



**Formação em *reverse* *mentoring***

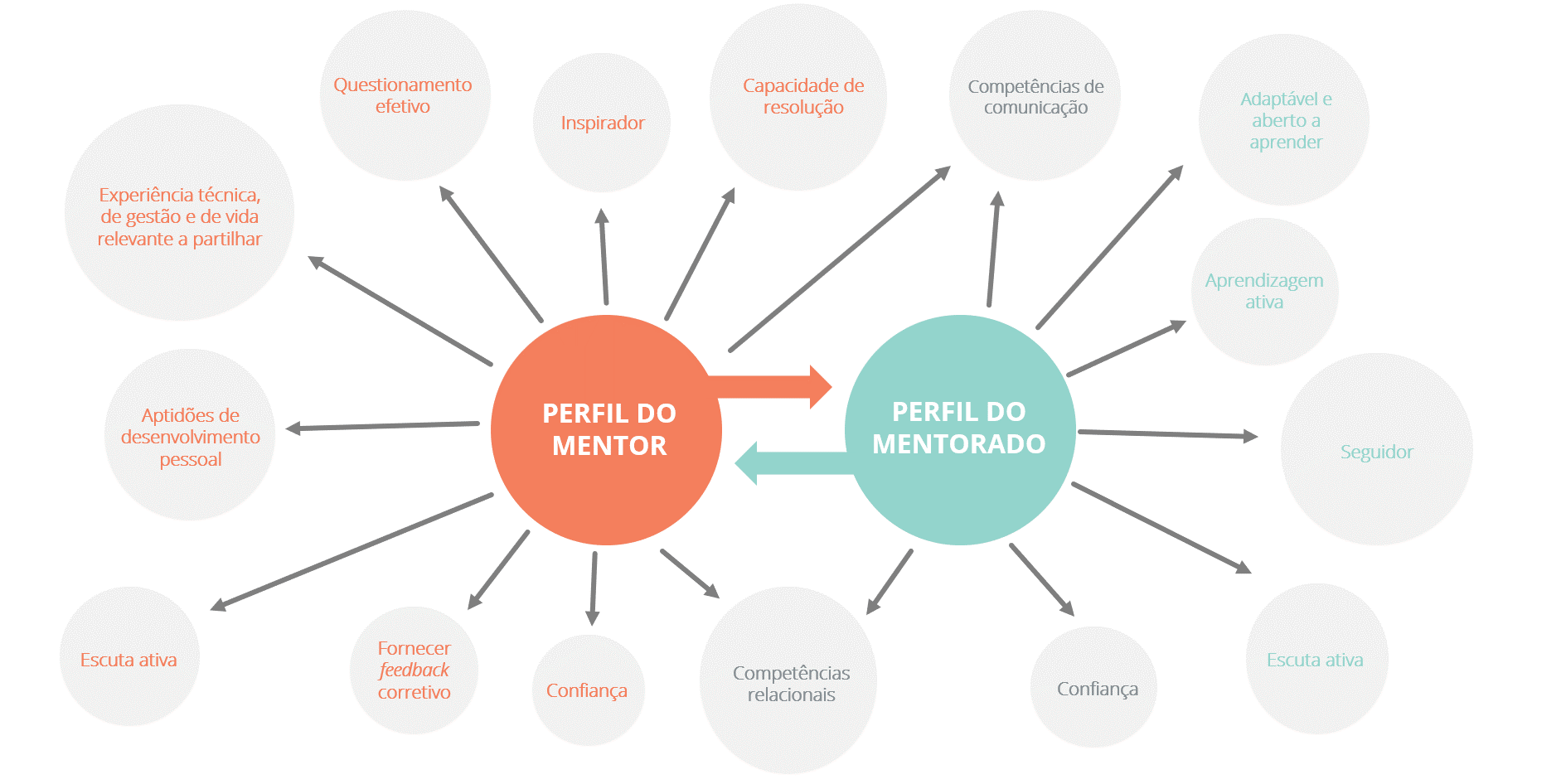
Autoria: Mindshift Talent Advisory, Portugal

Módulo 1: **Princípios e técnicas de *mentoring* e de *reverse mentoring***

**UA1:** Introdução ao *mentoring* e ao *reverse mentoring*

Ficha 1: Perfil do mentor e do mentorado

Atividade 2: Conhecer novos mentores e mentorandos



**Tabela 1 - Competências que posso explicar ou descrever**

|  |  |
| --- | --- |
| **Competências** | **Breve explicação** |
|  |  |
|  |  |

(+ acrescentar mais linhas, se necessário)

**Tabela 2 - Competências que não consigo explicar ou descrever**

|  |  |
| --- | --- |
| **Competências** | **Breve explicação** |
|  |  |
|  |  |

(+ acrescentar mais linhas, se necessário)

**Tabela 3 - Verificação das minhas competências em *mentoring***

|  |  |
| --- | --- |
| **Perfil do mentor** | **Perfil do mentorado** |
| Sou capaz de apoiar outros no desenvolvimento das suas competências e aptidões  Sou capaz de inspirar outros  Sei dar *feedback* corretivo  Sei questionar eficazmente  Sei gerir riscos  Sou capaz de abrir portas para outros, quando se trata de apoiá-los no acesso a novas oportunidades de trabalho, por exemplo.  Tenho conhecimentos relevantes que posso partilhar com outros.  Gosto de aprender e de melhorar as minhas competências  Estou sempre ávido por novos conhecimentos  Sou muito solidário e gosto de encorajar os outros  Tenho fortes competências de comunicação.  Sou capaz de ouvir ativamente e questionar eficazmente  Valorizo as relações de confiança | Reconheço a importância de ser orientado  Entendo o conceito de aprendizagem ativa  Tenho competências de aprendizagem ativa  Tomo frequentemente a iniciativa  Consigo seguir os planos  Tenho competências para estabelecer e gerir relações  Sou capaz de ouvir ativamente  Valorizo as relações de confiança  Adapto-me facilmente a diferentes situações  Estou aberto para aprender coisas novas  Tenho excelentes capacidades de comunicação. |