



Est. 2006

IME GSEVEE

Small Enterprises Institute
of GSEVEE

TourX

Ação 3.4.2.1

Ferramenta de Ferramenta de Autoavaliação



Funded by
the European Union

Este produto final refere-se à Ação 3.4.2 do Programa
Erasmus+ da EACEA.A – «**CoVEs para a Indústria do Turismo**

- **TOUR-X**» e foi desenvolvido pelo parceiro

INSTITOUTO MIKRON EPICHIRISEON GENIKIS SYNOMOSPONDIAS EPAGGELMATION BIOTECHNON
EMPORON ELLADOS (IMEGSEVEE),

em conformidade com os termos e requisitos do Acordo de Subvenção do Projeto n.º 101056184.

Atenas, fevereiro de 2025

O questionário que se segue destina-se a avaliar as aptidões e competências das pessoas interessadas em tornar-se mentores.

Este questionário específico foi desenvolvido no âmbito do projeto europeu mENTERing.

QUESTIONÁRIO DE COMPETÊNCIAS DE MENTORIA

Avalie-se de forma honesta e rápida em relação a cada ponto das seguintes áreas de competências e conhecimentos relacionadas com a sua capacidade de se tornar um mentor. O objetivo é identificar as competências e aptidões de mentoria nas quais se sente confiante e aquelas que considera que necessitam de um maior desenvolvimento.

Leia cada afirmação e assinale com um X a caixa de 1 a 4, com base na sua autoavaliação.

4: Estou confiante de que faço isto de forma consistente (ponto forte)

3: Estou confiante de que faço isto com frequência (tenho competências nesta área) 2: Às vezes comporto-me assim / Podia fazê-lo com mais frequência

1: Raramente me comporto assim / Preciso de melhorar significativamente

Esta escala permite-lhe avaliar as suas competências atuais, ajudando-o a identificar pontos fortes e áreas que requerem um maior crescimento para o seu desenvolvimento enquanto mentor.

Este quadro de autoavaliação incentiva os mentores a refletir sobre a sua compreensão do papel que desempenham, a eficácia da sua abordagem e a sua capacidade de apoiar o desenvolvimento dos seus mentorados.

1. Compreendo o papel do mentor e a distinção entre este papel e os de consultor, formador e coach.
2. Compreendo as fases da relação de mentoria e consigo adaptar o meu comportamento e as ferramentas que utilizo em cada fase.
3. Considero a mentoria um processo muito importante.
4. Estou ciente dos meus pontos fortes enquanto mentor.
5. Consigo reconhecer os pontos fortes do mentorado e ajudá-lo a desenvolvê-los e a aproveitá-los para atingir os seus objetivos.
6. Compreendo a importância de ser objetivo enquanto mentor.
7. Compreendo os meus valores e como estes podem diferir dos do mentorado.
8. Compreendo a importância da confidencialidade na mentoria.
9. Sei como estabelecer os limites profissionais necessários numa relação de mentoria.
10. Compreendo a importância de reconhecer e gerir as minhas emoções enquanto mentor, bem como o significado da empatia numa relação de mentoria.
11. Sei utilizar a tecnologia para gerir e manter uma relação de mentoria, por exemplo, e-mail, Skype.

12. Consigo criar uma relação de confiança de forma rápida e fácil com os outros.

13. Tenho a capacidade de cumprir prazos e compreendo a importância do tempo num processo de desenvolvimento como a mentoria.

14. Tenho a capacidade de apoiar o mentorado no desenvolvimento de um plano de ação para atingir os seus objetivos.

15. Consigo resolver problemas e tenho a capacidade de pensar em formas de superar desafios.

16. Tenho competências de escuta ativa.

17. Sei como aceder a informações e recursos relevantes para as necessidades do mentorado.

18. Estou ciente e compreendo a importância da comunicação não verbal numa relação de mentoria, e consigo utilizá-la de forma eficaz para criar confiança.

19. Tenho a capacidade de fazer perguntas perspicazes. Compreendo os diferentes tipos de perguntas e sei quando fazer as perguntas certas para estimular o raciocínio e a autorreflexão da outra pessoa.

20. Tenho confiança na minha capacidade de fornecer orientação adequada, mas sei quando encaminhar o mentorado para fontes de apoio mais adequadas, se necessário.

21. Consigo dar e receber feedback de forma eficaz.

22. Compreendo a importância de manter uma distância profissional numa relação de mentoria.

