

Manual de Mentoria. Programa do Politécnico de Viseu



Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/vetor/diversidade-%C3%A1rvore-m%C3%A3os-ilustra%C3%A7%C3%A3o-gm151902402-21138449>

Autores

Emília de Carvalho Coutinho
Susana Alves
Elisa Santos
Inês Coelho
Simone Almeida
Cátia Loureiro
Ana Berta Alves
Artur Sousa
Carlos Quental
Cláudia Chaves
Cristina Amaro da Costa
Cristina Peixoto
Helena Vala
Isabel Martins
Olga Contente
Paula Correia
Paula Santos
Sofia Campos
Paula Bettencourt
João Luís Monney de Sá Paiva

Viseu, 2021



Manual de Mentoria. Programa do Politécnico de Viseu



Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/vetor/diversidade-%C3%A1rvore-m%C3%A3os-ilustra%C3%A7%C3%A3o-gm151902402-21138449>

Autores

Emília de Carvalho Coutinho
Susana Alves
Elisa Santos
Inês Coelho
Simone Almeida
Cátia Loureiro
Ana Berta Alves
Artur Sousa
Carlos Quental
Cláudia Chaves
Cristina Amaro da Costa
Cristina Peixoto
Helena Vala
Isabel Martins
Olga Contente
Paula Correia
Paula Santos
Sofia Campos
Paula Bettencourt
João Luís Monney de Sá Paiva

Viseu, 2021



FICHA TÉCNICA

Título

Manual de Mentoria. Programa do Politécnico de Viseu

Direção e coordenação

Emília de Carvalho Coutinho

Colaboração técnica executiva

Jéssica A. Sá Antunes

Autores

Professoras e professores do Grupo de Missão para a Inclusão do Politécnico de Viseu (IPV)
Emília Coutinho, Ana Berta Alves, Artur Sousa, Carlos Quental, Cláudia Chaves, Cristina Amaro da Costa, Cristina Peixoto, Helena Vala, Isabel Martins, Olga Contente, Paula Correia, Paula Santos, Sofia Campos, João Luís Monney de Sá Paiva

Técnica Superior Jurista do Grupo de Missão para a Inclusão do Politécnico de Viseu (IPV)

Paula Bettencourt

Estudantes da Escola Superior de Saúde de Viseu do Politécnico de Viseu

Susana Alves, Elisa Santos, Inês Coelho, Simone Almeida, Cátia Loureiro

Agradecimentos

Pelo trabalho desenvolvido na Escola de Verão Mentores em ação, na ESSV, no ano letivo de 2020-2021, a estudantes envolvidos dos cursos 37º, 36º e do 34º CE, e particularmente, aos bolseiros de iniciação à investigação do referido projeto, da ESEV: Ana Margarida Neves de Jesus, Sandra Francisca Silva Almeida, da ESAV: Salomé Valdez Pacheco Moura Coutinho, Mariana Rebelo Rodrigues, da ESSV: Mariana João Cerdeira Lopes, Jéssica Manuela Gonçalves Santos, Inês Romão Esteves, Susana Beatriz Madalena Vaz Alves, Inês Solange Loureiro Coelho, Elisa Manuela Gonçalves dos Santos, Simone Gomes Almeida, Cátia Sousa Loureiro, da ESTGL: André Miguel Loureiro Ferreira, Ana Rita Sampaio Freitas, da ESTGV: Ana Rita Mendonça Ribeiro Tavares, Tânia Marques Mota

Agradecimento especial

Escola Superior de Saúde de Viseu e Politécnico de Viseu pela oportunidade de criar e de desenvolver o programa de mentoria e implementar a Escola de verão Mentores em ação nos anos letivos 2020-2021 e 2021-2022.

ISBN: 978-989-54712-5-6 eletrónico

Ano: 2021

Edição: Escola Superior de Saúde de Viseu/Politécnico de Viseu.



Rua Dom João Crisóstomo Gomes de Almeida 102, 3500-843 Viseu.

Como referenciar

Com todos os autores: Coutinho E., Alves, S., Santos, E., Coelho I., Almeida, S., Loureiro, C., Alves, A. B., Sousa, A., Quental, C., Chaves, C., Amaro da Costa, C., Peixoto, C., Vala, H., Martins, I., Contente, O., Correia, P., Santos, P., Campos, S., Bettencourt, P., Paiva, J. L. M. S. (2021). Manual de Mentoria. Programa do Politécnico de Viseu. In Escola Superior de Saúde de Viseu/Politécnico de Viseu (Ed.), (pp. 47). Em http://pv.inclusao.ipv.pt/wp-content/uploads/2021/10/PM.IPV_.2021.ISBN_.pdf

Com normas APA: Coutinho, E., Alves, S., Santos, E., I., C., Almeida, S., Loureiro, C., . . . Paiva, J. L. M. S. (2021). Manual de Mentoria. Programa do Politécnico de Viseu. In Escola Superior de Saúde de Viseu/Politécnico de Viseu (Ed.), (pp. 47). Em http://pv.inclusao.ipv.pt/wp-content/uploads/2021/10/PM.IPV_.2021.ISBN_.pdf



SUMÁRIO

Nota Introdutória	13
Programa de Tutoria e Mentoria	15
Participantes	16
Direitos e Funções do Tutor	18
Direitos e Funções do Mentor	19
Direitos e Funções do Mentorado	20
Como Funciona o Programa	21
Divulgação do Programa	22
Inscrição de Mentores	22
Formação de Mentores	22
Apresentação do Programa aos Estudantes Recém-Chegados	23
Inscrição de Mentorados	23
Atribuição dos Pares Mentor-Mentorados	24
Planificação das Sessões de Mentoria	25
Monitorização do Programa	27
Síntese	27
Referências Bibliográficas	30
Bibliografia de Imagens	31
Anexos	32



LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Árvore da Inclusão	1
Figura 2: Público-Alvo	15
Figura 3: Principais Áreas do Programa de Mentoria	16
Figura 4: Participantes do Programa de Mentoria	16
Figura 5: Fases do Programa de Mentoria	27
Figura 6: Participantes do Programa de Mentoria e respetivas funções	28
Figura 7: Planificação do PM em função de cada período e respetivas intervenções.....	29



LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

CTesP - Cursos Técnicos Superiores Profissionais

ES – Ensino Superior

ESAV – Escola Superior Agrária de Viseu

ESEV – Escola Superior de Educação de Viseu

ESSV – Escola Superior de Saúde de Viseu

ESTGL – Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Lamego

ESTGV – Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Viseu

IES – Instituição do Ensino Superior

PV - Politécnico de Viseu

UO – Unidade Orgânica



NOTA INTRODUTÓRIA

A implementação dos princípios da educação inclusiva no Ensino Superior (ES) é um desafio à própria academia, docentes e estudantes, concretizável através da implementação de Programas de Tutoria/Mentoria. A educação inclusiva foi originalmente desenvolvida para estudantes mais jovens, antes da sua aplicação ao ES. No entanto, à medida que aumenta a heterogeneidade de estudantes no ES, tem aumentado também a necessidade de implementação de práticas inclusivas neste contexto académico.

