

U. PORTO

**PROGRAMA
TRANSVERSAL
MENTORIA
INTERPARES
U.PORTO**

**MONITORIZAÇÃO E AVALIAÇÃO DO PROGRAMA
RELATÓRIO DO 2º SEMESTRE DO ANO LETIVO 2020-2021
(versão de apresentação)**

Comissão Científico-Pedagógica do Programa de Mentoria U.Porto

Teresa Medina, Elisabete Ferreira, Isabel Pinto, Raquel Barbosa, Isabel Ribeiro, Teresa Duarte.

Secretariado de Apoio: Flora Torres



JULHO / 2021



DADOS GLOBAIS | 2º SEMESTRE | 2020/2021



FACULDADE	DOCENTES	MENTORES	MENTORADOS	CICLOS DE ESTUDO	RESPOSTA DE MENTORES AOS QUESTIONÁRIOS	RESPOSTA DE MENTORADOS AOS QUESTIONÁRIOS
					1º 2º S.	1º 2º S.
FADEUP	5	21	15	3	13 12	7 3
FBAUP	1	3	4	2	1 3	1 1
FCNAUP	5	26	67	1	18 7	29 29
FCUP	19	319	446	32	193 204	160 155
FDUP	2	217	241	2	63 0	18 0
FEUP	13	402	752	10	187 97	238 112
FFUP	2	154	206	1	100 81	69 50
FLUP	19	73	162	17	38 34	71 37
FMDUP	9	47	55	1	27 26	15 16
FMUP	2	231	232	1	35 74	63 65
FPCEUP	5	116	177	7	62 50	72 43
ICBAS	4	170	208	4	42 56	49 62
TOTAL	86	1779	2565	81	779 644	792 573

Atividades realizadas no 2º semestre

- Workshop de formação docente *Desafios da Mentoria U.Porto em Tempos de Pandemia*
- II Encontro da Mentoria U.Porto – *Obrigado, Mentores U.Porto* (<https://www.youtube.com/watch?v=nqtEYA-Sqe4>);
- *Erasmus+ | #Ibelong* – apresentação do Programa de Mentoria U.Porto (<https://ibelong.eu/>);
- Mentoria U.Porto na conferência da Aliança EUGLOH (https://www.youtube.com/watch?v=2fS9nX_YHUw);
- Poster de apresentação Mentoria U.Porto e workshop *Ser Mentor (desenvolvido por mentores U.Porto)* no II Seminário Internacional de Mentoria;
- Colaboração na Mostra U.Porto – entrevista de mentora e mentorado
- Notícias U.Porto: *Mentoria U.Porto é um sucesso na integração dos novos estudantes* (<https://noticias.up.pt/mentoria-da-u-porto-e-um-sucesso-na-integracao-dos-novos-estudantes/>)
- Atividades presenciais e de integração entre mentores e mentorados nas várias Unidades Orgânicas;
- Dinamização de redes sociais e produção de vídeos sobre a Mentoria nas várias Unidades Orgânicas;
- Encontros-convívio da Mentoria e outras atividades (online) nas várias Unidades Orgânicas;
- Participação ativa dos mentores;
- Dinamização e participação em atividades transversais da Mentoria U. Porto;
- Reuniões de acompanhamento (a nível de cada UO e a nível da U.Porto);
- Inter-relações mentores/mentorados; Inter-relações docentes/mentores.

Questionário para Mentores e Mentorados - Balanço do 2º semestre 2020/2021

Caraterização dos respondentes

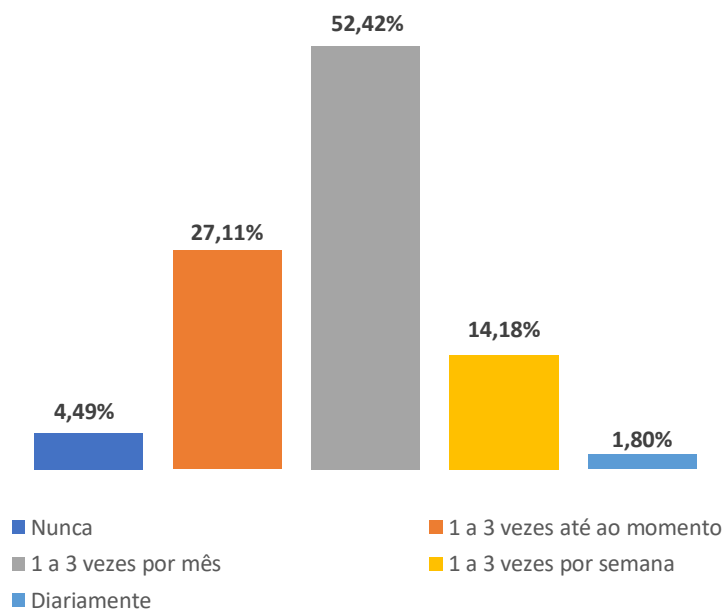
	MENTORES	MENTORADOS
NOME	88,1% preencheu o nome	73,8% preencheu o nome
SEXO	74% mentoras e 26% mentores	74% mentoradas e 26% mentorados
IDADE	Idade média de 20,7 anos	Idade média de 19,3 anos
RESIDÊNCIA	67% locais, 29% residência particular, 4% R.U	69% locais, 28% residência particular, 3% R.U
NACIONALIDADE	96% Portuguesa; 4% Outras	95% Portuguesa; 5% Outras
Nº MENTORADOS	1,7 mentorados por mentor	

