

# Directrices del Programa de Mentoría entre Pares



# Socios del proyecto



**EducPro**



**Co-funded by  
the European Union**

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, responsabilidad exclusiva del/de los autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.

# Tabla de contenido

1. Introducción
2. Programa de mentoría para la educación superior
3. Programa de mentoría para la fuerza laboral
4. Programa de mentoría para el voluntariado
5. Programa de mentoría para el deporte
6. Consejos generales para programas de mentoría exitosos

Este programa es una iniciativa clave del proyecto Erasmus+ Motivate Youth, diseñado para inspirar, guiar y apoyar a los jóvenes en el logro de sus objetivos en cuatro áreas clave: educación superior, empleo significativo, voluntariado y deportes.

Nuestro programa de mentoría entre pares conecta a personas motivadas y con experiencia (mentores) con quienes buscan orientación y apoyo (aprendices). Al fomentar la colaboración y compartir conocimientos, este programa busca:

- Brindar apoyo personalizado para superar desafíos.
- Capacitar a los aprendices para que establezcan y alcancen metas significativas.
- Desarrolle habilidades, confianza y motivación para tener éxito.
- Crear conexiones duraderas que fomenten el crecimiento y el desarrollo.

### ¿Para quién es?

- **Aprendices:** personas jóvenes que buscan orientación, motivación o habilidades para superar las barreras en el campo elegido.
- **Mentores:** Personas experimentadas y apasionadas por compartir sus conocimientos y ayudar a otros a prosperar.

A través de este programa, los participantes participarán en sesiones individuales, establecerán objetivos viables y accederán a recursos y redes adaptados a sus intereses. Ya sea que estén enfrentando desafíos académicos, explorando oportunidades profesionales, encontrando su lugar en el voluntariado o esforzándose por mantenerse activos en el deporte, este programa está diseñado para ayudarlos a alcanzar el éxito.



**Objetivo:** guiar a los jóvenes a través de los desafíos de la educación superior, brindándoles asesoramiento académico y profesional, fomentando la confianza y mejorando su desempeño académico.

### Estructura:

- Perfil del mentor:
  - Estudiantes, exalumnos o educadores experimentados con una trayectoria académica exitosa.
  - Los mentores pueden provenir de diversos campos para brindar perspectivas diversas sobre la educación superior.
- Perfil del aprendiz:
  - Graduados de secundaria, estudiantes universitarios o adultos jóvenes interesados en realizar estudios superiores.
  - Estudiantes que enfrentan desafíos académicos, falta de motivación o incertidumbre sobre sus futuros estudios.

### Características del programa:

- Sesiones individuales: reuniones periódicas virtuales o presenciales en las que los mentores ofrecen orientación personalizada.
- Establecimiento de metas y apoyo académico: los mentores ayudan a los aprendices a establecer metas académicas (por ejemplo, calificaciones, habilidades, participación extracurricular) y ofrecen estrategias para alcanzar esas metas.
- Orientación profesional: los mentores discuten diferentes oportunidades profesionales vinculadas a programas de educación superior, comparten sus trayectorias profesionales y brindan asesoramiento sobre pasantías, búsqueda de empleo y desarrollo profesional.
- Salud mental y motivación: apoyo para manejar el estrés, mantenerse motivado y abordar los desafíos emocionales de la educación superior.
- Redes y conexiones: ayude a los aprendices a conectarse con colegas académicos, organizaciones y posibles empleadores.

### Sesiones de mentoría:

- Frecuencia: Mensual o quincenal
- Modo de comunicación: Videollamadas, llamadas telefónicas o reuniones en persona.
- Duración: 6 meses a 1 año



### Evaluación:

- Controles periódicos para realizar un seguimiento del progreso académico y el crecimiento personal.
- Encuestas de retroalimentación para mejorar el programa y medir el impacto en la motivación académica de los aprendices.

**Objetivo:** empoderar a los jóvenes para que superen las barreras al empleo brindándoles orientación sobre estrategias de búsqueda de empleo, desarrollo de habilidades y desarrollo profesional.

### Estructura:

- Perfil del mentor:
  - Profesionales experimentados, especialistas en RRHH o emprendedores con experiencia en diversas industrias.
  - Los mentores deberían poder compartir conocimientos sobre el mercado laboral, las brechas de habilidades y el desarrollo profesional.
- Perfil del aprendiz:
  - Jóvenes que buscan su primer empleo, aquellos que están subempleados o aquellos que exploran nuevos caminos profesionales.
  - Los jóvenes enfrentan desafíos para construir una red profesional, encontrar oportunidades o navegar en el mercado laboral.

### Características del programa:

- Apoyo en la búsqueda de empleo: los mentores guían a los aprendices en la creación de currículos, cartas de presentación y solicitudes de empleo efectivos.
- Preparación para entrevistas: entrevistas simuladas y consejos para responder preguntas comunes, demostrar habilidades y generar confianza.
- Desarrollo de habilidades: los mentores recomiendan habilidades específicas en las que centrarse según las demandas de la industria (por ejemplo, alfabetización digital, habilidades blandas, habilidades técnicas).
- Oportunidades de networking: los mentores presentan a los aprendices redes profesionales, comunidades en línea y posibles oportunidades laborales.
- Exploración de trayectorias profesionales: los mentores ayudan a los aprendices a identificar objetivos profesionales, explorar diferentes sectores y delinear trayectorias profesionales claras.
- Integración y éxito en el lugar de trabajo: brindar a los aprendices conocimientos sobre cómo adaptarse a la cultura del lugar de trabajo, afrontar desafíos y gestionar relaciones profesionales.