A missão das instituições de ES centra-se na promoção do desempenho e na preparação dos estudantes para a competitividade global, promovendo a excelência educacional e garantindo a igualdade no acesso.

Cada vez mais as instituições de ensino superior (IES) têm incentivado e atraído estudantes de diversas origens e experiências, requerendo esforços para criar comunidades académicas inclusivas e acolhedoras para todos os estudantes. Com esta nova realidade, as IES têm procurado desenvolver estratégias de inclusão educativa em que as premissas passam por reconhecer a importância de um trabalho centrado na diversidade, equidade, inclusão de todos os estudantes, e restante comunidade académica, independentemente das suas características pessoais, situacionais ou culturais (Newman & Conway, 2016, pp. 100-101).

No contexto de práticas inclusivas no ES, assume toda a importância fornecer aos estudantes o acesso a orientações que os levem a sentir-se plenamente incluídos, tendo em conta a prevalência da diversidade dos estudantes que ingressam no ES. A mentoria/tutoria pode ser eficaz no tratamento de questões-chave e problemas que as instituições do ES atualmente enfrentam, incluindo a necessidade de aumentar as taxas de conclusão dos cursos, reduzir o abandono escolar e as desigualdades nos resultados em grupos sub-representados, bem como ampliar a participação de todos os estudantes na vida académica, sem qualquer exclusão.

Por outro lado, os estudantes também enfrentam muitos desafios, decorrentes do desconhecimento da organização e dinâmica institucional, como carga horária, quantidade e diversidade de matéria lecionada, ambiente académico e meio envolvente, processo no qual, a experiência prévia do mentor pode ser fundamental.

Os estudantes envolvidos em programas de mentoria/tutoria desenvolvem mais conhecimento teórico e prático, com aplicação na futura vida profissional (Arnesson & Albinsson, 2017, pp. 202-203). Os programas de mentoria/tutoria definem-se como uma troca de conhecimentos e experiências entre mentor e mentorado. Além disso, a orientação é descrita como um processo democrático em que os pensamentos, as reflexões e os conhecimentos são aprofundados e resultam em práticas inclusivas.

Um mentor é uma pessoa que contribui com o seu conhecimento, experiência e perspetivas, ou seja, está subjacente a ideia de que o mentor dá orientação ao mentorado no seu desenvolvimento pessoal e académico. O mentor, neste processo, desenvolve-se profissionalmente e o mentorado desenvolve-se a nível psicossocial. O mentor também pode ser descrito como uma pessoa sensata que tem interesse no apoio às pessoas menos experientes. Na prática, a mentoria/tutoria pode ser resumida como uma combinação de apoio emocional e prático (Arnesson & Albinsson, 2017, p. 203).

PROGRAMA DE TUTORIA E MENTORIA

O Politécnico de Viseu tem, ao longo dos anos, procurado desenvolver práticas de inclusão de todos, estudantes e outros membros da academia, os que em Viseu procuram desenvolver o presente Programa de Mentoria tem como objetivos:

- Promover a inclusão dos estudantes na instituição;
- Desenvolver mecanismos de acolhimento e acompanhamento dos mentorados;
- Apoiar os estudantes provenientes de outras regiões nacionais e estrangeiras;
- Promover um ambiente de proximidade e colaborativo;
- Contribuir para o enriquecimento pessoal e curricular de todos os participantes;
- Promover a equidade, o sucesso académico e a resolução de dificuldades diversas apresentadas pelos mentorados;
- Prevenir o abandono académico;
- Criar uma rede interna de apoio académico.

Público-alvo

Este programa dirige-se a estudantes dos 1.º e 2.º anos dos cursos de CTesP, 1.º e 2.º ciclos, oriundos dos vários contingentes e de programas de mobilidade internacional/nacional que se disponibilizem para nele participar. Envolve também os docentes, enquanto tutores, assumindo o papel de referência e de acompanhamento dos mesmos.

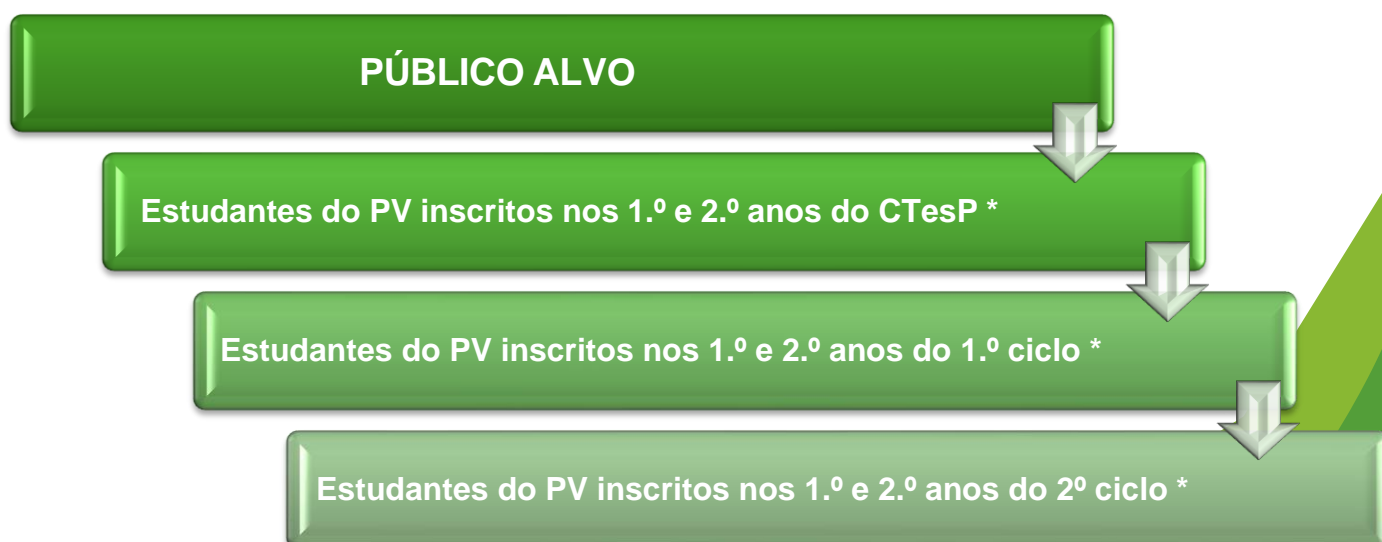


Fig. 2: Público-Alvo

* quer se encontrem, ou não, em mobilidade internacional/nacional

Principais Áreas do Programa de Mentoria

São áreas prioritárias do programa de mentoria, acolher e promover relações; ajudar a reconhecer os espaços de cada unidade orgânica e os serviços /recursos existentes na instituição nomeadamente o Serviço de Ação Social, as Relações internacionais, o Centro Local de Apoio à Integração de Migrantes, entre outros; transmitir conhecimentos implícitos sobre cada curso e as suas particularidades/especificidades

