

EXPERIÊNCIAS DE MENTORIA

UNIVERSITÁRIA

BRASIL - COLÔMBIA

Coleção Permanência Estudantil
Volume 4



Pricila Kohls-Santos
Paula Andrea Cataño Giraldo
Beatriz Brandão de Araújo Novaes
Moema Bragança Bittencourt
Paula Trabuco
(Organizadoras)



Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

Pricila Kohls-Santos
Paula Andrea Cataño Giraldo
Beatriz Brandão de Araújo Novaes
Moema Bragança Bittencourt
Paula Trabuco
(Organizadoras)

Valdivina Alves Ferreira
(Colaboradora)

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

EXPERIÊNCIAS DE MENTORIA UNIVERSITÁRIA: Brasil – Colômbia

Coleção Permanência Estudantil – Volume 4

Editora CRV
Curitiba – Brasil
2025

Copyright © da Editora CRV Ltda.
Editor-chefe: Railson Moura
Diagramação e Capa: Designers da Editora CRV
Imagen de Capa: Freepik
Revisão: Os Autores

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)
CATALOGAÇÃO NA FONTE
Bibliotecária responsável: Luzenira Alves dos Santos CRB9/1506

E382

Experiências de Mentoria Universitária: Brasil – Colômbia / Pricila Kohls-Santos *et al.* (organizadoras) – Curitiba : CRV, 2025.
112 p. (Coleção: Permanência Estudantil, v. 4)

Bibliografia

ISBN Coleção Digital 978-65-251-5554-8
ISBN Coleção Físico 978-65-251-5558-6
ISBN Volume Digital 978-65-251-7627-7
ISBN Volume Físico 978-65-251-7626-0
DOI 10.24824/978652517626.0

1. Educação superior 2. Permanência estudantil 3. Estudante I. Kohls-Santos, Pricila. *et al.* org. II. Título III. Coleção: Permanência Estudantil, v. 4.

CDU 378

CDD 378

Índice para catálogo sistemático
1. Educação superior - 378

2025

Foi feito o depósito legal conf. Lei nº 10.994 de 14/12/2004
Proibida a reprodução parcial ou total desta obra sem autorização da Editora CRV
Todos os direitos desta edição reservados pela Editora CRV
Tel.: (41) 3029-6416 – E-mail: sac@editoracrv.com.br
Conheça os nossos lançamentos: www.editoracrv.com.br

Conselho Editorial:

- Aldira Guimaraes Duarte Domínguez (UNB)
Andréia da Silva Quintanilha Sousa (UNIR/UFRN)
Anselmo Alencar Colares (UFOPA)
Antônio Pereira Gaio Júnior (UFRRJ)
Carlos Alberto Vilar Estêvão (UMINHO – PT)
Carlos Federico Dominguez Avila (Unieuro)
Carmen Tereza Velanga (UNIR)
Celso Conti (UFSCar)
Cesar Gerônimo Tello (Univer. Nacional
Três de Febrero – Argentina)
Eduardo Fernandes Barbosa (UFMG)
Eduardo Pazinato (UFRGS)
Elione Maria Nogueira Diogenes (UFAL)
Elizeu Clementino de Souza (UNEB)
Élvio José Corá (UFFS)
Fernando Antônio Gonçalves Alcoforado (IPB)
Francisco Carlos Duarte (PUC-PR)
Gloria Fariñas León (Universidade de La Havana – Cuba)
Guillermo Arias Beatón (Universidade
de La Havana – Cuba)
Jailson Alves dos Santos (UFRJ)
João Adalberto Campato Junior (UNESP)
Josania Portela (UFPI)
Leonel Severo Rocha (UNISINOS)
Lídia de Oliveira Xavier (UNIEURO)
Lourdes Helena da Silva (UFV)
Luciano Rodrigues Costa (UFV)
Marcelo Paixão (UFRJ e UTexas – US)
Maria Cristina dos Santos Bezerra (UFSCar)
Maria de Lourdes Pinto de Almeida (UNOESC)
Maria Lília Imbiriba Sousa Colares (UFOPA)
Mariah Brochado (UFMG)
Paulo Romualdo Hernandes (UNIFAL-MG)
Renato Francisco dos Santos Paula (UFG)
Sérgio Nunes de Jesus (IFRO)
Simone Rodrigues Pinto (UNB)
Solange Helena Ximenes-Rocha (UFOPA)
Sydione Santos (UEPG)
Tadeu Oliver Gonçalves (UFPA)
Tania Suely Azevedo Brasileiro (UFOPA)

