessitats concretes i les àrees en les quals considera que el mentor o mentora pot ajudar-lo.
- Realitzar les activitats concretes proposades pel mentor o mentora, entre d'altres: jornades, formació, seminaris o lectura de documentació.
- Complir amb l'agenda pactada.
- Mantenir informació confidencial en secret durant la mentoria i posteriorment.
- Realitzar una enquesta de satisfacció del programa.

5.1.4. Aparellament mentor-mentorat

En el primer pilot, es va realitzar una cerca *ad hoc* de mentors per a les persones participants en aquesta fase del projecte PREOCUPA'T. **En les següents edicions (2023), primer es realitza la selecció de mentors i posteriorment d'estudiantat.** L'aparellament el pot realitzar l'OIPEP amb l'ajuda d'entrevistes d'orientació i qüestionaris previs, considerant sobretot l'objectiu professional de l'estudiantat mentorat, el sector professional del seu interès i en el qual té experiència el mentor o mentora, que pot acceptar o rebutjar. Es formalitza un contacte per part de l'OIPEP per a verificar l'aparellament.

5.2. Sessions

Es proposa un mínim de tres contactes obligatoris a través de Google Meet. Els contactes voluntaris es registraran. Per a realitzar el seguiment, el mentorat o mentorada penja com a tasca, després de cada sessió obligatòria o voluntària, una acta breu amb els assumptes tractats, acords i compromisos per a la pròxima sessió.

Sessió inicial: informació i orientació amb l'OIPEP sobre desenvolupament del programa

Síncrona, d'assistència obligatòria, amb l'estudiantat mentorat. Inclou vídeo de la sessió i guia del mentor o mentora i del mentorat o mentorada.

En aquesta primera edició s'ha comptat amb xarrada motivacional síncrona i un vídeo d'aquesta sessió.

Sessió 1. Coneixement mutu

El mentor o mentora realitzarà preguntes a l'estudiantat sobre les seues inquietuds, per a conèixer-lo:

Què estudies o has estudiat? Explica la teua experiència professional.

Per què t'has inclinat a estudiar aquest grau/màster/doctorat?

Has definit el teu objectiu professional?, on et veus d'ací a tres anys?, què t'agradaria aconseguir?, tens un pla a curt, mitjà i llarg termini?

En quina mesura creus que podria ajudar-te?

Amb quina intensitat en el dia a dia realitzes activitats per a aconseguir l'objectiu desitjat?

Estàs informat sobre els requisits necessaris per a l'obtenció del teu objectiu? Estudis, habilitats o competències.

El mentorat o mentorada lliura el seu currículum i el mentor o mentora explica les funcions i competències que desenvolupa en el seu lloc o empresa, la seua formació i experiència prèvia. L'estudiantat mentorat prepararà una acta que haurà d'estar disponible en AVI per a la segona sessió.

Sessió 2. Inici del pla d'acció

El mentor o mentora planteja a l'estudiantat reflexions sobre el que s'ha après en primera sessió, i l'anima a formular preguntes. Es comenta l'acta. El mentorat o mentorada pren consciència dels coneixements que el mentor o mentora li comparteix.

Els mentors indiquen a l'estudiantat demandes, reptes actuals i tendències del sector empresarial/empresa on treballen.

Es comenta el currículum lliurat, com millorar-lo i adaptar-lo al sector professional, i es revisen les fortaleces i aspectes que han de millorar-se del perfil de l'estudiantat. Els mentorats prepararan una acta que haurà d'estar disponible en AVI per a la tercera sessió.

Sessió 3. Tancament del pla d'acció

L'estudiantat lliura al mentor o mentora la versió final del currículum.

Es concreta, si és possible, una visita presencial a l'empresa o entitat on treballa el mentor o mentora.

Es revisa l'objectiu professional i es concreten accions a curt i mitjà termini a través de diversos camins: recomanacions de formació, jornades, treball en xarxa, participació en programes.

El mentor o mentora envia enllaços o informació addicional de lectura.

El mentorat o mentorada comenta dubtes i formula preguntes. Tot seguit, elabora una acta que penja en la plataforma.

Sessions 4 i posteriors (voluntàries)

Visita d'observació a l'empresa.

Accions de treball en xarxa.