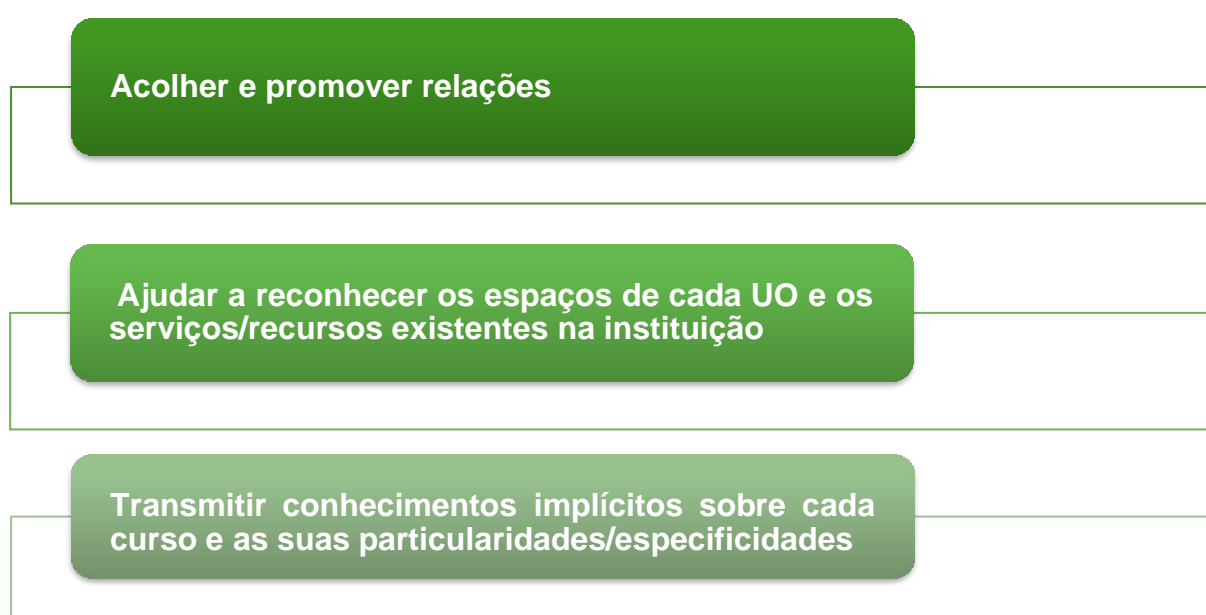


Fig. 3: Principais Áreas do Projeto de Mentoria

PARTICIPANTES

São participantes do Programa de Mentoria o tutor coordenador da instituição, o tutor coordenador da unidade orgânica, os tutores, os mentores coordenadores, os mentores, os mentorados

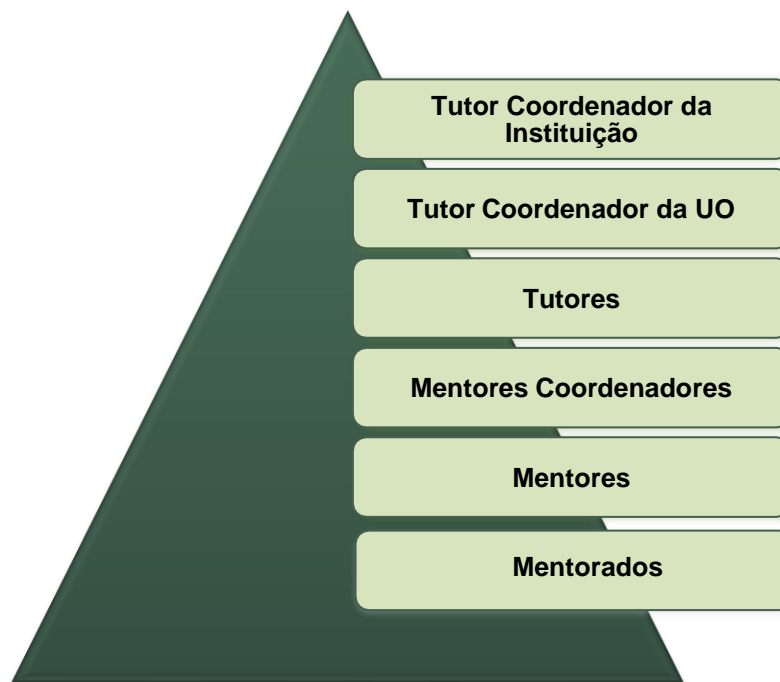


Fig. 4: Participantes do Programa de Mentoria

O **tutor coordenador da instituição** tem como função a monitorização da implementação do programa, que é realizada semestralmente, através de reuniões com os tutores coordenadores das diferentes UO.

16

O **tutor coordenador da unidade orgânica** tem como função a monitorização da implementação do programa, que é realizada trimestralmente, através de reuniões com os tutores.

Os **tutores** são responsáveis por coordenar, supervisionar e acompanhar os mentores coordenadores – entre cinco a dez; explicar em que consiste o processo de mentoria; e serem agentes facilitadores no processo de implementação. Este acompanhamento é feito mensalmente, recorrendo a reuniões com os mentores coordenadores, podendo existir reuniões informais sempre que necessário e em data e horário definidas pelos intervenientes.

Os **mentores coordenadores** orientam e acompanham os mentores, entre cinco a dez, ajudando-os a ultrapassar as dificuldades surgidas no decurso do estabelecimento da relação de mentoria. Estes devem cumprir encontros quinzenais com os mentores.

Os **mentores** orientam e acompanham os mentorados, de preferência um, no máximo cinco. Os mentores devem estar disponíveis para ajudar, sendo autênticos e demonstrando sentido de responsabilidade pelo papel que desempenham. Terão acesso a formação específica e ser-lhes-á disponibilizado material de apoio à realização das sessões/encontros de mentoria. Os encontros entre mentor e mentorados devem ter uma frequência mínima de um encontro semanal no primeiro mês. Posteriormente, poderão ser mais espaçados e informais, sendo marcados mediante as necessidades sentidas pelos mentorados.

Por sua vez, os **mentorados** têm direito à orientação e acompanhamento por parte de um mentor durante o seu primeiro ano de frequência na academia.

DIREITOS E FUNÇÕES DO TUTOR

O tutor deve ter, essencialmente, um papel de supervisão, coordenação e orientação, não assumindo a responsabilidade pela resolução dos problemas do estudante.