Frequência de contacto entre mentores e mentorados

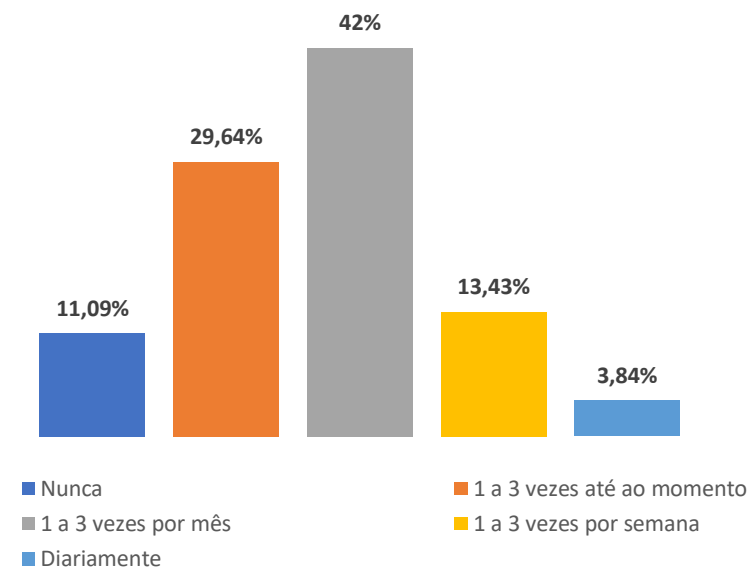
68,4% dos **Mentores** diz que contactou **pelo menos 1 a 3 vez por mês** seus mentorados;

59,27% dos **Mentorados** diz que foi contactado pelos seus mentores **pelo menos 1 a 3 vezes por mês**.