5.3. Avaluació del programa

Indicadors

- Nombre de sessions i compliment d'aquestes. Lliurament de tasques.
- Satisfacció de les dues parts.
- Retroacció de mentor i a mentorat per al futur disseny final.
- Registres: actes de les sessions.

Informe sobre projecte pilot

Van participar-hi set mentors i mentores, un per mentorat o mentorada. Els seus perfils professionals van ser els següents: comerç internacional, advocacia, emprenedoria, cooperació internacional i igualtat de gènere, neuropsicologia, finances i *coaching*.

El nombre d'estudiantat mentorat que inicia aquesta fase va ser set (quatre dones i tres homes).

En relació amb els estudis de procedència, sis persones procedien de grau, una de doctorat i cap de màster. Concretament, dues persones havien estudiat el grau en Traducció i Interpretació, una el grau en Psicologia, una el grau de Turisme, una el grau de Dret, una el grau en Finances i Comptabilitat i l'última el doctorat en Estudis Internacionals en Pau, Conflictes i Desenvolupament.

6. Programari d'interacció revisat

- ALUMNII (<https://alumnii.de/>)

Programari programat a Alemanya. Combina la gestió de membres de la direcció i les eines de xarxa d'antic alumnat en una plataforma central. Està dirigit principalment a universitats, empreses, fundacions, associacions i col·legis.

- Graduway (<https://graduway.com/>)

Empresa proveïdora de plataformes de treball en xarxa i mentoria entre alumnat i antic alumnat. En concret, el producte específic de mentoria estudiat per l'OIPEP ha sigut GradCareers (<https://graduway.com/products/career-services/>).

- Pushfar (<https://www.pushfar.com/>)

Plataforma de mentoria i progrés professional. Inicialment, es decideix contractar amb aquesta empresa la plataforma de mentoria, però no aconseguim arribar a un acord de contractació.

Totes les empreses revisades permeten que el nombre de persones participants siga escalable, això és, no presenten límits quant al nombre d'usuaris. D'altra banda, tot el programari està dissenyat perquè la col·laboració de mentors puga ser voluntària i que puga inscriure's en els programes qualsevol persona interessada a ser mentor o mentora.

Finalment, per cost i eficiència, s'ha optat per l'ús de l'**Aula Virtual UJI**.

7. Bibliografia

Brown, R. T., Daly, B. P., & Leong, F. T. L. (2009). Mentoring in Research: A Developmental Approach. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(3), 306–313.

<https://doi.org/10.1037/a0011996>

Concordia University Irving US Mentor Program: <https://www.cui.edu/alumni/mentor-program>

Fundación CYD (2020): <https://www.fundacioncyd.org/mentores-cyd/>

Grupo Coimbra: International Mentoring Programme: <http://www-orientamento.unipv.it/wp-content/uploads/2019/11/International-Mentoring-Program-terms-updated-.pdf>

<https://empleo.ugr.es/noticias-empleo/international-mentoring-program/>

Nyssen, J.M (coord.) (2021) Marco para la autoevaluación de las universidades en la mejora de sus actuaciones en materia de empleo y empleabilidad de sus egresados y egresadas. ANECA. NIPO: 097210021. A:

http://www.aneca.es/content/download/15848/194264/file/informe_marcoempleabilidad_210409.pdf

Peregrin, R., Beas-Collado, M.I. i Villanueva (2021) *Empleabilidad y servicios universitarios de Empleo: referentes internacionales*. A: Nyssen (coord.) Marco para la autoevaluación de las universidades en la mejora de sus actuaciones en materia de empleo y empleabilidad de sus egresados y egresadas.. ANECA. p. 50-84

Programa 5UCV mentoring:

https://www.uji.es/serveis/increa/base/programes/itinerariemp/programes_actuels/mentoring5UCV/

Santiago, J.M. i Beas, M. I. (2021): Mentoring, una revisión de buenas prácticas en grupos de referentes internacionales. Pòster presentat en les VI Jornades d'Investigació per a l'alumnat de FCS de la Universitat Jaume I. *Àgora de Salut* (en premsa)

Projecte PREOCUPA'T (OIPEP, 2021):

<https://www.uji.es/serveis/oipep/base/programes/io/ofertes-ocupacio/projectes/anteriors/mentoring-ocupacio/>