Direitos do tutor:

- A participar em ações de formação úteis para o bom desempenho das suas funções, divulgadas e facultadas pela instituição;
- A ser respeitado pelos dirigentes e órgãos quando se lhes dirige para colocação de assunto relativo às suas funções de tutor;
- A obter reconhecimento pelas funções que assume, através de declaração emitida pela UO, constando no seu *Curriculum Vitae* e/ou atividade de avaliação docente.
- Obter certificado de tutor, mediante apresentação de relatório no final do ano letivo

Funções do tutor:

- Monitorizar a implementação do programa;
- Coordenar, supervisionar e acompanhar os mentores coordenadores;
- Realizar reuniões com os diversos participantes do programa;
- Orientar e aconselhar os mentores coordenadores;
- Informar os mentores sobre o funcionamento e organização da instituição;
- Estar disponível para ouvir os assuntos trazidos pelos estudantes e tomar as devidas providências para a sua resolução.



DIREITOS E FUNÇÕES DO MENTOR

Os mentores proporcionam orientação e aconselhamento aos mentorados.

Direitos do Mentor:

- Desenvolver competências relacionais e comunicacionais;
- Desenvolver o sentido de cooperação, solidariedade, e cidadania, fundamentais para a sua carreira profissional e percurso de vida;
- Participar em sessões de formação;
- Referenciar esta atividade de voluntariado, no suplemento ao diploma;
- Obter certificado de mentor, mediante apresentação de relatório no final do ano letivo.
- Usar traje académico desde o seu primeiro dia de entrada na instituição

Funções do Mentor:

- Ser responsável pela criação e desenvolvimento de relações solidárias com o mentorado;
- Participar nas sessões de formação e nas atividades de acolhimento promovidas;
- Responder aos instrumentos de avaliação e melhoria do programa;
- Comunicar ao tutor qualquer situação que identifique e que mereça atenção particular relativa aos seus mentorados ou situações anómalas que ocorram no âmbito da relação de mentoria;
- Elaborar relatório da sua colaboração como mentor a apresentar no final da sua apresentação do programa.



DIREITOS E FUNÇÕES DO MENTORADO

Direitos do Mentorado:

- Desenvolver competências relacionais e comunicacionais;
- Desenvolver o sentido de cooperação, solidariedade, e cidadania, fundamentais para a sua carreira profissional e percurso de vida
- Ter acesso a toda a informação necessária
- Obter certificado de mentorado, mediante apresentação de relatório no final do ano letivo
- Usar traje académico desde o primeiro dia da sua entrada na instituição

O mentorado tem como benefícios todos os decorrentes do cumprimento dos objetivos do programa de mentoria. É o mentorado o centro de atenção de todo o programa de mentoria.

Funções do Mentorado:

- Tem como função ser responsável pela criação e desenvolvimento de uma relação solidária com o mentor;
- Comunicar ao tutor qualquer situação anómala, que ocorra no âmbito da relação de mentoria;
- Participar nas atividades de convívio organizadas;
- Responder aos instrumentos de avaliação e melhoria do programa.

COMO FUNCIONA O PROGRAMA

O programa de tutoria/mentoria está disponível a todos os estudantes da instituição, em cada uma das suas unidades orgânicas, inscritos em regime normal, do CTesP, 1.º e 2.º ciclos de estudos, sendo para tal necessário que manifestem formalmente o seu interesse nessa participação.

A relação de mentoria deve basear-se na confiança, reciprocidade, respeito, entreaajuda, companheirismo, presença e disponibilidade, considerando sempre a promoção da capacidade de autonomia e tomada de decisão por parte do estudante, bem como o seu direito à autodeterminação e liberdade.

O programa de tutoria/mentoria tem efeitos benéficos, não só sobre os estudantes recém-chegados, mas também sobre os próprios mentores e, finalmente, no ambiente global da academia.

A relação de mentoria fundamenta-se na interação de um estudante mais experiente na academia com um outro recém-chegado à mesma. Nesta relação, o estudante mais experiente orienta e acompanha aquele que acabou de chegar, transmitindo-lhe a sua visão e perceções do mundo académico vivenciado, permitindo que este aceda de forma privilegiada a informação importante à sua compreensão do “mundo novo”. O contributo dos mentores é fundamental para a motivação e encorajamento dos estudantes recém-admitidos. Essa partilha por parte do mentor poderá ter efeitos muito positivos no sucesso académico, prevenção do abandono, no desenvolvimento de um sentimento de autorrealização e satisfação, contribuindo o seu desempenho profissional futuro e finalmente para uma sociedade mais empreendedora, acolhedora e solidária.

O funcionamento do Programa de Tutoria/Mentoria observa uma série de etapas, abaixo descritas.

DIVULGAÇÃO DO PROGRAMA

O programa será divulgado no site institucional e de cada unidade orgânica e será também divulgado pelos tutores no âmbito das unidades curriculares que lecionam.

INSCRIÇÃO DE MENTORES

No *website* onde está divulgado o programa, será criado um espaço próprio para a candidatura/inscrição de mentores, até meados do último mês do presente ano letivo. Todos os estudantes que desejem ser mentores, devem fazer a sua inscrição até à data-limite, preenchendo o formulário disponibilizado *on-line* no *website* institucional. No final desta etapa estará formada uma bolsa de mentores.

FORMAÇÃO DE MENTORES

Com a criação da bolsa de mentores estão identificados os mentores que usufruirão de formação prévia à implementação do programa que decorrerá em data/as a definir, antes da chegada dos estudantes do 1.º ano.

A formação disponibilizada incluirá uma parte teórica e outra teórico-prática. Na formação teórica serão fornecidos conteúdos relativos à organização e funcionamento institucional, bem como à organização e implementação do programa de mentoria. Na formação teórico-prática, serão desenvolvidas as temáticas relacionadas com comunicação e relacionamento, métodos de estudo, gestão do tempo, dinâmicas de grupo e gestão de conflitos. Serão também disponibilizados documentos síntese informativos sobre os procedimentos administrativos. Finalmente, toda a informação estará detalhada no manual de acolhimento de estudantes do PV e no presente manual.

APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA AOS ESTUDANTES RECÉM- CHEGADOS

Os mentores inscritos no programa deverão estar presentes nas respetivas unidades orgânicas, junto ao local onde serão realizadas as matrículas dos estudantes recém-chegados. Neste primeiro dia na academia, os mentores devem ajudá-los no respetivo processo de inscrição e matrícula.

No decurso da primeira semana, um dos dias será dedicado à receção e acolhimento dos estudantes recém-chegados, tendo em vista a apresentação do programa de tutoria/mentoria e a realização de atividades de inclusão (apresentação das instalações da UO, visita guiada à cidade, finalizando com momentos de convivência cidadã). A apresentação do programa de tutoria/mentoria será repetida pelos tutores aquando da chegada dos estudantes das 2.^a e 3.^a fases.

INSCRIÇÃO DE MENTORADOS

Os estudantes que pretendam integrar o programa de tutoria/mentoria farão a sua inscrição voluntária, no local próprio do *website* institucional em formulário destinado para esse efeito, no período que decorre entre o início das matrículas e o final da primeira semana. Os estudantes das 2.^a e 3.^a fases farão a sua inscrição em momento diferido, dependendo da data da sua matrícula. No final desta fase estará criada a bolsa de mentorados.