### Sesiones de mentoría:

- Frecuencia: Mensual o quincenal
- Modo de comunicación: Videollamadas, llamadas telefónicas, reuniones en persona.
- Duración: 6 meses a 1 año



### Evaluación:

- Realice un seguimiento del progreso de la búsqueda de empleo, la adquisición de habilidades y la confianza del aprendiz.
- Realizar encuestas o entrevistas para medir cómo la tutoría contribuyó a conseguir empleo o mejorar la claridad profesional.

**Objetivo:** alentar y apoyar a los jóvenes a participar en trabajo voluntario conectándolos con mentores que puedan ofrecerles asesoramiento práctico, apoyo emocional y oportunidades de crecimiento.

### Estructura:

- Perfil del mentor:
  - Voluntarios experimentados o líderes de organizaciones de voluntariado.
  - Personas con conocimiento de la comunidad, oportunidades de voluntariado y el impacto del voluntariado.
- Perfil del aprendiz:
  - Jóvenes interesados en involucrarse en el voluntariado pero no saben por dónde empezar.
  - Jóvenes que pueden tener experiencia como voluntarios pero que necesitan orientación para seleccionar las causas adecuadas, administrar su tiempo o mantenerse motivados.

### Características del programa:

- Coincidencia basada en intereses: los mentores combinan a los aprendices con oportunidades de voluntariado que se alinean con sus intereses, valores y habilidades.
- Desarrollo de habilidades e impacto: los mentores ayudan a los aprendices a desarrollar habilidades clave relacionadas con el voluntariado (por ejemplo, trabajo en equipo, comunicación, resolución de problemas) y a comprender el impacto más amplio del voluntariado.
- Motivación y compromiso: los mentores orientan a los aprendices sobre cómo mantener la motivación a lo largo del tiempo y encontrar un significado personal más profundo en el trabajo voluntario.
- Compromiso comunitario: los mentores involucran a los aprendices en proyectos comunitarios, eventos y causas sociales, fomentando la participación activa y el liderazgo.
- Redes y oportunidades futuras: los mentores ayudan a los aprendices a conectarse con redes de voluntarios, otras organizaciones y posibles oportunidades de empleo vinculadas al voluntariado.

### Sesiones de mentoría:

- Frecuencia: Mensual o quincenal
- Modo de comunicación: Videollamadas, llamadas telefónicas o reuniones en persona.
- Duración: 6 meses a 1 año



### Evaluación:

- Realizar un seguimiento de la participación de los aprendices en proyectos de voluntariado y evaluar su crecimiento personal y motivación.
- Recopile comentarios sobre cómo la tutoría influyó en su nivel de compromiso y planes futuros de voluntariado.

**Objetivo:** promover la participación activa en el deporte asesorando a jóvenes que buscan comenzar a practicarlo o mejorar su rendimiento, al mismo tiempo que fomentamos un estilo de vida saludable y el trabajo en equipo.

### Estructura:

- Perfil del mentor:
  - Atletas experimentados, entrenadores o preparadores deportivos.
  - Los mentores deben tener una sólida comprensión de los aspectos físicos y mentales de los deportes y ser capaces de inspirar a los jóvenes a través de sus propias experiencias atléticas.
- Perfil del aprendiz:
  - Jóvenes que están interesados en los deportes pero tienen dificultades para empezar o mantenerse motivados.
- Jóvenes que buscan mejorar su rendimiento deportivo, encontrar un deporte adecuado o gestionar el equilibrio entre el deporte y otros compromisos.

### Características del programa:

- Planes de entrenamiento personalizados: los mentores crean programas de entrenamiento y deportes personalizados según los intereses, niveles de condición física y objetivos del aprendiz.
- Desarrollo de habilidades: los mentores brindan consejos prácticos de entrenamiento, demostraciones y asesoramiento sobre cómo mejorar la técnica para varios deportes.
- Motivación y persistencia: los mentores ayudan a los aprendices a superar las barreras mentales a la participación en deportes, como la falta de confianza o el miedo al fracaso.
- Bienestar físico y mental: los mentores se centran en el bienestar holístico, enseñando estrategias para mantener la motivación, mantenerse en forma y controlar el estrés.
- Integración social y en equipo: los mentores alientan a los aprendices a participar en deportes de equipo y ayudan a construir conexiones con sus compañeros de equipo y otros atletas.

### Sesiones de mentoría:

- Frecuencia: semanal o quincenal
- Modo de comunicación: Sesiones de capacitación en persona, videollamadas para debates y registros remotos.
- Duración: 6 meses a 1 año



### Evaluación:

- Realizar un seguimiento del progreso del aprendiz en cuanto a aptitud física, nivel de habilidad y participación deportiva.
- Realizar encuestas de retroalimentación para evaluar cómo la tutoría influyó en su motivación para participar en deportes.



-  Proceso de emparejamiento claro: garantizar que los mentores y los aprendices se emparejen en función de intereses, objetivos y compatibilidad compartidos.
-  Establecimiento y seguimiento de objetivos: establecer expectativas claras al inicio del programa y revisar el progreso periódicamente para mantener tanto a los mentores como a los aprendices en el buen camino.
-  Incorporar tecnología: utilizar aplicaciones, plataformas en línea y grupos de redes sociales para facilitar la comunicación, compartir recursos y realizar un seguimiento del progreso.
-  Apoyo y retroalimentación continuos: ofrecer apoyo continuo tanto a los mentores como a los aprendices y recopilar retroalimentación periódicamente para garantizar que el programa sea eficaz y tenga impacto.



