

## 4. ANEXOS

### Anexo 4.1. Ficha seguimiento mentoring.

La persona que mentoriza debe entregar la ficha cumplimentada cuando termine el proceso de mentoring. Debe cumplimentar las casillas en blanco.

|                                  |                                |
|----------------------------------|--------------------------------|
| NOMBRE Y APELLIDOS MENTORIZADO/A | LUISA GONZÁLEZ GÓMEZ           |
| ASAMBLEA CRUZ ROJA               | PA HUMANITARIA, CALLE POZAS 14 |
| TELÉFONO DE CONTACTO             | 696 67 3134                    |

|                                     |                                   |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| NOMBRE Y APELLIDOS MENTOR/A         | JAI ME ARAVA LARDELVS             |
| NOMBRE DE LA EMPRESA/SECTOR         | /                                 |
| TELÉFONO                            | 634204627                         |
| CORREO ELECTRÓNICO                  | jai me. arava larde lvs@gmail.com |
| CIUDAD                              | MADRID                            |
| Nº SESIONES                         | 4                                 |
| Nº TOTAL HORAS DEDICADAS AL PROCESO | 4                                 |

#### A) PRIMERA SESIÓN: GENERACIÓN CONTEXTO Y CONTRUCCIÓN RELACIÓN.

|         |               |
|---------|---------------|
| FECHA   | 02/02/22      |
| HORARIO | 10:00 - 11:00 |
| CANAL   | PRESENCIAL    |

#### Resultados esperados.

- Presentaciones y alianza con las reglas del juego para generar vínculo de confianza.
- Actitud positiva para el proceso.
- Establecer frecuencia de contactos y canal.
- Exploración de objetivos y metas.
- Explorar las posibles acciones a llevar a cabo para conseguir los objetivos.

| Resumen de los objetivos consensuados con el participante. |                                    |
|--|------------------------------------|
| 5.   | APRENDER A MANEJAR UN SMARTPHONE   |
| 6.   | USO DE WHATSAPP                    |
| 7.   | PÉRDIDA DE MIEDO A LOS SMARTPHONES |
| 8.   | TRACTAR POR SU CUENTA SIN MIEDO    |

Universalidad

Unidad

Voluntariado

Independencia

Neutralidad

Imparcialidad

1 Humanidad



B) SEGUNDA SESIÓN: EXPLORACIÓN REALIDAD.

|         |               |
|---------|---------------|
| FECHA   | 09/02/22      |
| HORARIO | 10:00 - 11:00 |
| CANAL   | PRESENCIAL    |

Resultados esperados:

Plan de acción: tareas, actividades y ejercicios para entrenar

| Objetivo | Acciones | Recursos necesarios | Fecha inicio | Fecha fin |
|----------|----------|---------------------|--------------|-----------|
| 9.       |          |                     |              |           |
| 10.      |          |                     |              |           |

C) TERCERA SESIÓN: EXPLORACIÓN REALIDAD.

|         |               |
|---------|---------------|
| FECHA   | 16/02/22      |
| HORARIO | 10:00 - 11:00 |
| CANAL   | PRESENCIAL    |

Resultados esperados.

Plan de acción: tareas, actividades y ejercicios para entrenar

| Objetivo | Acciones | Recursos necesarios | Fecha inicio | Fecha fin |
|----------|----------|---------------------|--------------|-----------|
| 11.      |          |                     |              |           |
| 12.      |          |                     |              |           |

D) CUARTA SESIÓN: EVALUACIÓN Y CIERRE DEL PROCESO.

|         |               |
|---------|---------------|
| FECHA   | 23/02/22      |
| HORARIO | 10:00 / 11:00 |
| CANAL   | PRESENCIAL    |



### Resultados esperados.

Evaluación del proceso de mentoring: repasar objetivos iniciales previstos y su grado de consecución.

Realizar un pequeño listado de resultados y mejoras identificadas por el mentor y señaladas por la persona mentorizada.

Planificar los futuros pasos a dar por la persona mentorizada.

| Aspecto a valorar         |  |
|---------------------------|--|
| Objetivos conseguidos     | FAMILIARIZACIÓN CON EL SMARTPHONE                  |
| Objetivos no conseguidos  | MAYOR CONTROL DEL DISPOSITIVO                      |
| Puntos fuertes            | HA PERDIDO EL MIEDO A LOS SMARTPHONES              |
| Áreas de mejora           | NO EXPLIAR NADA TEÓRICO, SOLO PRACTICAR            |
| Observaciones del proceso | HA APRENDIDO EN POCAS SEMANAS A USAR UN SMARTPHONE |
| Recomendaciones a futuro  | MÁS HORAS PARA PRACTICAR                           |

1 Humanidad Imparcialidad Neutralidad Independencia Voluntariado Unidad Universalidad