

## Características del Programa

- **Mentoring formal** (con una serie de directrices, fechas y actividades a realizar que están pautadas previamente)
- **Grupal** (un mentor se reúne con varios telémacos, hasta un máximo de seis)
- **Entre compañeros** (mentores y telémacos son alumnos, aunque de distintos cursos)
- **Mixto** (combinando sesiones presenciales con contactos de apoyo a través del correo electrónico, WhatsApp, etc).
- Es **voluntario** para mentor y telémaco, ninguno de ellos está en el programa de forma obligatoria
- Persigue la **autonomía** del telémaco.

## Directrices generales a seguir en las reuniones con los telémacos:

- El programa de mentoría comienza en septiembre-octubre y finaliza después de los exámenes de febrero.
- Cada mentor debe reunirse presencialmente con sus telémacos de forma periódica. Se establecen un número aproximado de 6-7 reuniones en el primer trimestre al año. Es posible mantener contactos más frecuentes mediante correo electrónico.
- Las reuniones tendrán una duración aproximada de una hora. En la primera parte de las mismas se analizará la evolución de los telémacos desde el último contacto. En la segunda parte se abordará un tema concreto.
- Hay que cumplimentar una pequeña escala de seguimiento on line por parte de mentores y telémacos, después de realizar cada reunión.
- Los mentores se reunirán al menos 3 veces con su coordinador para trabajar en cómo mejorar la calidad de las reuniones de Mentoría.
- Al finalizar el programa se realizará una evaluación final del mismo, por parte de mentores y telémacos.

**Algunos temas de interés** para abordar en las reuniones a lo largo del programa pueden ser los siguientes:

- Reunión inicial: presentaciones de los miembros, intereses, dudas sobre el programa, reglas, etc. (Suele finalizar con un paseo por el centro de estudios para que los telémacos se ubiquen en el espacio y conozcan las instalaciones).
- Reunión 1: Asignaturas de primero, profesores, exámenes, formas de aprobar las asignaturas, academias, libros, apuntes, asistencia a clases, tutorías, dudas en clase, horas de estudio, etc.
- Reunión 2: Recursos de la Biblioteca: en sala y on-line (Es una sesión en la que se visita la biblioteca y se realizan diferentes tareas).
- Reunión 3: Recursos Informáticos y Recursos On-line. (Esta sesión se suele realizar en un aula informática).
- Reunión 4: Administración y Gestión: rectorado, vicerrectorados, decanatos, consejos de departamento, representantes de alumnos, secretaría, matrícula, etc.
- Reunión 5: Becas pregrado y posgrado. Opciones de formación después del grado.
- Reunión 6: Itinerarios y Salidas Laborales por especialidades o áreas de la carrera
- Reunión 7: Reunión de análisis de los resultados de los exámenes y de cierre del programa.

## ¿Quieres tener un mentor?

Los *Telémacos* son alumnos de nuevo ingreso que deciden apuntarse al programa de mentoría para poder adaptarse con rapidez a la vida universitaria.

## ¿Por qué ser Telémaco?

Cuando se llega a primero son muchas dudas las que a uno se le pasan por la cabeza: ¿Cómo son los profesores?, ¿Cómo se contesta a un examen tipo test?, ¿Cómo se puede usar la biblioteca?, y un largo etcétera.

Son cuestiones que uno mismo puede ir solucionando, pero ¿por qué no usar la experiencia de los alumnos que ya han pasado por ello?,

hacer eso significa no tener que ir solo, contar con alguien que te ayude de forma clara y sepa darte el apoyo que necesitas.

Si quieres tener un mentor, ponte en contacto con el coordinador del programa de Mentoría en tu centro de estudios, su correo es [amcalles@ucm.es](mailto:amcalles@ucm.es)

## **Beneficios que podrás obtener...**

Una adaptación más rápida

Rendimiento más elevado

Menor abandono

Mayor participación en la vida universitaria

Mayor implicación en actividades de ocio

Mejora de competencias concretas

Mayor satisfacción

Mayor autoestima

Mayor autoeficacia

## **Coordinadores de centro**

### **Coordinadores de programas de Mentoría**

El coordinador del programa de cada centro es tu persona de referencia si quieres participar como mentor o telémaco.

Los Centros de la Universidad Complutense que aplican el programa de mentorías en el curso los tienes en la página principal de esta web.

La labor del coordinador del programa de Mentoría es propiciar un funcionamiento correcto de los distintos encuentros entre mentores y *telémacos*. Se encarga de hacer la selección de mentores, gestionar su formación, realizar los emparejamientos, solucionar los problemas que surjan, ofrecer apoyo en el seguimiento de las reuniones...

### **Seguimiento de la Mentoría**

El objetivo de realizar un seguimiento de cada reunión es facilitar los procesos de supervisión de mentores a través de herramientas que permitan recoger información cuantitativa y cualitativa sobre la marcha del programa.