



# O QUE É MENTORIA?



Mentoria é a relação entre um profissional experiente (**mentor**) que compartilha seus conhecimentos, habilidades e experiência com um profissional menos experiente (**aprendiz**) cujo propósito é ajudá-lo em sua progressão na carreira.

## MENTOR

O Mentor se compromete com o aprendiz por um determinado período, dando suporte e encorajamento para que a outra pessoa gerencie seu próprio aprendizado, maximize seu potencial e desenvolva suas capacidades. Ele transmite a sua experiência e sabedoria adquirida em sua área de conhecimento e ajuda o aprendiz no seu processo de autoconhecimento sobre seus interesses e ambições e a encontrar um sentido para a sua vida profissional.

## APRENDIZ

O aprendiz deve ser o protagonista no seu processo de desenvolvimento e, portanto, só deve embarcar no exercício se tiver o compromisso de se preparar, participar das reuniões e agir após as reuniões. O aprendiz deve refletir sobre seus pontos fortes e seus pontos de melhorias, como obstáculos e barreiras internas que gerem resistência ao aprendizado e desenvolvimento discutindo sobre isso com o seu mentor.



O mentor é um guia, um mestre, conselheiro, alguém que tem vasta experiência profissional no campo de trabalho da pessoa que está sendo ajudada e, por isso, consegue explorar com o aprendiz a sua situação atual de carreira, o que deseja alcançar e qual será a estratégia de progressão, mas não prescreve soluções ou rotas de carreira.



## COMO O MENTOR PODE AJUDAR



INTRODUÇÃO/  
ORIENTAÇÃO  
DA CARREIRA



COMPREENSÃO DO  
AMBIENTE E CONTEXTO, INCLUSIVE  
IDENTIFICANDO E DISCUTINDO  
QUESTÕES ÉTICAS.



RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS,  
AJUDANDO A ANALISAR  
IMPLICAÇÕES, CONSEQUÊNCIAS OU  
RELAÇÃO DE CAUSA E EFEITO NAS  
SITUAÇÕES MAIS CRÍTICAS.



SUPERAR OBSTÁCULOS,  
DESAFIANDO ENQUANTO  
COMPARTILHA, DÁ EXEMPLOS,  
GUIA, ACONSELHA, DÁ SUPORTE  
E AUXILIA NO NETWORKING.



EXPLORAR MÉTODOS DE  
TRABALHO, DISCUTINDO FORMAS  
DE FAZER AS COISAS CERTAS.



PLANEJAMENTO  
DE CARREIRA

## FILOSOFIA E VISÃO

**Mentoria é sobre planejamento de carreira a longo prazo ou desafio estratégico de negócios.**

O mentor fornece apoio e aconselhamento que permite ao aprendiz criar e desenvolver estratégias para atingir seus objetivos.

A mentoria ajuda no planejamento da carreira do aprendiz adequando-a aos seus propósitos de vida profissional, pessoal, familiar e como empreendedor. O aprendiz gerencia ativamente "a via de mão dupla" do processo de exploração e discussão, aproveitando ao máximo o profissional altamente experiente ao seu dispor.

CONHECER UM  
AO OUTRO E  
CONSTRUIR A  
CONFIANÇA



**O processo de mentoria requer uma parceria que valide:**

- ✓ A duração do processo de mentoria;
- ✓ Plano de contato: ex.: reuniões regulares, telefone, email;
- ✓ Frequência do contato;
- ✓ Local e duração das reuniões;
- ✓ Conteúdo das discussões;
- ✓ Expectativas de cada um.

## DEFINIÇÃO DE METAS

**O APRENDIZ DEVE FALAR SOBRE A SUA VISÃO PARA O FUTURO, OBJETIVOS À FRENTE E INSPIRAÇÕES COM CONSCIÊNCIA SOBRE ONDE ESTÁ AGORA E CLAREZA PARA ONDE QUER IR.**



O mentor auxilia no desenvolvimento de um plano de carreira com objetivos, metas e prazos. Durante este processo o aprendiz reflete sobre suas experiências, forças, fraquezas, oportunidades e ameaças e determina como seu mentor pode ajudá-lo a progredir. Isso pode envolver a construção de novas habilidades e confiança, novas formas de trabalho e networking mais amplo.

*Ao fim do processo, o aprendiz sente-se fortalecido pela experiência, capaz de ver as coisas com maior clareza, definindo sua carreira com capacidade e autonomia para continuar seu trajeto independentemente.*