ATRIBUIÇÃO DOS PARES MENTOR-MENTORADOS

Ainda na primeira semana, deverá ocorrer uma reunião entre tutores e mentores, de modo que se possa desenhar e traçar a forma como se pretende que seja estabelecida a interação com os mentorados, estipulando acontecimentos e datas – calendarização e planificação das sessões de mentoria.

Formadas as bolsas de mentores e mentorados, o tutor coordenador responsável pelo programa de mentoria de cada unidade orgânica, deverá realizar uma reunião entre mentores e mentorados, com o objetivo de planear e dar a conhecer, todas as atividades que se pretendem realizar, a partir do momento em que seja estabelecida a relação de mentoria.

Nesta fase, será realizado o emparelhamento aleatório entre grupos de mentores e mentorados, mediante critérios pré-estabelecidos (por exemplo: deve ser realizado o emparelhamento de mentores e mentorados que possuam a mesma condição – trabalhadores-estudantes; estudantes em mobilidade, entre outros) e obedecendo ao limite máximo de um a cinco estudantes recém-chegados por mentor.

Relativamente aos estudantes das 2.^a e 3.^a fases, após a respetiva inscrição na bolsa de mentorados, será feito o emparelhamento posteriormente.

Concluída a formação dos grupos mentor-mentorados, existirá um momento em que os mesmos farão a apresentação inicial, para a assinatura da carta de compromisso e para que se possam conhecer melhor e trocar contactos. Em casos de impedimento à continuidade da relação de mentoria estabelecida, haverá um prazo de 15 dias para a possibilidade de permuta com outro par que esteja disponível para essa troca, ou para a atribuição de um novo mentor.

No decurso do primeiro mês, pretende-se que seja realizada uma atividade de convívio que permita a partilha de sabores da gastronomia regional do local de origem dos participantes no programa, bem como a troca de experiências e conhecimentos.

PLANIFICAÇÃO DAS SESSÕES DE MENTORIA

São considerados três períodos na planificação das sessões de mentoria com âmbitos diferenciados: "Acolhimento", "Conhecimento e Desenvolvimento" e "Autonomia".

Na 1ª Semana: "Acolhimento"

O grande objetivo deste primeiro período será o de acolher os estudantes recém-chegados através da sua apresentação, início da interação e convívio em ambiente informal.

Neste período incluem-se sete atividades:

Atividades:

- 1.ª - Apoio nas matrículas;
- 2.ª - Reunião dos tutores para apresentação do programa de tutoria/mentoria aos estudantes recém-chegados;
- 3.ª - Constituição dos grupos mentor-mentorado;
- 4.ª - Apresentação entre mentores-mentorados;
- 5.ª - Assinatura da carta de compromisso;
- 6.ª - "À descoberta da Escola e da cidade";
- 7.ª - Encontro extraescola.

Entre a 2.ª e a 5.ª semanas: " Conhecimento e Desenvolvimento"

Neste período, o grande objetivo será o desenvolvimento da relação de mentoria e a partilha de conhecimentos e experiências entre mentor e mentorado. Esse conhecimento/desenvolvimento inclui reuniões de acompanhamento, supervisão e orientação do programa e atividades de convívio entre os vários participantes. É composto por sete atividades que se apresentam:

Atividades:

- 1.^a - Partilha de sabores;
- 2.^a - Encontro formal, promovido pelo tutor, sobre o tema “Planificação de Estudo”;
- 3.^a – Reunião quinzenal entre mentores e mentores coordenadores;
- 4.^a – Reunião mensal entre tutores e mentores;
- 5.^a – Reunião informal entre tutores e mentorados, sempre que necessário;
- 6.^a – Atividades de convívio entre os participantes do programa (musicais, desportivas, lúdicas);
- 7.^a – Atividade didática, promovida pelo tutor, sobre o tema: “Planificação de estudo, diferenças entre estudar no secundário e no ES”.

Entre a 5.^a semana e o fim do 1.º semestre: "Autonomia"

Neste período, o grande objetivo será a promoção da autonomia do estudante recém-chegado. O desenvolvimento dessa autonomia inclui contactos informais entre os grupos, reuniões de acompanhamento, supervisão e orientação do programa e análise do programa implementado. É composto por cinco atividades que se apresentam:

Atividades:

- 1.^a – Contactos informais, a definir por cada grupo, respeitando a dinâmica interna criada;
- 2.^a – Reunião quinzenal entre mentores e mentores coordenadores;
- 3.^a – Reunião mensal entre tutores e mentores;
- 4.^a – Reunião entre mentores e mentorados, para reflexão e análise do progresso académico de cada um dos seus membros;
- 5.^a – Elaboração de relatório de mentoria e apresentação de sugestões de melhoria.

MONITORIZAÇÃO DO PROGRAMA

O tutor responsável de cada UO deve agendar, mensalmente, uma reunião com cada mentor, com o objetivo de discutir as atividades desenvolvidas, dificuldades sentidas e percepções quanto ao futuro da relação. Deve também ser feito um acompanhamento ao mentorado, com vista à percepção do seu ponto de vista sobre o desenvolvimento da relação de mentoria.

O programa será avaliado no final do ano letivo, através do preenchimento de questionários (análise SWOT) e realização de relatório por parte de todos os participantes.

SÍNTESE

Apresentam-se três figuras síntese com as fases do funcionamento do programa, os participantes e funções de cada um, e por fim a planificação do programa de mentoria. Após as referências bibliográficas são apresentados modelos para facilitar o registo por parte de todos os participantes no programa

Funcionamento do programa

FUNCIONAMENTO DO PROGRAMA	
FASES	Divulgação do Programa
	Inscrição de Mentores
	Formação de Mentores
	Apresentação do Programa aos Estudantes Recém-chegados
	Inscrição de Mentorados
	Atribuição dos Pares Mentor-Mentorado
	Planificação das Sessões de Mentoria
	Implementação da planificação
	Monitorização do Programa

Fig. 5: Fases do Programa de Mentoria

Participantes do Programa de Mentoria e respetivas funções

PARTICIPANTES DO PROGRAMA	FUNÇÕES
Tutor Coordenador da Instituição	Monitorização semestral da implementação do programa, através de reuniões com os tutores coordenadores das diferentes UO
Tutor Coordenador da UO	Monitorização trimestral da implementação do programa, através de reuniões com os tutores
Tutor	Coordenação, supervisão e acompanhamento dos mentores coordenadores Explicação do processo de mentoria Facilitação do processo de implementação Realização de acompanhamento mensal
Mentor Coordenador	Orientação e acompanhamento dos mentores ajudando-os a ultrapassar as dificuldades surgidas no decurso do estabelecimento da relação de mentoria. Estes devem cumprir encontros quinzenais com os mentores.
Mentor	Orientação e acompanhamento dos mentorados.

