# Mini-teste: Seu Estilo de Mentoria

Este mini-teste foi criado para ajudar você a identificar seu estilo predominante de mentoria. Responda com sinceridade e descubra onde estão seus pontos fortes.

1. 1. Quando alguém compartilha um desafio com você, sua tendência é:

* A) Trazer palavras de encorajamento e inspiração.
* B) Ouvir com atenção, oferecendo acolhimento e empatia.
* C) Ajudar a organizar ideias e montar um plano de ação.
* D) Fazer perguntas que ajudem a pessoa a pensar de forma diferente.

1. 2. Ao iniciar uma conversa com um mentorado, você normalmente:

* A) Compartilha uma história inspiradora.
* B) Pergunta como a pessoa está se sentindo.
* C) Revisa os objetivos e próximos passos.
* D) Estimula a pessoa a refletir sobre o que espera da sessão.

1. 3. Você se sente mais realizado quando:

* A) Motiva alguém a acreditar em seu potencial.
* B) Cria um espaço seguro e acolhedor para o outro.
* C) Ajuda alguém a sair do lugar com um plano concreto.
* D) Leva o mentorado a uma nova perspectiva sobre um problema.

1. 4. Quando um mentorado está desanimado, você tende a:

* A) Relembrar conquistas e estimular sua autoestima.
* B) Validar seus sentimentos e oferecer apoio emocional.
* C) Propor metas simples e objetivas para retomar a ação.
* D) Questionar as causas profundas da frustração.

1. 5. Seu estilo de comunicação é geralmente:

* A) Inspirador e positivo.
* B) Calmo e compreensivo.
* C) Objetivo e estruturado.
* D) Provocador e curioso.

1. 6. Você acredita que o papel principal do mentor é:

* A) Inspirar e motivar.
* B) Apoiar emocionalmente.
* C) Ajudar na organização e planejamento.
* D) Estimular pensamento crítico e autonomia.

# Resultados do Teste

Some o número de respostas A, B, C e D. O estilo com maior número de respostas representa seu perfil predominante.

## Mentor Inspirador (A)

Foca em motivar e despertar o potencial do mentorado. Traz energia e visão positiva. Pode precisar de apoio para estruturar ações práticas.

## Mentor Cuidador (B)

Valoriza a empatia, escuta e cuidado emocional. Constrói vínculos profundos. Pode evitar conflitos ou temas difíceis.

## Mentor Estruturado (C)

Ajuda a traçar metas claras, organizar ideias e transformar planos em ação. Forte em planejamento. Pode pecar por rigidez.

## Mentor Questionador (D)

Provoca reflexões e estimula pensamento crítico. Desenvolve autonomia. Pode soar distante se não equilibrar com acolhimento.