

Alumni UC3M tiene el objetivo de mantener los vínculos entre los antiguos alumnos y la Universidad. Para ello desarrolla diversas actividades como el Programa Mentoring (consulta otras actividades en nuestra web: www.uc3m.es/aa)

En el Programa Mentoring UC3M antiguos alumnos, de forma voluntaria y según su experiencia profesional, apoyan a estudiantes y recién titulados ofreciéndoles asesoramiento personalizado en su paso al mundo profesional. Pero recuerda que no es una oferta laboral ni una forma de entrar en la empresa.

¿Qué puede hacer un mentor por ti?

- Guiarte a dar los primeros pasos hacia el logro de tus objetivos
- Compartir sus experiencias
- Ayudarte a ver tu potencial y tus puntos ciegos para resolverlos
- Darte ideas, ayudarte a innovar y a despertar tu creatividad
- Ayudarte a crear tu visión estratégica personal y prioridades para dirigir tus esfuerzos y recursos
- Ayudarte a encontrar un rumbo, una dirección, a ponerte en marcha y a tomar decisiones
- Motivarte cuando te cueste seguir adelante o no estés obteniendo los resultados esperados
- Orientarte sobre los procesos de selección, especialmente sobre la parte técnica de las entrevistas

Prepárate para la reunión:

Para que el mentoring sea efectivo, es necesario ser sincero con el mentor y contarle qué te preocupa, cuáles son tus metas, cómo quieres lograrlas, etc. Así podrá darte una **visión más objetiva de la situación, desde otra perspectiva, y ayudarte en tus decisiones.**

- Tu mentor se presta voluntario de forma altruista y no tiene tiempo que perder, aprovéchalo al máximo
- Intenta ser flexible para conciliar horario y lugar de reunión
- Atención a la puntualidad, no le hagas esperar. Lleva su contacto para localizarle si surge un imprevisto
- Infórmate sobre la empresa y el perfil de tu mentor (la web de la empresa y linkedin pueden ayudarte)
- Reflexiona antes de la sesión sobre tus intereses profesionales, objetivos, desafíos, proyectos... y pídele consejo
- Puedes llevar preparada la información concreta que deseas obtener
- **Saca el máximo partido** intentando mantener el contacto con tu mentor en la medida de lo posible y sin forzar

Presta atención:

- Prioriza la reunión, apaga el móvil, toma nota, haz preguntas, demuestra interés...
- No faltes nunca sin avisar; si tienes que cambiar una cita, avisa siempre con el máximo tiempo posible.
- Aprende de su experiencia: hasta los profesionales más experimentados toman la ruta irregular en su carrera. Cómo llegaron allí suele ser una historia interesante llena de revelaciones.

Compromiso:

Igual que el mentor se compromete contigo a darte su tiempo, experiencia y conocimiento; tú debes comprometerte con tu mentor: valora sus aportaciones, realiza los "deberes" que te asigne y cumple con el programa .

Evaluación:

Recuerda una vez finalicen las sesiones oportunas hacer una evaluación objetiva a través del [formulario](#).