Fig. 6: Participantes do Programa de Mentoria e respetivas funções

Planificação do programa de mentoria

PLANIFICAÇÃO DO PROGRAMA DE MENTORIA	
Período	Intervenções
"Acolhimento" (1. ^a semana)	<ol style="list-style-type: none"> 1.^a Apoio nas matrículas; 2.^a Reunião dos tutores para apresentação do programa de tutoria/mentoria aos estudantes recém-chegados; 3.^a Constituição dos grupos mentor-mentorado; 4.^a Apresentação entre mentores-mentorados; 5.^a Assinatura da carta de compromisso; 6.^a "À descoberta da Escola e da cidade"; 7.^a Encontro extraescola.
"Conhecimento e Desenvolvimento relacional" (entre a 2. ^a e a 5. ^a semanas)	<ol style="list-style-type: none"> 1.^a Partilha de sabores; 2.^a Encontro formal, promovido pelo tutor, sobre o tema "Planificação de Estudo"; 3.^a Reunião quinzenal entre mentores e mentores coordenadores; 4.^a Reunião mensal entre tutores e mentores; 5.^a Reunião informal entre tutores e mentorados, sempre que necessário; 6.^a Atividades de convívio entre os participantes do programa (musicais, desportivas, lúdicas); 7.^a Atividade didática, promovida pelo tutor, sobre o tema: "Planificação de estudo, diferenças entre estudar no secundário e no ES".
"Autonomia" (entre a 5. ^a semana e o fim do 1. ^o semestre)	<ol style="list-style-type: none"> 1.^a Contactos informais, a definir por cada grupo, respeitando a dinâmica interna criada; 2.^a Reunião quinzenal entre mentores e mentores coordenadores; 3.^a Reunião mensal entre tutores e mentores; 4.^a Reunião entre mentores e mentorados, para reflexão e análise do progresso académico de cada um dos seus membros; 5.^a Elaboração de relatório de mentoria e apresentação de sugestões de melhoria.

Fig. 7: Planificação do PM em função de cada período e respetivas intervenções

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arnesson, A., & Albinsson, G. (2017). Mentorship – a pedagogical method for integration of theory and practice in higher education. *Nordic Journal of Studies in Educational POLICY*; Vol. 3, 3, 202–217. <https://doi.org/10.1080/20020317.2017.1379346>
- Coutinho, E. C., Oliveira, A. P., Reis, C. M., Oliveira, I. R. C., Maltez, L. d. A., Osório, S. M. P., . . . Santos, P. M. d. (2021). A inclusão dos estudantes na academia como um desafio à interculturalidade. *REVES - Revista Relações Sociais*, 4(2), 12532-12501-12517e. doi:10.18540/revesv4iss2pp12532-01-17e
- Coutinho, E., Alves, S., Coutinho, S., Jesus, A. M., Vala, H., Amaro Costa, C., & Santos, P. M. (2020). Programa de mentoria no Politécnico de Viseu – perceções dos grupos envolvidos no projeto piloto acerca das melhorias a desenvolver. In P. d. Leiria (Ed.), *VI Conferência Internacional para a Inclusão. Livro de resumos* (pp. 415-427).
- Coutinho, E., Loureiro, C., Mota, T., Loureiro, A., Contente, O., Peixoto, C., & Santos, P. M. (2020). Formas de perceber a estrutura de um programa de mentoria. *Millenium*, 2(ed espec nº7), 35-43. doi:DOI: 10.29352/mill0207e.04.00385
- Coutinho, E., Oliveira, A. P., Reis, C. M., Cabral Oliveira, I. R., Maltez, L. d. A., Pereira Osório, S. M., . . . Santos, P. (2020). Vivências de exclusão na academia: desafios à interculturalidade. *New Trends in Qualitative Research*, 4, 391-405. doi:10.36367/ntqr.4.2020.391-405
- Coutinho, E., Santos, E., Esteves, I., Tavares, A. R., Chaves, C., Correia, P., & Santos, P. M. (2020). Significados atribuídos ao programa de mentoria implementado numa instituição de ensino superior. *Millenium*, 2(ed espec nº7), 95-105. doi:https://doi.org/10.29352/mill0207e.11.00386
- Newman, I., & Conway, J. (2016) The nature of inclusive Learning Environments. *The Journal of Inclusive Practice in Further & Higher Education*, 7,100-111.
- Santos, P. M., Almeida, S., Santos, J., Almeida, F., Sampaio, R., Martins, I., . . . Coutinho, E. (2020). Constrangimentos na implementação de um programa de mentoria numa instituição de ensino superior. *Millenium*, 2(ed espec nº7), 123-131. doi:DOI: 10.29352/mill0207e.14.00387
- Santos, P. M., Coelho, I., Lopes, M., Rodrigues, M., Alves, A. B., Campos, S., & Coutinho, E. (2020). Benefícios do programa de mentoria para a população estudantil do Instituto Politécnico de Viseu In P. d. Leiria (Ed.), *VI Conferência Internacional para a Inclusão. Livro de resumos* (pp. 328-339).
- Universidade do Porto, Universidade de Aveiro, Universidade de Trás-Os-Montes e Alto Douro, Universidade de Lisboa. (2018). Carta de Mentoria/Tutoria Inter pares - Princípios orientadores para a integração e vivência solidárias no ensino superior. Acedido em https://www.fc.up.pt/mentoriafcup/ficheiros/CARTA-de-PRINCÍPIOS_MENTORIA.pdf

BIBLIOGRAFIA DE IMAGENS

Figura 1: Árvore da Inclusão. Acedido em <https://www.istockphoto.com/br/vetor/diversidade-%C3%A1rvore-m%C3%A3os-ilustra%C3%A7%C3%A3o-gm151902402-21138449>

Formulário de inscrição do Mentor para o programa de Tutoria/Mentoria

Dados Pessoais

Nome completo: _____

Sexo: Feminino Masculino Data de Nascimento: _____

E-mail: _____ Telemóvel: _____

Naturalidade: _____ Nacionalidade: _____

Língua Materna: _____ Estado Civil: _____

Habilitações Académicas

Habilitações Académicas: _____

Curso que frequenta: _____

Número do aluno: _____

É estudante em mobilidade nacional: _____

É estudante em mobilidade internacional: _____

Disponibilidade do Mentor

É Trabalhador-Estudante? _____

Horário laboral: Sim___ Não___

Horário pós-laboral: Sim___ Não___

Já ouviu falar em Mentoria? Sim___ Não___

Quais as suas motivações para participar num Programa de Mentoria como mentor?

Das seguintes atividades, identifique as opções que melhor se adequam a si.

Apoio no acolhimento social	Sim	Não	Gostaria de ter esclarecimentos nesta área	Sinto-me capaz de realizar esta tarefa
Participar em atividades de acolhimento para evitar o isolamento dos novos colegas				
Participar em atividades para dar a conhecer a cidade				
Ajudar em questões de alojamento (encontrar melhores opções, ajudar a resolver questões de habitualidade)				
Acompanhar em atividades sociais (restaurantes, divertimentos noturnos, etc.)				

