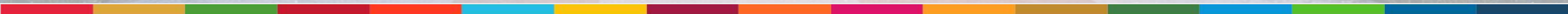




Desarrollo de habilidades y redes profesionales a través de la mentoría



Presentadoras



Virginie Ferré Sanchez-Macagno

Training Officer



Silvia Märkli García

Human Resources Business Partner

Equipo de Soporte de Zoom



Octavio Rodriguez Lara

Associate Programme Management Officer

Normas

Su micrófono está apagado por defecto.
El chat está desactivado.

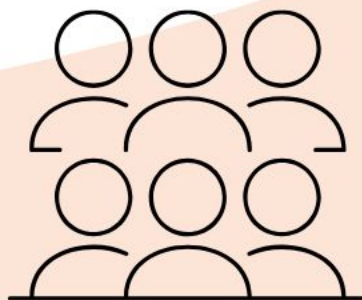
Si tiene preguntas, hágalas a través del
botón de preguntas y respuestas de
Zoom.

La sesión va a ser **grabada**. Y la
grabación estará disponible junto con la
presentación en: [Inter-Agency Career
Week 2026](#)



Debido a la alta participación en esta sesión, es posible que no seamos capaces de responder a todas sus preguntas.

Gracias por su comprensión.



Desarrollo de habilidades y redes profesionales a través de la mentoría

A vibrant landscape featuring a winding path that leads towards a horizon under a bright, hazy sky. In the center of the path, there is a stylized tree-like structure composed of several large, colorful arrows (orange, green, blue) pointing in various directions, symbolizing growth and professional development. The overall scene is bright and optimistic, with a warm glow from the sun.

Agenda

1. **Principios fundamentales**
2. **Roles clave y etapas**
3. **Cómo encontrar y contactar a un/a mentor/a**
4. **Escucha activa y desafíos comunes**
5. **Ejercicio práctico: Juego de rol**
6. **Reflexión final y resumen**
7. **Cierre**

Preguntas interactivas



¿QUÉ ES Y QUÉ NO ES LA MENTORÍA?

Definición



Confianza y Respeto



Escucha y Diálogo



Explorar Opciones y Actuar

No es una Jerarquía Formal



Supervisión / Gestión



Control y Autoridad

Apoyo y Perspectiva Compartida

Objetivo Principal



Aprendizaje



Exploración



Autonomía

Límites de la Mentoría



No Garantiza Promociones



No Resuelve Problemas
Personales Complejos

Se Requieren Recursos Especializados

Mentoría, Coaching, Asesoramiento y Consultoría

Rol	Descripción	Foco	Competencias clave
Mentoría	Escuchar y compartir experiencias, conocimientos y habilidades para apoyar el crecimiento personal y profesional	Crecimiento Personal y profesional	Escucha, empatía, intercambio de experiencias, asesoramiento, modelaje de roles
Coaching	Ayudar a las personas a mejorar su desempeño mediante orientación y práctica	Mejora del desempeño	Escucha, empatía, formulación de preguntas, reflexión, retroalimentación
Asesoramiento	Asistir a las personas en la resolución de asuntos personales o psicológicos	Bienestar emocional y psicológico	Empatía, escucha activa, resolución de problemas
Consultoría	Brindar asesoría experta para resolver problemas específicos o mejorar procesos	Resolución de problemas y estrategia	Experiencia técnica, análisis, formulación de recomendaciones, resolución de problemas

Pregunta interactiva



ROL DEL MENTOR/A

Establece expectativas para un espacio y un proceso seguros

Responsabilidades del mentor/a:

- Aporta experiencia
- Crea un espacio seguro
- Fomenta la autorreflexión
- Respeto la confidencialidad

Colaboración efectiva: la claridad en roles y responsabilidades fortalece la relación y aumenta la probabilidad de resultados significativos.