MENTORES



MENTORADOS

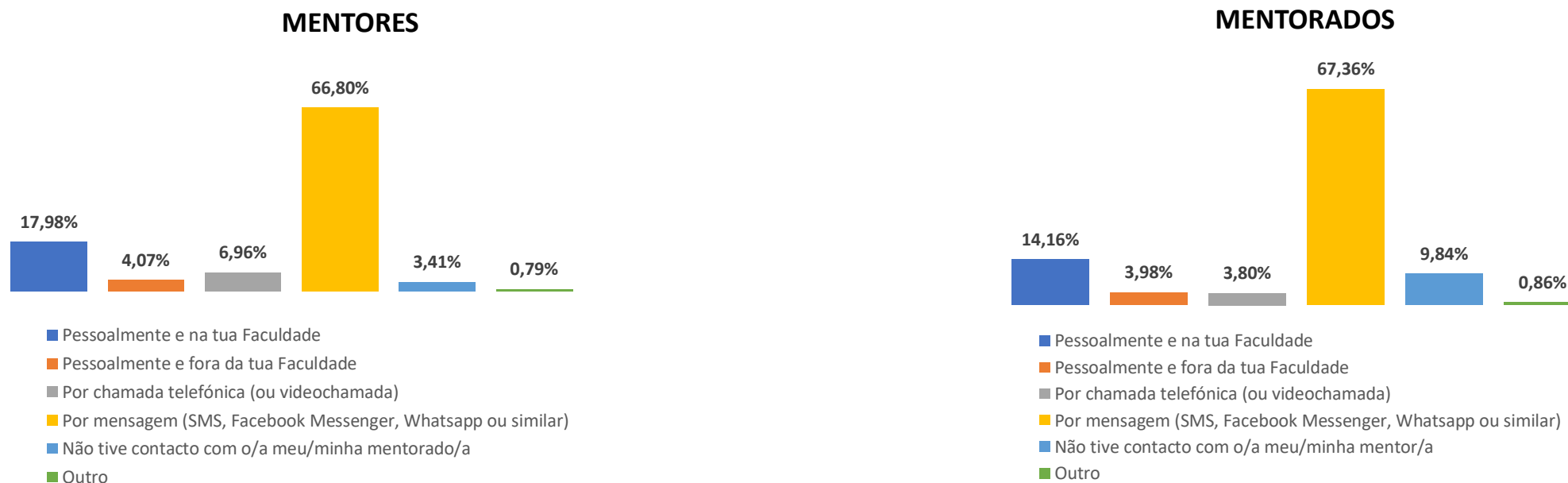


Formas de contacto entre mentores e mentorados

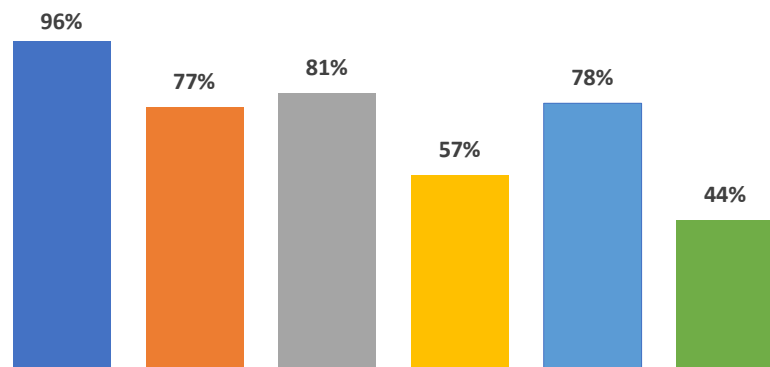
22% dos mentores refere o **contacto pessoal**, **66,8%** através de **mensagens**; 6,9% por chamada telefónica ou videochamada e 3,4% refere não ter tido contacto com os mentorados.

18% dos mentorados refere o **contacto pessoal**, **67,3%** através de **mensagens**; 3,8% por chamada telefónica ou videochamada e **9,8%** refere não ter tido contacto com o mentor.

→ Em relação ao 1º semestre, o contato pessoal diminuiu significativamente, o que foi inevitável dada a quase ausência de aulas presenciais.

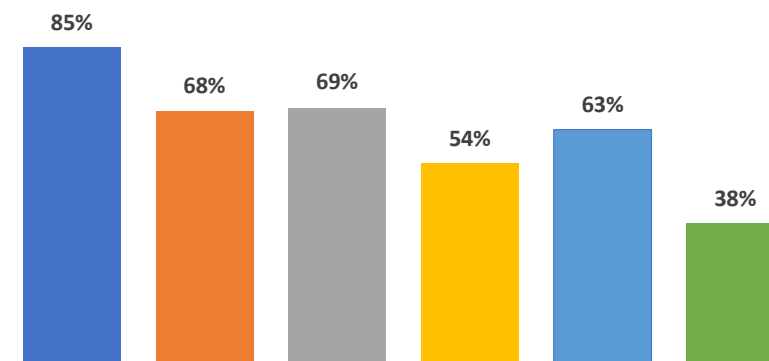


Tipo de apoio assegurado pelos mentores



- Apoio académico** (disponibilização de materiais, indicação de estratégias/métodos mais adequados à obtenção de sucesso, dicas sobre unidades curriculares, ...)
- Apoio na relação com serviços da Unidade Orgânica** (ex. serviços académicos, serviço de informática, biblioteca, reprografia, ...)
- Apoio emocional** (ex. conversar, ouvir “desabafos”, dar conselhos, ...)

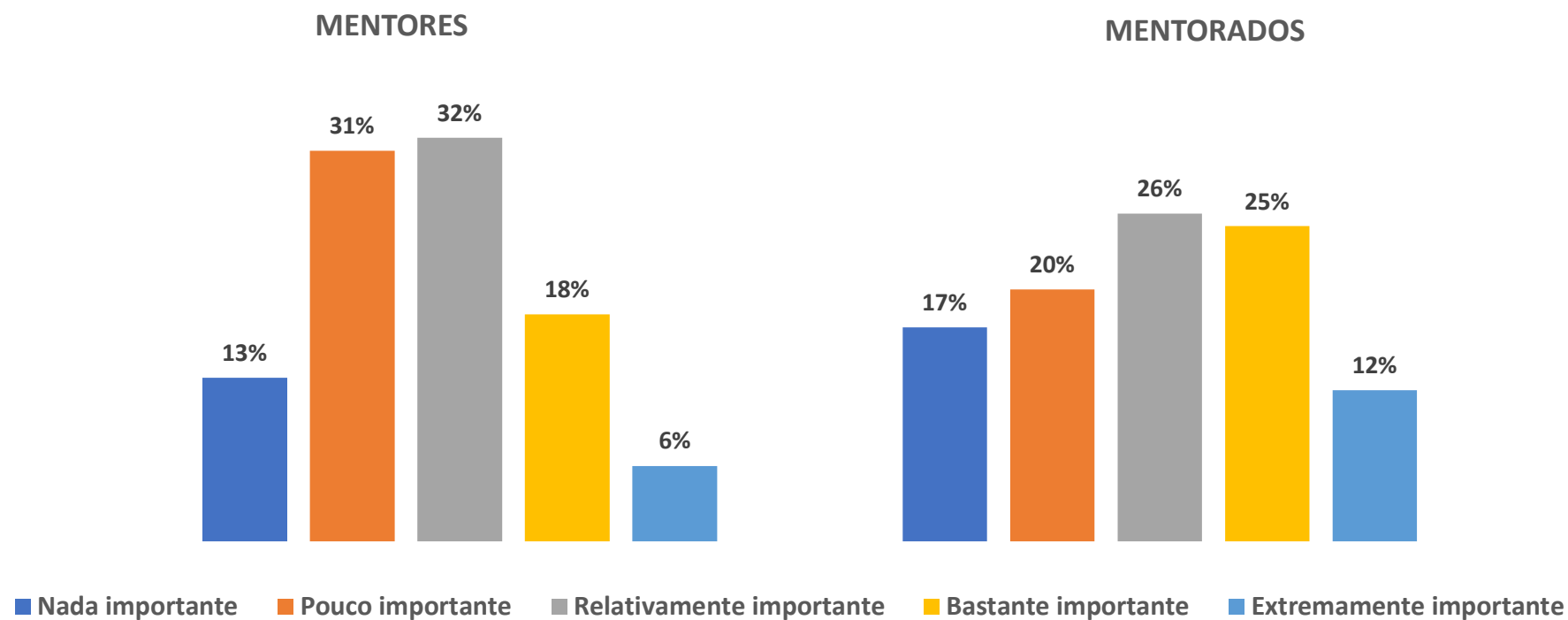
Tipo de apoio usufruído pelos mentorados