Conhecer a instituição	Sim	Não	Gostaria de ter esclarecimentos nesta área	Sinto-me capaz de realizar esta tarefa
Ajudar a esclarecer dúvidas sobre serviços académicos				
Ajudar a esclarecer acerca do favorecimento das aulas de apoio				
Ajudar ao esclarecimento sobre representantes e pessoas administrativas				

Gostaria de ter formação nas seguintes áreas:

Técnicas de comunicação	
Métodos de estudo e gestão do tempo	
Dinâmica de grupo	
Liderança e gestão de conflitos	

Tem competências linguísticas em línguas estrangeiras?	Nível básico (A2)	Nível intermédio (B2)	Nível avançado (C2)
Língua inglesa			
Língua francesa			
Língua espanhola			

Formulário de inscrição do Mentorado para o programa de Tutoria/Mentoria

Dados Pessoais

Nome completo: _____

Sexo: Feminino Masculino Data de Nascimento: _____

E-mail: _____ Telemóvel: _____

Naturalidade: _____ Nacionalidade: _____

Língua Materna: _____ Estado Civil: _____

Habilitações Académicas

Habilitações Académicas: _____

Curso que frequenta: _____

Número do aluno: _____

É estudante em mobilidade nacional: _____

É estudante em mobilidade internacional: _____

Disponibilidade do Mentorado

É Trabalhador-Estudante? _____

Horário laboral: Sim___ Não___

Horário pós-laboral: Sim___ Não___

Já ouviu falar em Mentoria? Sim___ Não___

**Quais as suas necessidades que o levam a participar num Programa de
Mentoria como mentorado?**

Das atividades seguintes, identifique as opções que melhor se adequam a si.

Apoio no acolhimento social	Sim	Não
Participar em atividades de acolhimento para evitar o isolamento dos nossos colegas		
Participar em atividades para dar a conhecer a cidade		
Ser ajudado em questões de alojamento (encontrar melhores opções, ajudar a resolver questões de habitualidade)		
Ser acompanhado em atividades sociais (restaurantes, divertimentos noturnos, etc.)		

Conhecer a instituição	Sim	Não
Ser ajudado no esclarecimento de dúvidas sobre serviços académicos		
Ser ajudado no esclarecimento relativo ao favorecimento das aulas de apoio		
Ser ajudado no esclarecimento sobre representantes e pessoas administrativas		

Gostaria de ter formação nas seguintes áreas:

Técnicas de comunicação	
Métodos de estudo e gestão do tempo	
Dinâmica de grupo	
Liderança e gestão de conflitos	

Tem competências linguísticas em línguas estrangeiras?	Nível básico (A2)	Nível intermédio (B2)	Nível avançado (C2)
Língua inglesa			
Língua francesa			
Língua espanhola			

Carta de Compromisso para o mentor

Eu, na qualidade de mentor do Programa de Tutoria/Mentoria, responsabilizo-me a exercer a minha atividade de mentor, de uma forma rigorosamente ética e de acordo com as condutas estabelecidas pelo Código de Conduta e Princípios Éticos, obedecendo, ainda, às seguintes práticas:

No programa de mentoria o mentor deve assegurar o cumprimento dos deveres descritos seguidamente:

- Ser responsável pela criação e desenvolvimento de relações solidárias com o mentorado;
- Participar nas sessões de formação nas atividades de acolhimento promovidas;
- Responder aos instrumentos de avaliação e melhoria do programa;
- Comunicar ao tutor, qualquer situação que identifique e que mereça atenção particular relativa aos seus mentorados ou situações anómalas que ocorram no âmbito da relação de mentoria;
- Elaborar relatório da sua colaboração como mentor a apresentar no final da sua apresentação do programa.

No programa de mentoria o mentor deve ter assegurado o acesso aos direitos descritos seguidamente:

- Desenvolvimento de competências relacionais e comunicacionais;
- Desenvolvimento do sentido de cooperação, solidariedade, e cidadania, fundamentais para a sua carreira profissional e percurso de vida;
- A participação em sessões de formação;
- A referência desta atividade de voluntariado, no suplemento ao diploma;
- A obtenção de certificado de mentor.
- Usar traje académico desde o seu primeiro dia de entrada na instituição

Declaro que estou ciente das responsabilidades aqui assumidas, comprometendo-me a obedecer às instruções acima, estando ainda ciente que qualquer descumprimento da minha parte quanto ao aqui exposto, poderá implicar na minha suspensão ou exclusão da bolsa de mentores do Programa de Mentoria.

O Mentor

(Data e assinatura) _____

Carta de Compromisso para o mentorado

Eu, na qualidade de mentorado do Programa de Tutoria/Mentoria, responsabilizo-me a exercer a minha atividade de mentorado, de uma forma rigorosamente ética e de acordo com as condutas estabelecidas pelo Código de Conduta e Princípios Éticos, obedecendo, ainda, as seguintes práticas:

No programa de mentoria o mentorado deve assegurar o cumprimento dos deveres descritos seguidamente:

- Ser responsável pela criação e desenvolvimento de uma relação solidaria com o mentor;
- Comunicar ao tutor qualquer situação anómala, que ocorra no âmbito da relação de mentoria;
- Participar nas atividades de convívio organizadas;
- Responder aos instrumentos de avaliação e melhoria do programa.

No programa de mentoria o mentorado deve ter assegurado o acesso aos direitos descritos seguidamente:

- Desenvolver competências relacionais e comunicacionais
- Desenvolver o sentido de cooperação, solidariedade, e cidadania, fundamentais para a sua carreira profissional e percurso de vida
- Ter acesso a toda a informação necessária
- Obter certificado de mentorado, mediante apresentação de relatório no final do ano letivo
- Usar traje académico desde o primeiro dia da sua entrada na instituição

Declaro que estou ciente das responsabilidades aqui assumidas, comprometendo-me a obedecer às instruções acima, estando ainda ciente que qualquer descumprimento da minha parte quanto ao aqui exposto, poderá implicar na minha suspensão ou exclusão do quadro mentores do Programa de Mentoria.

O Mentorado

(Data e assinatura) _____

PLANIFICAÇÃO DO PROGRAMA DE MENTORIA

“Acolhimento” – 1ªSemana

O grande objetivo deste primeiro período será o de acolher os estudantes recém-chegados através da sua apresentação, início da interação e convívio em ambiente informal.

Atividades realizadas:	Duração	Local
1. Apoio nas matrículas;		
2. Reunião dos tutores para apresentação do programa de tutoria/mentoria aos estudantes recém-chegados;		
3. Constituição dos grupos mentor-mentorado;		
4. Apresentação entre mentores-mentorados;		
5. Assinatura da carta de compromisso;		
6. “À descoberta da Escola e da cidade”;		
7. Encontro extraescola.		
Assinaturas		
Mentorado		
Mentor		

PLANIFICAÇÃO DO PROGRAMA DE MENTORIA

"Conhecimento e Desenvolvimento relacional"- (entre a 2.^a e a 5.^a semana)

Neste período, o grande objetivo será o desenvolvimento da relação de mentoria e a partilha de conhecimentos e experiências entre mentor e mentorado. Esse conhecimento/desenvolvimento inclui reuniões de acompanhamento, supervisão e orientação do programa e atividades de convívio entre os vários participantes.