ROL DEL DISCÍPULO/A

Protagonista de su crecimiento

Responsabilidades del discípulo/a

- Es protagonista de su desarrollo
- Participa pro-activamente
- Hace preguntas
- Se compromete con su aprendizaje
- Define objetivos claros
- Agradece y reconoce

ENCONTRAR UN/A MENTOR/A



Clarifica tu objetivo

- ¿Qué quieres aprender o desarrollar?
- Dirección profesional, liderazgo, transiciones, confianza, etc.



Mira más allá de la jerarquía

- Un/a mentor/a no tiene que ser necesariamente senior ni tu jefe/a
- Busca experiencia, perspectiva y valores que admires



Aprovecha tus redes

- Colegas del trabajo, ex jefes/as, pares
- Comunidades de práctica, grupos profesionales, redes de exalumnos/as



Acércate con intención

- Sé claro/a y específico/a sobre por qué contactas
- Propón un compromiso ligero y acotado (por ejemplo, una conversación)



Construye la relación

- Acordar expectativas, confidencialidad y frecuencia
- Llegar preparado/a, escuchar activamente y dar seguimiento

CONTACTAR A UN/A MENTOR/A



Sé claro/a sobre tu propósito

- Qué es lo que admiras de su experiencia
- Qué te gustaría aprender o explorar



Infórmate previamente

- Conoce su trayectoria y áreas de experiencia
- Haz que tu acercamiento sea personal y relevante



Contacta con respeto

- Utiliza un mensaje breve y bien pensado
- Sé específico/a y valora su tiempo



Haz una solicitud sencilla

- Propón una conversación informal (por ejemplo, 30 minutos)
- Aclara que no implica un compromiso a largo plazo



Cierra de manera profesional

- Agradece independientemente de la respuesta
- Si acepta, da seguimiento oportuno y llega preparado/a

CICLO DE UNA CONVERSACION DE MENTORÍA



ESCUCHA ACTIVA Y DESAFÍOS COMUNES

Clima de confianza y escucha activa

Una conversación eficaz se basa en la confianza, expectativas claras y escucha activa centrada en las necesidades del discípulo/a.

Preguntas abiertas y reflexión

El mentor/a usa preguntas abiertas para explorar experiencias y fomentar la reflexión profunda antes de compartir perspectivas.

Cierre y definición de acciones

La conversación finaliza con acciones concretas y un momento de cierre que promueve el aprendizaje y desarrollo.

EJERCICIO DE JUEGO DE ROL

Contexto

Vamos a representar en vivo una conversación de mentoría (en 3 fases)

Vuestro papel es observar con atención

Instrucciones

Observa la conversación con mirada analítica

*Identifica **buenas prácticas de mentoría** observadas (escucha activa, preguntas abiertas, empatía, guía sin imponer soluciones, etc.)*

*Escribe cada buena práctica que identifiques en el **Q&A de Zoom***

Puedes escribir en cualquier momento durante el juego de rol

Al finalizar

Revisaremos las buenas prácticas identificadas y reflexionaremos sobre cómo aplicarlas

PARTE 1



Escuchar Activamente



PARTE 2



Escuchar Activamente



PARTE 3



Escuchar Activamente



REFLEXIÓN FINAL

Reflexión y Aprendizaje

Consolidar aprendizajes y conectar la práctica con los principios teóricos.



ANÁLISIS DE BRECHAS



RESUMEN



-  Comunicación
-  Escucha
-  Motivación
-  Guía
-  Conexión

Estas capacidades se basan en los cinco pilares fundamentales de la mentoría.