- Apoio na relação com serviços da U.Porto** (ex. SASUP, cantinas, alojamento, bolsas, ...)
- Integração social** (ex. convite para atividades da mentoria, de lazer, convívios, passeios, ...)
- Apoio no aconselhamento de serviços de ajuda especializados no âmbito da pandemia**

Grau de importância da Mentoria para lidar com a pandemia

24% dos mentores e 37% dos mentorados referem que a Mentoria foi bastante ou extremamente importante para a forma como lidaram com a pandemia.



Grau de importância da Mentoria para lidar com a pandemia

Na perspetiva dos mentores:

1) **Motivação, sentido de importância, utilidade e gratidão por poder ajudar alguém e retribuir o apoio recebido anteriormente:**

- *Ser necessária criou em mim alento e deu-me motivação para o segundo semestre;*
- *Sentir que somos capazes de ajudar alguém, mesmo à distância, que está a passar por aquilo que já passamos, é muito gratificante;*
- *Ajudar o outro permite um maior equilíbrio emocional, desfrutei imenso da experiência, principalmente por me dar um propósito no seio de tanta incerteza;*
- *Senti-me útil e ao mesmo tempo aprendi com a minha mentorada. Aconselho vivamente qualquer estudante a integrar este programa, seja como mentor ou mentorado;*
- *Fez-me sentir útil e usar as dificuldades do confinamento do ano passado como conselhos e foi uma maneira de ter contacto com colegas do primeiro ano.*

2) **Confirmação da importância da Mentoria para a integração dos novos estudantes:**

- *O simples facto dos mentorados sentirem que têm alguém disponível com que possam conversar e pedir ajuda sobre vários assuntos ajudou na sua integração;*
- *O choque inicial do ensino superior mais a pandemia sente-se mais fortemente no primeiro semestre e o Programa fez muita diferença para os mentorados;*
- *Foi um ano bastante complicado para os novos alunos, mas ter um mentor para o ajudar a dar os primeiros passos é uma mais valia muito importante.*
- *Em tempos de isolamento, foi-me mais óbvia a importância do apoio emocional e social. Com os meus mentorados, vi como era importante nos apoiarmos uns aos outros.*

3) **Apesar da pandemia e da pouca interação, ao menos havia as atividades da Mentoria e o contacto com mentorados e mentores:**

- *Numa altura em que o contacto social é escasso, a entreaajuda torna-se ainda mais importante;*
- *A mentoria foi importante na forma como lidei com a pandemia, pois participei em atividades, envolvi-me em eventos sociais e pude conhecer e conversar com novas pessoas;*
- *Tanto para quem é mentor como para quem é mentorado, com pandemia e com aulas online, ajuda ter alguém com quem falar, sobre a faculdade ou outro assunto. Criamos uma boa amizade, mesmo à distância e ajudamos os mentorados no estudo e disponibilizamos materiais, já que o ensino online pode ser mais desafiante do que o presencial;*

Grau de importância da Mentoria para lidar com a pandemia

Na perspetiva dos mentorados:

1) Ajudou na integração social e com o apoio académico, mesmo com as dificuldades da pandemia:

- *Num semestre em que passámos maior parte do tempo à distância, a Mentoria me permitiu estar a par das atividades dos vários grupos da faculdade e a gerir todo o trabalho;*
- *No início do 2º semestre a Mentoria organizou um jogo de palavras por zoom e foi muito importante para mim, pois nessa altura as aulas seriam online e essa foi uma das poucas oportunidades que tive de conviver com os meus colegas, e especialmente de conhecer colegas de outros anos;*
- *Como o início do segundo semestre foi em casa, foi importante falar com alguém que já tivesse feito parte do seu curso também em casa, porque têm técnicas que ajudam a colmatar algumas dificuldades, como a procrastinação;*
- *Sinto que de certa forma a pandemia veio dificultar a integração no meio universitário e o facto de existir esse contacto com alguém "da casa" facilitou.*