Atividades realizadas:	Duração	Local	Data
1. Partilha de sabores;			
2. Encontro formal, promovido pelo tutor, sobre o tema "Planificação de Estudo";			
3. Reunião quinzenal entre mentores e mentores coordenadores;			
4. Reunião mensal entre tutores e mentores;			
5. Reunião informal entre tutores e mentorados, sempre que necessário;			
6. Atividades de convívio entre os participantes do programa (musicais, desportivas, lúdicas);			
7. Atividade didática, promovida pelo tutor, sobre o tema: "Planificação de estudo, diferenças entre estudar no secundário e no ES".			
Assinaturas			
Mentorado			
Mentor			

PLANIFICAÇÃO DO PROGRAMA DE MENTORIA

"Autonomia"- (entre a 5.^a semana e o fim do 1.º semestre)

Neste período, o grande objetivo será a promoção da autonomia do estudante recém-chegado. O desenvolvimento dessa autonomia inclui contactos informais entre os grupos, reuniões de acompanhamento, supervisão e orientação do programa e análise do programa implementado.

Atividades realizadas:	Duração	Local	Data
1. Contactos informais, a definir por cada grupo, respeitando a dinâmica interna criada;			
2. Reunião quinzenal entre mentorese mentores coordenadores;			
3. Reunião mensal entre tutores e mentores;			
4. Reunião entre mentores e mentorados, para reflexão e análise do progresso académico de cada um dos seus membros;			
5. Elaboração de relatório de mentoria e apresentação de sugestões de melhoria.			
Assinaturas			
Mentorado			
Mentor			

Formulário de inscrição do Mentor para o programa de Tutoria/Mentoria

Dados Pessoais

Nome completo: _____

Sexo: Feminino Masculino Data de Nascimento: _____

E-mail: _____ Telemóvel: _____

Naturalidade: _____ Nacionalidade: _____

Língua Materna: _____ Estado Civil: _____

Habilitações Académicas

Habilitações Académicas: _____

Curso que frequenta: _____

Número do aluno: _____

É estudante em mobilidade nacional: _____

É estudante em mobilidade internacional: _____

Disponibilidade do Mentor

É Trabalhador Estudante? _____

Horário laboral: Sim___ Não___

Horário pós-laboral: Sim___ Não___

Já ouviu falar em Mentoria? Sim___ Não___

Quais as suas motivações para participar num Programa de Mentoria como mentor?

Das seguintes atividades, identifique as opções que melhor se adequam a si:

Apoio no acolhimento social	Sim	Não	Gostaria de ter esclarecimentos nesta área	Sinto-me capaz de realizar esta tarefa
Participar em atividades de acolhimento para evitar o isolamento dos novos colegas				
Participar em atividades para dar a conhecer a cidade				
Ajudar em questões de alojamento (encontrar melhores opções, ajudar a resolver questões de habitualidade)				
Acompanhar em atividades sociais (restaurantes, divertimentos noturnos, etc.)				

Conhecer a instituição	Sim	Não	Gostaria de ter esclarecimentos nesta área	Sinto-me capaz de realizar esta tarefa
Ajudar a esclarecer dúvidas sobre serviços académicos				
Ajudar a esclarecer acerca do favorecimento das aulas de apoio				
Ajudar ao esclarecimento sobre representantes e pessoas administrativas				

Gostaria de ter formação nas seguintes áreas:

Técnicas de comunicação	
Métodos de estudo e gestão do tempo	
Dinâmica de grupo	
Liderança e gestão de conflitos	

Tem competências linguísticas em línguas estrangeiras?	Nível básico (A2)	Nível intermédio (B2)	Nível avançado (C2)
Língua inglesa			
Língua francesa			
Língua espanhola			

Formulário de inscrição do Mentorado para o programa de Tutoria/Mentoria

Dados Pessoais

Nome completo: _____

Sexo: Feminino Masculino Data de Nascimento: _____

E-mail: _____ Telemóvel: _____

Naturalidade: _____ Nacionalidade: _____

Língua Materna: _____ Estado Civil: _____

Habilitações Académicas

Habilitações Académicas: _____

Curso que frequenta: _____

Número do aluno: _____

É estudante em mobilidade nacional: _____

É estudante em mobilidade internacional: _____

Disponibilidade do Mentorado

É Trabalhador-Estudante? _____

Horário laboral: Sim___ Não___

Horário pós-laboral: Sim___ Não___

Já ouviu falar em Mentoria? Sim___ Não___

**Quais as suas necessidades que o levam a participar num Programa de
Mentoria como mentorado?**

Das atividades seguintes, identifique as opções que melhor se adequam a si.

Apoio no acolhimento social	Sim	Não
Participar em atividades de acolhimento para evitar o isolamento dos nossos colegas		
Participar em atividades para dar a conhecer a cidade		
Ser ajudado em questões de alojamento (encontrar melhores opções, ajudar a resolver questões de habitualidade)		
Ser acompanhado em atividades sociais (restaurantes, divertimentos noturnos, etc.)		

Conhecer a instituição	Sim	Não
Ser ajudado no esclarecimento de dúvidas sobre serviços académicos		
Ser ajudado no esclarecimento relativo ao favorecimento das aulas de apoio		
Ser ajudado no esclarecimento sobre representantes e pessoas administrativas		

Gostaria de ter formação nas seguintes áreas:

Técnicas de comunicação	
Métodos de estudo e gestão do tempo	
Dinâmica de grupo	
Liderança e gestão de conflitos	

Tem competências linguísticas em línguas estrangeiras?	Nível básico (A2)	Nível intermédio (B2)	Nível avançado (C2)
Língua inglesa			
Língua francesa			
Língua espanhola			

Modelo de Registo de Encontros

Identificação (nº atribuído): _____

Registo do encontro

Assuntos pendentes da reunião anterior:

O que foi realizado/resolvido durante este encontro:

O que foi proposto para o encontro seguinte:

Modelo de Relatório Anual Final - Mentores e Mentorados

Identificação (nº atribuído): _____

Nº de encontros: _____

Datas de cada encontro:

__/__/____	__/__/____	__/__/____
__/__/____	__/__/____	__/__/____
__/__/____	__/__/____	__/__/____
__/__/____	__/__/____	__/__/____

Experiências desenvolvidas:

Vantagens da utilização do programa:

Áreas a desenvolver futuramente (sugestões):

Estratégias a adotar no processo de melhoria:

Constrangimentos/impedimentos vivenciados no processo de mentoria:

Proposta de atividades a desenvolver para o acolhimento do próximo ano que poderão ser realizados pelo par mentor/mentorado:

