



FICHA TÉCNICA:

Coordenadora Institucional | Ana Sofia de Sá Gil Rodrigues
Coordenação | Carla Faria & Ana Teresa Oliveira
Design Editorial | Tânia Araújo

Ano de Publicação: 2025

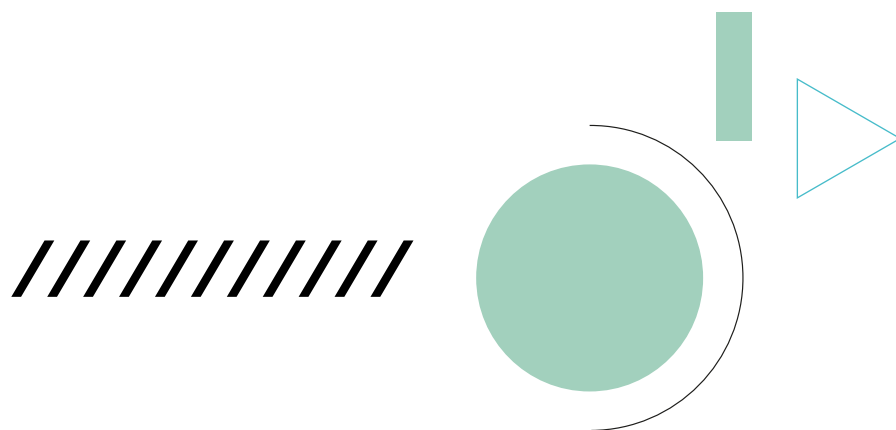
ISBN: 978-989-9141-31-5
DOI: 10.57910/ipvc-ese-978-989-9141-31-5



ÍNDICE

» Introdução	5
» Racional Base das mentorias	7
• Conceito	7
• Modelos	9
• Tipologia de Mentoria	12
• Papel do Mentor	13
• Papel do Mentorado	14
• Ganhos/efeitos	14
» Operacionalização do Programa	17
• Modelo de Governança	17
• Estrutura de Gestão	18
• Capacitação de Mentores	19
• Criação das Díades Mentor-Mentorado	20
• Princípios Orientadores	24
» Plano de Ação/Implementação	27
• Mentorias	27
• Plano de Avaliação e Monitorização	30
• Requisitos	32
» Considerações Finais	33
» Referências	37
» Contatos	41





No âmbito deste Programa de Mentorias Estudantes-Profissionais/Alumni IPVC, a Mentoria apresenta-se como uma ferramenta de desenvolvimento profissional em que um/a profissional mais experiente (Mentor/a) ajuda um/a estudante (Mentorando/a), com base na experiência pessoal e profissional adquirida ao longo da sua carreira.

Neste programa, as duplas mentor/a-mentorando/a podem ser de diferentes áreas de formação, tendo como objetivo o desenvolvimento de competências transversais do mentorando/a, potenciando o seu crescimento pessoal e profissional.

A relação mentor/a-mentorando/a inclui experiências e conversas sobre assuntos diversos, em áreas selecionadas entre os envolvidos, passando pela discussão de preocupações e dúvidas do mentorando/a em relação ao percurso académico, gestão de carreira, desenvolvimento do currículo e desafios no futuro profissional.



» Introdução

Mentoring é “a ação de influenciar, aconselhar, ouvir, ajudar a clarificar ideias e a fazer escolhas, guiar” (Vergara, 2016). Este conceito traduz-se numa prática de desenvolvimento pessoal e profissional, onde um indivíduo mais experiente (mentor) auxilia o outro na busca de crescimento (mentorado/a). O processo é marcado por orientações e apoio baseados na experiência do mentor, que partilha vivências e conhecimentos com o mentorado/a, permitindo que este/a enfrente desafios e alcance os seus objetivos de forma mais estruturada (Gomes, 2023, p. 38).

No âmbito do **Programa de Mentorias do Com.Sigo + IPVC**, este processo é adaptado às necessidades específicas dos/as estudantes, proporcionando uma ponte entre o conhecimento académico e as exigências do mercado de trabalho.

Este manual de Mentorias Estudantes- Profissionais apresenta as bases teóricas e operacionais do programa, bem como as diretrizes para a sua implementação, com o objetivo de maximizar o impacto e os benefícios para todos os envolvidos.

Este manual foi elaborado com base em princípios reconhecidos na literatura sobre mentoring e incorpora as melhores práticas para garantir um impacto significativo no desenvolvimento dos participantes. Ao longo das próximas secções, serão apresentados o racional teórico, a estrutura operacional do programa e as diretrizes para a sua implementação.



Com.S^{go}⁺
ipvc