2) Confirmação da importância da Mentoria, independente da pandemia:

- *Ter uma mentora foi bastante útil porque a faculdade é um mundo completamente diferente daquilo a que estávamos habituados e no início era difícil saber onde eram as salas, como funcionavam as cadeiras e que materiais de estudo poderia usar para me orientar e a minha mentora foi sempre muito prestável e até hoje me responde prontamente;*
- *O meu mentor sempre se disponibilizou para me ajudar, aconselhar e é um grande apoio;*
- *Ajudou-me, sempre, ao longo do semestre.*

3) Ajudou com apoio emocional e motivação:

- *Em um determinado momento do semestre senti-me deprimido e meu mentor auxiliou-me na indicação de serviços de psicologia e também deu-me conselhos.*
- *Ajudou-me com o desânimo de ter aulas à distância.*

Situações de maior vulnerabilidade identificadas devido à pandemia

50,6% dos MENTORES identificou uma ou mais situações de maior dificuldade por parte dos mentorados ou dos seus colegas mentores:

- Situações de fragilidade e necessidade de apoio emocional;
- Elevada ansiedade e stress; questões de saúde mental
- Dificuldades económicas;
- Relações familiares conflituosas;
- Falta de socialização;
- Desmotivação com o curso e em geral, cansaço extremo devido ao ensino-aprendizagem à distância;
- Falta de apoio na gestão do estudo e de acesso a materiais;
- Isolamento devido a doença ou ansiedade resultante de doenças ou falecimento de familiares.
- Dificuldades em separar vida pessoal da vida académica

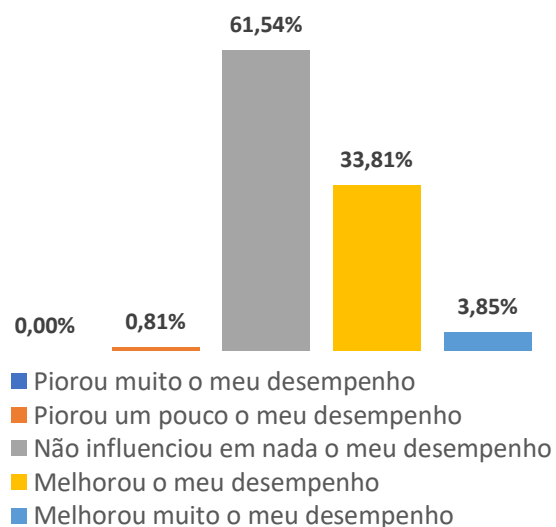
Atitudes tomadas por mentores para lidar com a situação:

- Dar apoio - ouvir, conversar, aconselhar, partilhar experiências, videochamadas mais frequentes, incentivo à participação em convívios online da Mentoria e a interação mesmo que à distância;
- Aconselhar a procura de apoio especializado (serviços de psicologia da faculdade, SASUP, gabinete de apoio ao estudante, AE, etc.) e comunicação à alguns órgãos responsáveis;
- Apoiar e incentivo no estudo e na organização do estudo; partilha de materiais e ferramentas que pudessem ajudar
- Aconselhar em situações relativas ao funcionamento dos serviços das faculdades.
- Mobilizar rede de contactos, criar grupos e incentivar a troca com outras pessoas, seja para ajudas ou para ampliar relações.

Desempenho académico na relação com a Mentoria

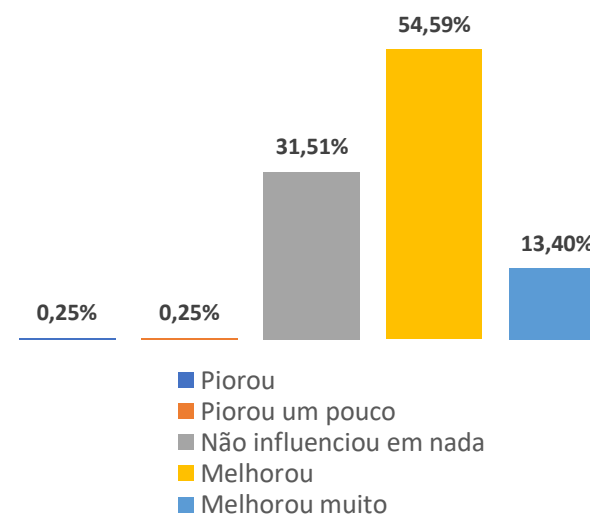
37,66% dos mentores diz que a Mentoria influenciou positivamente o seu desempenho académico;

61.54% afirma que a participação na Mentoria não teve influência a esse nível.



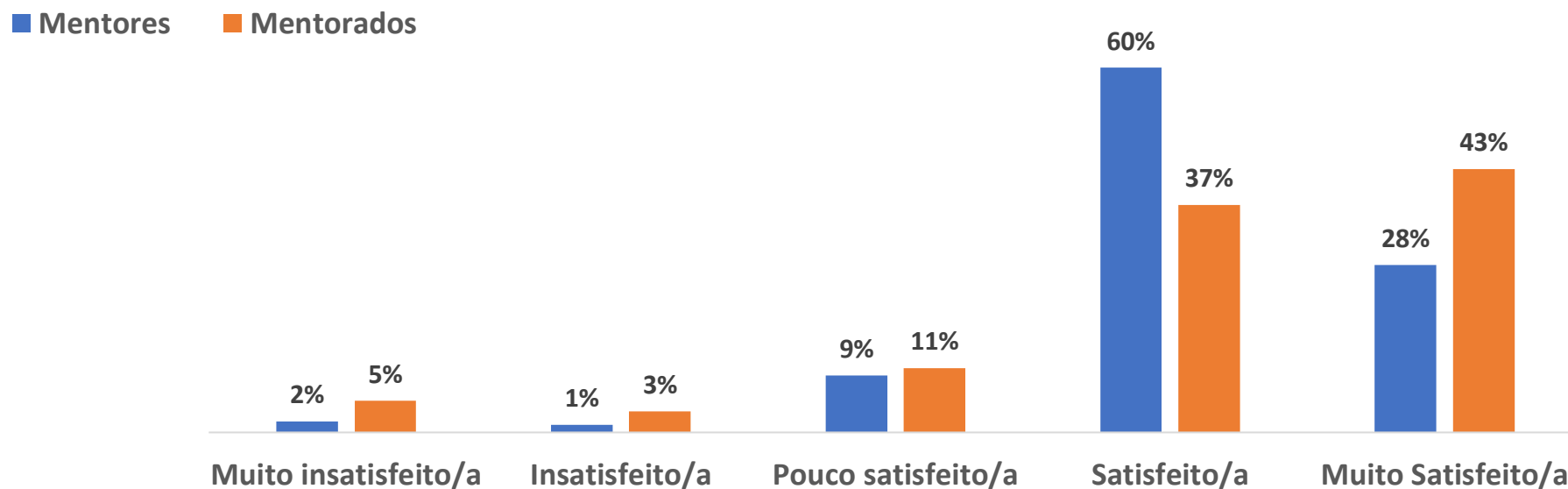
68% dos mentorados afirma que a Mentoria influenciou positivamente o seu desempenho académico;

31,51% afirma que não teve influência



Satisfação com a Mentoria U.Porto

Aproximadamente **88%** dos mentores e **80%** dos mentorados dizem-se satisfeitos ou muito satisfeitos com a Mentoria.



ANÁLISE ÀS RESPOSTAS ABERTAS DO QUESTIONÁRIO

Satisfação com a Mentoria U.Porto

MENTORES

- Respostas revelam uma satisfação global com o Programa, comentários elogiosos que qualificam a experiência como muito positiva e que enxergam bons resultados e reais impactos;
- Os processos de apoio e integração estabelecidos a partir dos contactos e dos laços que são criados, são valorizados e, por vezes, referidos como verdadeiros laços de amizade ocasionados pela Mentoria. Há uma dimensão da satisfação intimamente ligada ao sentimento de realização por, de fato, serem úteis, enquanto aprendem e desenvolvem competências variadas.

MENTORADOS

- As respostas exprimem que o Programa facilita o processo de integração social e académica, devido ao acompanhamento, à motivação e aos contactos que se estabelecem, tendo especial importância para estudantes mais inseguros;
- Há uma satisfação mais direccionada pessoalmente ao trabalho feito pelos mentores – do modo como o fazem, destacando-se: serem disponíveis e acessíveis, acolhedores, prestativos, simpáticos, solidários na partilha de informações e materiais e genuinamente preocupados.

ANÁLISE ÀS RESPOSTAS ABERTAS DO QUESTIONÁRIO

Comentários em relação ao Programa – Mentores

ELOGIOS E COMENTÁRIOS POSITIVOS

- É referido como uma excelente ideia e um programa importante, saudável e pertinente, que faz a diferença no percurso académico de muitos estudantes. Fala-se do seu grande potencial, inclusive comparando positivamente com relação ao ano passado e que deve continuar.
- Elogia-se a realização de atividades, assumindo que há impacto positivo na construção de rede de contactos que extrapolam a relação interpares. O trabalho da coordenação docente, criativo e disponível, é referido algumas vezes com muito entusiasmo e reconhecimento pelo seu esforço.
- Fala-se com gratidão acerca da Mentoria e de ser uma oportunidade de crescimento, aprendizados e de desenvolvimento de várias competências.

SUGESTÕES DE MELHORIA

- O primeiro encontro entre mentor-mentorado deve ser feito o mais breve possível e ser sempre presencial; perceber se os mentorados têm realmente interesse em participar, divulgando melhor sobre o que esperar do Programa.
- Mais atividades presenciais, convívios e iniciativas ao ar livre - dificuldades acrescidas devido à pandemia;
- Mais apoio aos mentores para que se aprimorem ao longo do ano.

ANÁLISE ÀS RESPOSTAS ABERTAS DO QUESTIONÁRIO

Comentários em relação ao Programa – Mentorados

ELOGIOS E COMENTÁRIOS POSITIVOS

- Disponibilidade e acolhimento por parte dos mentores, boas experiências e ligações que foram essenciais e que fizeram a diferença, principalmente em ano de pandemia;
- Realçam o fato da relação ter decorrido bem, apesar da pandemia;
- Elogios à eficiência do Programa em conseguir realmente integrar os novos estudantes académica e socialmente e, ainda, para além de relação direta com o mentor, através de atividades entre mentores e mentorados de forma mais coletiva.

ASPETOS MENOS POSITIVOS / SUGESTÕES DE MELHORIA:

- Poderia haver uma preocupação maior por parte de alguns mentores, sobretudo a estudantes internacionais e as relações poderiam ser melhor estabelecidas, iniciando o mais cedo possível. Alguns relatos de mentorados que gostariam de ter sido melhor acompanhados é recorrente nos questionários de ambos os semestres;
- Haver mais atividades em grupo e outras iniciativas que extrapolem a relação mentor/mentorado e um reforço maior do Programa no 2º semestre;
- Devido a pandemia as relações meramente online foram um fator desmotivador.

ANÁLISE ÀS RESPOSTAS ABERTAS DO QUESTIONÁRIO

Sugestões de atividades para o próximo ano letivo

MENTORADOS

- Marcar encontros mensais para esclarecer dúvidas; atividades sobre lidar com a pressão e ansiedade; desporto como corridas solidárias para integrar e aproximar estudantes; visitas culturais a museus; clube de leitura;
- Encontro entre mentores e mentorados no início do ano; convívios presenciais, jogos; *sunset party*; *peddy papers* de integração; encontro entre mentorados das várias faculdades integrantes do Programa;
- Continuar a ter um mentor até ao fim do curso; alargar o Programa para a FAUP;

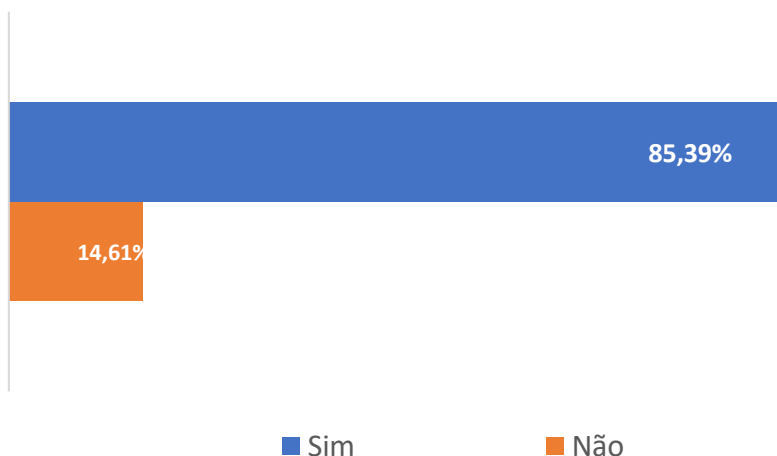
MENTORES

- Fazer atividades diferentes, para além dos típicos convívios/lanches; noites de jogos, workshops lúdicos, convívios ao ar livre, piqueniques, atividades desportivas e passeios pela cidade; convívios com todas as faculdades e encontros presenciais entre mentores e mentorados de faculdades diferentes; jantar de fim de ano, concursos de conhecimentos e talentos;
- Ações de formação diversas; sessões de partilha sobre casos específicos no âmbito da Mentoria; visitas guiadas pela faculdade, atividades voltada para a área científica do curso;
- Reuniões logo no início do ano letivo e talvez no início do 2º semestre para apresentação dos mentorados aos respetivos mentores; Maior integração dos estudantes ERASMUS e internacionais.

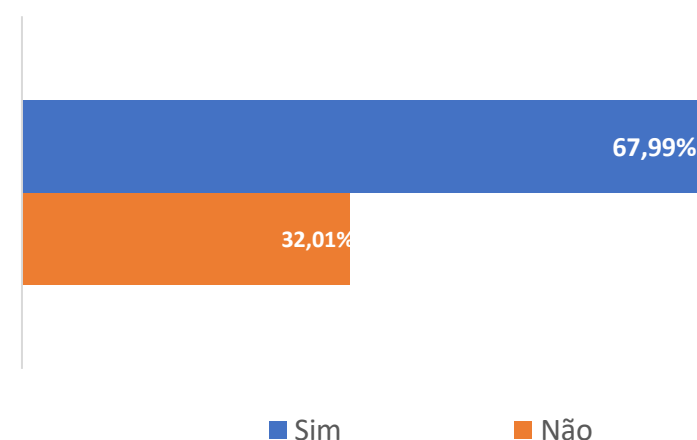
Permanência na Mentoria

No 2º semestre é costume perguntar aos mentores e mentorados se querem permanecer na Mentoria no próximo ano letivo.

A grande maioria de mentores afirma querer continuar a exercer o papel de mentor no próximo ano letivo



Uma maioria de mentorados afirma positivamente a vontade em permanecer na Mentoria, só que no próximo ano a exercer a função de mentores.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

- A monitorização do segundo semestre da Mentoria U.Porto conduz-nos a **resultados muito positivos**, demonstrando a **adesão e permanência** ao/no Programa nas diversas UO em que foi desenvolvido e o **significativo envolvimento institucional, docente e discente**;
- Tendo em conta a situação da pandemia, **com o retorno da dimensão presencial apenas em meados do mês de abril, admite-se que houve um trabalho excecional de acompanhamento de mentores** assumidamente em formato online. As respostas de mentores e mentorados aos questionários, denotam, na generalidade, um elevado interesse e envolvimento com o Programa;
- O engajamento nas respostas abertas transparece o seu viés **colaborativo** e o elevado índice de **respostas positivas na pergunta sobre a permanência na Mentoria** demonstra que a Mentoria U.Porto continua a fazer sentido para a integração na universidade e vai de encontro às necessidades dos estudantes;
- A Mentoria U.Porto continua a apresentar uma **enorme diversidade** de formas de organização, tipos de atividade desenvolvidas, modos de estabelecer e desenvolver as relações interpares e de gerir o seu funcionamento nas várias UO e nos diferentes ciclos de estudo, porém, **permanece ativa em seu funcionamento transversal**, continuamente a desenvolver, através do seu modo unificado de atuar com os princípios orientadores e eixos estruturantes, **sentimentos de pertença à Mentoria e à U.Porto**.

Docentes envolvidos nas coordenações e comissões de faculdade

FBAUP – Cristina Mateus

FCNAUP – Renata Barros, Pedro Moreira, Bela Franchini, Cláudia Afonso e Duarte Torres;

FCUP – Joaquim Agostinho Moreira, Inês Dutra, Albano Beja, Carlos Rocha Gomes, Cláudia Fernandes, Eulália Pereira, Frederico Francisco, Helena Brites, Inês Cruz, Jorge Teixeira, José Paulo Leal, Lia Duarte, Luís Miguel Alvares Ribeiro, Maria João Sottomayor, Maria Ângela Almeida, Maria da Natividade Vieira, Olga Lage, Rosário Pinto e Susana Carvalho;

FADEUP – Paula Maia Santos, Ricardo Jorge Pinto Fernandes, Olga Vasconcelos, Paula Queirós;

FDUP – Inês Sousa Guedes, Tiago Ramalho;

FEUP – Isabel Ribeiro, Teresa Duarte, Margarida Bastos, Augusto Sousa, Abel Henriques, António José Duarte Araújo, Bárbara Rangel, Cristina Vila, José Carlos Alves, Maria Ascensão Lopes, Maria Henriqueta Nóvoa, Miguel Ferraz e Olga Cristina Pastor Nunes;

FFUP – Georgina Correia da Silva e Marta Correia da Silva;

FLUP – Sónia Maria Cordeiro Valente Rodrigues, Laura Maria Pinheiro de Machado Soares, Rui Sousa Silva, Cristina Ferreira, Elisa Cerveira, Emília Dias da Costa, Isabel Morujão, João Manuel Pires da Silva e Almeida Veloso, Jorge Bastos da Silva, Jorge Ribeiro, Lígia Ferro, Manuel Francisco Ramos, Manuel Joaquim Moreira da Rocha, Maria da Conceição Pereira, Mattia Riccardi, Natália Azevedo, Sérgio Rodrigues e Simone Tomé;

FMUP – Isaura Tavares e João Sérgio Neves;

FMDUP – César Leal Silva, Álvaro Azevedo, Inês Caldas, Inês Corte-Real, José António Lobo Pereira, Maria Benedita Sampaio Maia, Maria de Lurdes Lobo Pereira, Marta dos Santos Resende e Paula Vaz;

FPCEUP – Teresa Medina, Elisabete Ferreira, Isabel Pinto, Raquel Barbosa e Filipa Vieira

ICBAS – Salomé Gomes, Graça Lopes, Ivone Silva e Luís Manuel de Mira Vieira.

Responsáveis nas Residências Universitárias: Sotero Martins, Isabel Bastos, Luciana Lopes



LINK PARA WEBINAR DE APRESENTAÇÃO DO RELATÓRIO DE
AVALIAÇÃO DO 1º SEMESTRE 2020-2021:

<https://www.youtube.com/watch?v=IRu63CDUZfl>

PARA MAIS INFORMAÇÕES:

www.up.pt/mentoriaup/

mentoria.uporto@reit.up.pt

UNIVERSIDADE
DO PORTO

**MENTORIA
INTERPARES**