	Lunes, 4 de mayo	Martes, 5 de mayo	Miércoles, 6 de mayo	Jueves, 7 de mayo	Viernes, 8 de mayo
03:00-04:00 (Nueva York) 09:00-10:00 (Europa) 10:00-11:00 (Nairobi) 14:00-15:00 (Bangkok)	Pres (E) - From the UN to the Private Sector: Skills that enable Career Transition	Pres (E) - Thriving in Uncertainty	Pres (E) - Beyond the algorithm: Preparing your career for Life 3.0	Pres (E) - Habits under Pressure: working more intentionally	Pres (E) Behavioural Science for Career Development: Evidence-Based Steps for Action
04:30-05:30 (Nueva York) 10:30-11:30 (Europa) 11:30-12:30 (Nairobi) 15:30-16:30 (Bangkok)	PD (E) - Inside the Recruiter's Mind: How Hiring Really Works in the UN and Beyond	PD (E) - Private Sector Unlocked: How to Enter, Adapt, and Succeed	Pres (E) - Upskilling for the Future: How to Stay Marketable Inside and Beyond the UN	Pres (E) - Becoming a UN Volunteer; What is in it for you? The Hidden Benefits of Volunteering.	PD (E) - Beyond the UN Blue: Navigating Your Career Transition to Other IGOs
06:00-07:00 (Nueva York) 12:00-13:00 (Europa) 13:00-14:00 (Nairobi) 17:00-18:00 (Bangkok)	PD (E) - Talent on the Move: Growing your career through mobility	Pres (F) - Recherche d'emploi optimisée par l'IA : éthique, sécurisée et tournée vers l'avenir	Clinic (E) - AI for Your Career: Practical Tools and Prompts for Career Management	Pres (E) - Leading from Within: Self-Awareness, Authenticity, and Inner Resilience	Pres (F) - Maîtriser les entretiens d'embauche: Transformer son expérience en levier de réussite
07:30-08:30 (Nueva York) 13:30-14:30 (Europa) 14:30-15:30 (Nairobi) 18:30-19:30 (Bangkok)	Clinic (E) - Mapping Your Motivators for Career Choices	Pres (E) - Mapping Professional Achievements to Job Application and Interview	Pres (E) - Breaking Down Job Descriptions	Pres (E) - What remains when everything changes: Insights from Third Culture and Global Nomad Research	Clinic (E) - The skills shift: What skills-based hiring and AI agents might mean for a UN career
09:00-10:00 (Nueva York) 15:00-16:00 (Europa) 16:00-17:00 (Nairobi) 20:00-21:00 (Bangkok)	Pres (E) - Your Career, Your Conversation	Pres (E) - Strengthening Your Adaptability Muscles - AQ: The Adaptability Quotient	Pres (E) - Managing Your Saboteurs: Removing Barriers to Your Career Growth	Pres (E) - Use Your Strengths to Boost Your Career	Pres (E) - Activating Inner Resources in Uncertain Times
10:30-11:30 (Nueva York) 16:30-17:30 (Europa) 17:30-18:30 (Nairobi) 21:30-22:30 (Bangkok)	Pres (E) - A Mind-Blowing Tour of AI Tools to Accelerate Your Career	Pres (E) - From Sat Nav to Compass: Navigating Your Career in a Changing UN System	Pres (S) - Construye tu Asistente de Carrera con IA	Pres (E) - Building a winning profile from application to interview	Pres (E) - Mentoring 2.0: From Top-Down to All-Around
13:00-14:00 (Nueva York) 19:00-20:00 (Europa) 20:00-21:00 (Nairobi) 00:00-01:00 ⁻¹ (Bangkok)	Pres (F) - Opportunités de carrière aux Nations Unies pour les jeunes professionnels et conseils pour réussir sa candidature	PD (E) - Thriving Globally - The human side of relocation	Pres (E) - Career Development: How you can turn a Psychosocial Hazard into a Thriving Strategy	Pres (E) - Youth Engagement: Put in Practice! (Young Talents in the UN System)	Pres (E) - Working for Justice
14:30-15:30 (Nueva York) 20:30-21:30 (Europa) 21:30-22:30 (Nairobi) 01:30 ⁻¹ -02:30 ⁻¹ (Bangkok)	Pres (E) - Mastering Job Interviews: Turning Your Experience into Impact	Pres (S) - Cómo dominar las entrevistas de trabajo: refleja tu experiencia con impacto	Clinic (S) - Desarrollo de habilidades y redes profesionales a través de la mentoría	Pres (E) - Make career moves with confidence using the 5i Framework	Pres (E) - Own your Future, Make your Role Matter