Comitê Científico:

- Adalberto dos Santos Souza (UNIFESP)
Adriana de Oliveira Alcântara (UNICAMP)
Claudiana Tavares da Silva Sgorlon (UNILA)
Jodeylson Islony de Lima Sobrinho (UFS)
Luciene Alcinda de Medeiros (PUC-RJ)
Maria Regina de Avila Moreira (UFRN)
Patrícia Krieger Grossi (PUC-RS)
Regina Sueli de Sousa (UFG)
Solange Conceição Albuquerque de Cristo (UNIFESSPA)
Thaís Teixeira Closs (UFRGS-RS)
Vanessa Rombola Machado (UEM)
Vinícius Ferreira Baptista (UFRRJ)

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO.....	9
<i>Moema Bragança Bittencourt</i>	
<i>Paula Trabuco</i>	
<i>Valdivina Alves Ferreira</i>	
PREFÁCIO	13
<i>Camilla Sara Gonçalves Cunha</i>	
PREFÁCIO INTERNACIONAL	
LA MENTORÍA EN INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR.....	15
<i>Padre Carlos Enrique Cardona Quiceno</i>	
O PROGRAMA DE MENTORIA UNIVERSITÁRIA DA	
UNIVERSIDADE CATÓLICA DE BRASÍLIA	19
<i>Pricila Kohls-Santos</i>	
<i>Beatriz Brandão de Araujo Novaes</i>	
MENTORIA UNIVERSITÁRIA NA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE	
BRASÍLIA: saberes que fazem diferença	33
<i>Andréia Barbosa Pereira Guerra</i>	
A MENTORIA UNIVERSITÁRIA COMO FATOR CONTRIBUINTE	
PARA O CRESCIMENTO ACADÉMICO E PESSOAL: reflexões sobre	
os desafios e os impactos	51
<i>Raila Lourrane dos Santos Bandeira</i>	
Ocupação de território.....	55
<i>Angélica Maciel Cardoso</i>	
OS DOIS LADOS DA HISTÓRIA	59
<i>Maria Júlia Alves de Sousa</i>	
PROJETO METAMORFOSE	67
<i>Sabrinna Maria Brito Do Carmo</i>	

VOLUNTARIOS AMIGONIANOS MENTORES CON ORIENTACIÓN AL SERVICIO (VAMOS) – UNIVERSIDAD CATÓLICA LUIS AMIGÓ	77
<i>Paula Andrea Cataño Giraldo</i>	
<i>Wilson Ríos Valencia</i>	
<i>Johan Correa Restrepo</i>	
<i>Catalina Ramírez Mejía</i>	
<i>Johan Escobar García</i>	
<i>Katherine Martínez Arias</i>	
RELATO DE MENTORÍA: Acompañar desde la Empatía	87
<i>Teresa Milena Jiménez Sánchez</i>	
MENTORÍA UNIVERSITARIA: Una Herramienta para el Desarrollo Académico y Personal.....	89
<i>Xenia Ester Cervantes Osorio</i>	
MÁS QUE CONSEJOS: la mentoría como espacio de transformación mutua.....	93
<i>Yenni Rivera Montoya</i>	
ENCONTRO BINACIONAL DE MENTORIA UNIVERSITÁRIA.....	99
ÍNDICE REMISSIVO	107
SOBRE AS ORGANIZADORAS	109

APRESENTAÇÃO

Moema Bragança Bittencourt

Paula Trabuco

Valdivina Alves Ferreira

A educação superior é um marco decisivo na trajetória de qualquer estudante. Um ambiente que amplia horizontes, desafia limites e, ao mesmo tempo, exige autonomia e maturidade para o enfrentamento de novos caminhos. Nessa etapa, as exigências vão muito além do desenvolvimento de competências técnicas e do domínio dos conteúdos ministrados, em que se torna essencial o aprimoramento de diversas habilidades, como a capacidade de autogestão, a comunicação eficaz, a resiliência e o pensamento crítico, fundamentais para lidar com os desafios que perpassam dimensões acadêmicas e pessoais.

A transição do ensino médio ou de uma iniciada vivência no mundo do trabalho para a universidade está repleta de desafios que impactam a permanência estudantil e o sucesso acadêmico. Os desafios são variados, como a adaptação a uma rotina mais exigente, necessidade de autogerenciamento dos estudos, cumprimento de prazos, convivência em um ambiente diverso com pessoas diversas e, em muitos casos, a responsabilidade de equilibrar vida acadêmica, trabalho e vida pessoal.

Além disso, a falta de integração ao ambiente universitário pode levar o estudante a sentimentos de isolamento e inadequação, fragilizando sua motivação e a confiança no processo de aprendizagem. A ausência de redes de apoio, tanto acadêmicas quanto emocionais, agrava ainda mais essa situação. Para muitos, o desafio não está apenas no conteúdo das disciplinas, mas na construção de estratégias que permitam superar as barreiras do cotidiano e, ao mesmo tempo, criar um ambiente propício para o aprendizado, participação e crescimento dos estudantes.

É nesse contexto, que se destaca a importância de programas institucionais que ofereçam apoio e orientação aos estudantes, buscando auxiliar na construção de redes de apoio para uma plena vivência e experiência da jornada universitária, como o Programa Mentoria Universitária. O Programa surge como uma ponte que conecta os estudantes à universidade, facilitando a adaptação e criando espaços de diálogo, acolhimento e partilha. Além de uma simples troca de informações, a Mentoria promove o desenvolvimento de habilidades essenciais para que o estudante enfrente os desafios dessa etapa com confiança e segurança, compreendendo o que o universo da formação acadêmica representa em sua formação profissional, pessoal e cidadã.

Este livro, fruto da colaboração entre mentores, mentorados, professores e gestores de Programas de Mentoria, apresenta experiências e reflexões sobre o papel transformador da Mentoria na vida universitária dos estudantes. É um convite a compreender como a Mentoria Universitária pode se tornar um elemento essencial na promoção da permanência dos estudantes e do sucesso acadêmico nas universidades enquanto agente transformador de vivências.

Os capítulos abordam as experiências da Mentoria Universitária em diferentes contextos, com a partilha dos relatos de mentores da Universidade Católica de Brasília no Brasil e da Universidade Católica Luis Amigó na Colômbia. Por meio de relatos dos mentores dessas universidades, acessamos uma realidade que nem sempre é percebida ao longo dos processos de desenvolvimento das atividades dos Programas de Mentoria. Os mentores compartilharam suas percepções de como a mentoria pode transformar não apenas suas jornadas, mas também a dos mentorados/mentees, criando um ciclo de aprendizagem mútuo e da estruturação de redes de apoio entre os estudantes. A transformação das jornadas acadêmicas dos mentores é visível quando suas próprias percepções de universidade são reconfiguradas ao assumirem a responsabilidade pelos seus processos de aprendizagem, e pela responsabilidade de apresentá-la a um calouro. No avançar dos capítulos deste livro, veremos como o Programa de Mentoria, além de ser um espaço de aprendizado, se configura num ambiente seguro de troca, onde os estudantes encontram suporte acadêmico, social e emocional.

O Programa de Mentoria Universitária, vinculado ao setor de Permanência Estudantil e Sucesso Acadêmico (PESA) da Universidade Católica de Brasília, é um exemplo prático e inspirador desse compromisso com o estudante. Por meio de ações estruturadas, formações de mentores, encontros sistemáticos e espaços de diálogo, o programa tem sido capaz de identificar as necessidades dos estudantes e propor estratégias eficazes para enfrentá-los. Seja no acompanhamento das atividades acadêmicas, no desenvolvimento de habilidades de comunicação ou no fortalecimento das redes de apoio, a mentoria se apresenta como um pilar para a construção de trajetórias acadêmicas bem-sucedidas.

O Programa de Mentoria Universitária da Universidade Católica Luis Amigó, através da estratégia VAMOS fornece acompanhamento aos estudantes de todos os semestres letivos, com ênfase nos estudantes de primeiro a terceiros semestres, proporcionando uma melhor adaptação na vida acadêmica. A Mentoria trabalha a construção de relação entre o mentor e mentee através da troca de experiências, apresentando o universo de possibilidades que a Universidade por fornecer e contribuir para uma formação integral. Nesta relação entre mentor e mentorado, algumas dimensões da vida universitária são centrais, como a compreensão do que é a universidade, os trâmites acadêmicos

que o estudante deve conhecer e gerir, a importância do planejamento dos estudos, enfrentamento de crises, desenvolvimento do projeto de vida e demais questões que versam sobre a vida universitária.

A publicação desta obra, reforça a importância da construção de redes colaborativas e do compartilhamento de boas práticas entre instituições, como exemplificado pelo I Encontro Binacional de Mentoria Universitária Brasil-Colômbia apresentado neste livro. Essas parcerias, promovem o intercâmbio cultural e acadêmico, ampliando as possibilidades de atuação dos Programas de Mentoria para a melhoria contínua das ações de permanência estudantil nas universidades. Essa cooperação internacional fortalece não apenas os Programas em cada país, mas também amplia as possibilidades de criação de políticas e estratégias estudantis pensadas na permanência dos estudantes, contribuindo para o avanço de uma educação do ensino superior na América Latina mais democrática, diversa, dialógica e participativa.

O Programa de Mentoria Universitária é uma estratégia fundamental para promover a permanência estudantil e o sucesso acadêmico, oferecendo acompanhamento contínuo, formação de mentores e espaços de diálogo que facilitam a adaptação à vida universitária e o desenvolvimento de competências essenciais. Além de abordar aspectos como planejamento de estudos, habilidades interpessoais e redes de apoio, o programa se fortalece por meio de cooperações internacionais, como o I Encontro Binacional de Mentoria Universitária Brasil-Colômbia, que promove o intercâmbio de boas práticas e a criação de políticas estudantis mais inclusivas. Essas ações consolidam uma educação superior democrática e participativa, reafirmando o compromisso com a formação integral e o sucesso dos estudantes.

Ao compartilhar experiências e reflexões sobre a Mentoria universitária, este livro busca inspirar outras instituições e educadores, a desenvolverem estratégias inovadoras para enfrentar os desafios da permanência estudantil na educação superior. As histórias aqui relatadas, servem como ponto de partida para novos diálogos, novas práticas e, sobretudo, para o fortalecimento do compromisso com uma educação de qualidade e com o sucesso dos nossos estudantes.

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

PREFÁCIO

A educação superior enfrenta diversos desafios, sendo um dos principais a diferença entre a formação da educação básica e a exigida nesse nível. Muitos estudantes entram na universidade com lacunas no conhecimento, dificuldades emocionais e falta de autonomia acadêmica. Essas deficiências podem impactar a permanência estudantil, pois a educação superior demanda não apenas habilidades técnicas, mas também competências em comunicação, gerenciamento de tempo e cidadania. Para enfrentar esses desafios, é fundamental oferecer apoio pedagógico e emocional, além de promover um ambiente que favoreça o desenvolvimento integral do estudante.

Surgem então, os programas de mentoria que têm como objetivo promover a integração dos calouros à vida acadêmica, estabelecendo relações de apoio entre estudantes experientes (mentores) e ingressantes (mentorados). Fundamentados nos princípios de confiança, respeito mútuo e compartilhamento de experiências, esses programas têm como objetivo orientar os novos alunos sobre o funcionamento da instituição, os processos acadêmicos, os serviços de apoio disponíveis e as oportunidades de desenvolvimento pessoal e profissional.

A mentoria universitária é uma ação voltada para a criação de ambientes que promovam o desenvolvimento integral dos estudantes no contexto universitário. Na Universidade Católica de Brasília (UCB), essa iniciativa faz parte das atividades do setor de Permanência Estudantil e Sucesso Acadêmico (PESA), com o objetivo de oferecer apoio direto e personalizado aos estudantes, por meio da orientação de colegas mais experientes.

Os mentores, em sua maioria alunos veteranos, desempenham um papel fundamental na integração dos ingressantes ao ambiente universitário. Eles compartilham suas experiências, ajudam na resolução de problemas e orientam os novos alunos sobre os caminhos necessários para o desenvolvimento das habilidades essenciais para a vida acadêmica.

Partindo da premissa de que o programa de mentoria coloca o estudante como protagonista de seu processo formativo, permitindo-lhe escolher os caminhos que influenciarão sua trajetória profissional, o livro possibilita observar, por meio de seus capítulos, como o programa contribui para o desenvolvimento de habilidades que, no futuro, serão reconhecidas como diferenciais no ingresso ao mercado de trabalho. Além disso, o programa fortalece a noção de responsabilidade social do estudante, preparando-o de maneira integral para os desafios profissionais e sociais.

São apresentadas as experiências de estudantes mentores na UCB e como essas vivências enriqueceram sua trajetória acadêmica e pessoal, demonstrando como os aprendizados adquiridos serão levados para além dos muros da universidade. Além disso, destaca-se como essas experiências influenciaram

positivamente sua atuação futura, tanto como profissionais quanto como indivíduos comprometidos com o desenvolvimento humano.

Também são apresentados relatos de experiências de mentoria em outra universidade, com foco na América Latina, o que possibilita a troca de vivências e estratégias para enfrentar os desafios relacionados ao início da vida universitária.

Por fim, o Encontro Binacional de Mentoria Universitária é apresentado como um marco inédito na colaboração entre mentores e gestões acadêmicas do Brasil e da Colômbia. Durante o evento, foram discutidos temas relevantes, como o impacto da mentoria na adaptação universitária dos estudantes, além de estratégias para fortalecer redes de apoio no ambiente acadêmico. Esses debates ressaltaram a importância da mentoria no processo de integração social e acadêmica dos estudantes, oferecendo suporte essencial para o seu desenvolvimento acadêmico e pessoal.

O livro que se segue é uma excelente leitura, proporcionando uma compreensão profunda do valor da mentoria entre pares, da conexão humana que ela promove e do intercâmbio de experiências que são fundamentais para o desenvolvimento integral dos estudantes. Mais do que isso, o livro contribui para a construção de uma comunidade universitária mais solidária e colaborativa, ao destacar como práticas de mentoria podem fortalecer laços e criar um ambiente de apoio mútuo dentro das instituições de educação superior.

*Camilla Sara Gonçalves Cunha
Coordenadora Acadêmica de Graduação
Universidade Católica de Brasília*

PREFÁCIO INTERNACIONAL

LA MENTORÍA EN INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR

La educación superior enfrenta un cambio significativo en las aspiraciones de los estudiantes, quienes hoy buscan carreras más cortas y prácticas, orientadas a desarrollar destrezas técnicas inmediatas. Este fenómeno responde a un mundo dinámico donde la rapidez en la inserción laboral y la especialización práctica toman protagonismo. Teniendo esto en cuenta, las universidades se enfrentan a un reto crucial: adaptarse a estas nuevas demandas sin abandonar su misión fundamental de formar personas integrales.

Más allá de lo técnico, la educación universitaria debe seguir siendo un espacio para el desarrollo de habilidades blandas, como la comunicación, la resolución de problemas, el trabajo en equipo y el pensamiento crítico. Una estrategia clave para lograr este objetivo es el fortalecimiento de las Mentorías en la educación superior, pues las nombradas habilidades no solo son esenciales para los ámbitos académico y laboral, sino también para la construcción de sociedades más humanas y resilientes.

El desafío radica en encontrar un equilibrio entre lo práctico y lo humanista, respondiendo a las necesidades actuales sin perder de vista el propósito más amplio de la educación.

La Mentoría, impulsada por el Programa de Permanencia Académica, y dentro de la función sustantiva de Bienestar Institucional, se define como un proceso de acompañamiento académico, personal y social dirigido a los estudiantes, cuyo objetivo es facilitar su adaptación, permanencia y éxito en la vida universitaria. Este proceso se desarrolla mediante la interacción entre un mentor (estudiante de niveles avanzados y que está bien adaptado al ámbito universitario) y un mentee (estudiante que requiere acompañamiento). El propósito es atender las necesidades individuales del mentee y apoyar su adaptación a la vida universitaria, fomentando así su desarrollo integral.

Funciones de la Mentoría en el Programa de Permanencia Académica de Bienestar Institucional

La Mentoría cumple un rol esencial al abordar diferentes dimensiones del bienestar estudiantil, que incluyen:

1. **Acompañamiento personal:** Ayuda a los estudiantes a enfrentar desafíos emocionales y sociales, promoviendo su bienestar mental y su adaptación al contexto en el que se desenvuelven.
2. **Orientación académica:** Guía en la organización del tiempo, selección de cursos, técnicas de estudio y superación de dificultades académicas.
3. **Promoción de la inclusión:** Facilita la integración de estudiantes de diversos contextos culturales, sociales y económicos, garantizando igualdad de oportunidades.
4. **Fomento del desarrollo integral:** Impulsa competencias personales, sociales y profesionales orientadas a la formación integral de los estudiantes.
5. **Reducción de la deserción estudiantil:** Detecta de manera temprana dificultades que puedan afectar la continuidad en el ámbito académico y ofrece alternativas o apoyos para resolverlas.
6. **Fortalecimiento del sentido de pertenencia:** Crea un vínculo firme con la Institución mediante el acompañamiento cercano, fomentando la confianza y el compromiso del estudiante con su formación.

En este sentido, la Mentoría no solo apoya al estudiante, sino que también fortalece el propósito institucional de generar un entorno inclusivo, humanizado y orientado al éxito académico y personal.

Principios teleológicos y su vinculación con la Mentoría

Los principios teleológicos representan las finalidades primeras y los valores fundamentales que guían la acción de cada institución de educación superior. Estos principios, estrechamente relacionados con lo misional, establecen el horizonte hacia el cual se orientan las acciones y programas institucionales, incluidas las funciones de Bienestar Institucional. En el contexto de la Mentoría, estos principios se pueden reflejar de las siguientes maneras:

1. **Humanismo:** Promueve el desarrollo integral del estudiante como ser humano, respetando su dignidad y bienestar emocional, social y académico.
2. **Inclusión y equidad:** Prioriza el acceso igualitario a oportunidades, acompañando especialmente a estudiantes en situaciones de vulnerabilidad, en sintonía con la justicia social.
3. **Excelencia académica:** Fomenta el rendimiento académico y el desarrollo de competencias, contribuyendo al compromiso de calidad y formación de profesionales con óptimo desempeño.

4. **Pertenencia social:** Busca formar ciudadanos comprometidos con su comunidad, promoviendo valores como la actitud solidaria y la responsabilidad social.
5. **Innovación y adaptabilidad:** Responde a las necesidades cambiantes de los estudiantes mediante soluciones creativas y eficientes.
6. **Sostenibilidad institucional:** Contribuye a la permanencia estudiantil, garantizando que la Institución sea sostenible y apoyándola para cumplir su misión a largo plazo.

Relación con lo Misional de la Institución

El carácter misional de cada institución de educación superior está orientado al desarrollo académico, social y humano de la comunidad educativa. La Mentoría, como estrategia del Programa de Permanencia Académica de Bienestar Institucional, es un vehículo para materializar esa misión; además, ofrece un entorno que facilita el aprendizaje, el crecimiento personal y la cohesión social, elementos indispensables para alcanzar los fines institucionales, ya que, en la Universidad Católica Luis Amigó, las Mentorías reflejan el principio amigoniano de construir relaciones cercanas y empáticas, donde el mentor asume funciones de guía y modelo, promoviendo valores como la solidaridad, la justicia social y el respeto por la dignidad humana.

De esta manera, la pedagogía amigoniana potencia las Mentorías al vincular el acompañamiento individualizado con la formación integral, contribuyendo a la misión universitaria de formar profesionales con conciencia crítica y ética, encaminada a un sentido de responsabilidad social.

Padre Carlos Enrique Cardona Quiceno
Rector General
Universidad Católica Luis Amigó

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

O PROGRAMA DE MENTORIA UNIVERSITÁRIA DA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE BRASÍLIA

*Pricila Kohls-Santos
Beatriz Brandão de Araujo Novaes*

A Educação Superior é uma etapa formativa que deve desenvolver competências e habilidades técnicas de cada área do conhecimento, mas também desenvolver habilidades relacionadas a atuação profissional no âmbito das relações, comunicação, gerenciamento de tempo, e ainda, atuação como cidadãos de direitos e deveres. Ainda assim, esta etapa de educação é desafiante para estudantes, seja aqueles que a pouco concluíram o ensino médio, seja para aquelas pessoas que retomaram os estudos após anos de conclusão da educação básica. A esse respeito é importante salientar que

A diferença presente entre a formação da educação básica e superior é uma realidade e um problema que assola grande parte dos envolvidos com a educação superior. O ensino deficitário e o despreparo cognitivo, emocional e de autonomia acadêmica dos estudantes é um ponto de atenção importante quanto falamos da permanência estudantil (Kohls-Santos, 2022, p. 11).

Relacionado ao processo acadêmico na educação superior, Bain (2014), aponta para a necessidade de as universidades trabalharem o protagonismo dos estudantes em relação aos seus estudos, mas também nos âmbitos social e profissional, pois assim eles poderão atuar socialmente como cidadãos comprometidos, incentivando a busca pela diminuição das desigualdades sociais, além de terem melhores condições de trilhar uma trajetória acadêmica exitosa. Neste contexto, apresentamos o Programa de Mentoria Universitária da Universidade Católica de Brasília, que é uma das ações coordenadas pelo setor de Permanência Estudantil e Sucesso Acadêmico (PESA) da instituição.

O Programa de Mentoria Universitária está alinhado com a proposta do PESA que tem por objetivo “*criar, consolidar e articular políticas institucionais e ações para promoção da permanência estudantil visando o sucesso acadêmico*”. A permanência estudantil está relacionada a diversos fatores que vão impactar diretamente a trajetória do estudante no ambiente universitário. Dentre esses fatores, estão as relações que se estabelecem entre os pares e a própria relação que se estabelece com a instituição. A mentoria entre pares se propõe a ser um dos recursos que busca impactar positivamente esta trajetória,

fortalecendo o senso de pertencimento do estudante, sua rede de apoio e a integração social e acadêmica na universidade.

Um programa de mentoria se propõe a realizar “o acompanhamento de estudantes com foco especial na atenção ao estudante e no desenvolvimento do sentimento de pertencimento à instituição”. (Kohls-Santos, 2025, p. 101) Quando se trata da Mentoria Universitária esta é um tipo de “mentoria entre pares visando à adaptação à vida universitária, principalmente nos aspectos da integração social e acadêmica dos estudantes.”(Kohls-Santos, 2025, p. 101)

A Mentoria Universitária na UCB é uma das ações do setor de Permanência Estudantil e Sucesso Acadêmico (PESA) que visa oferecer suporte direto e personalizado aos estudantes por meio da orientação de colegas mais experientes. O objetivo principal é facilitar a adaptação dos novos estudantes à vida acadêmica e às exigências da educação superior. Mentores, geralmente alunos de semestres avançados, compartilham suas experiências, auxiliam na resolução de problemas e ajudam os mentorados, estudantes ingressantes, a desenvolverem habilidades para a qualidade da sua permanência na universidade.

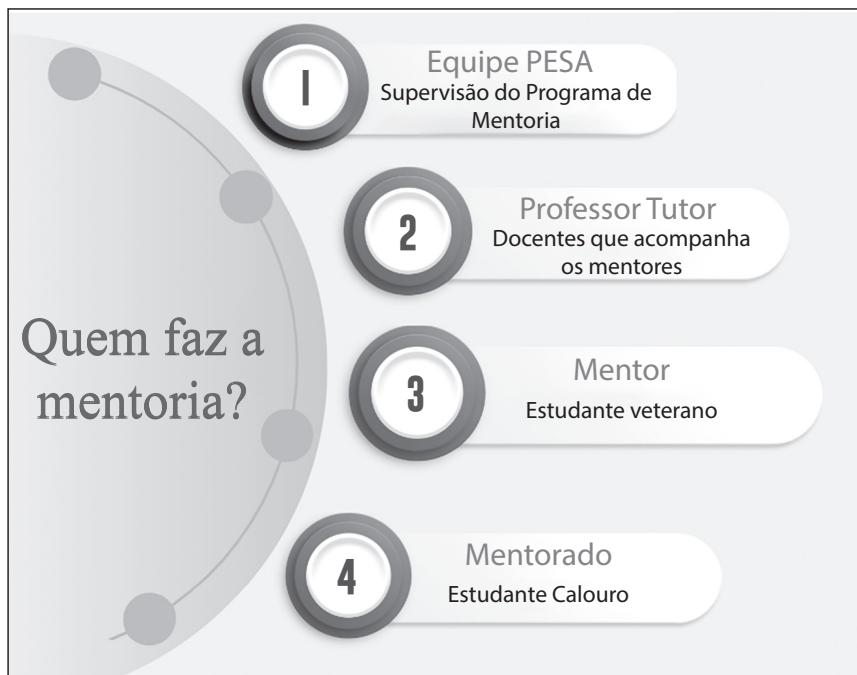
Figura 1 - Programa de Mentoria Universitária da UCB



Fonte: Arquivo PESA UCB [@pesa.ucb](https://www.instagram.com/pesa.ucb)

A Mentoria Universitária conta com a participação de diferentes atores e responsabilidades, os papéis desempenhados no programa são: Mentor, Mentorado, Professor Tutor e Supervisão. As especificações são apresentadas na Figura 2.

Figura 2 - Papéis no Programa de Mentoria Universitária da UCB



Fonte: As autoras.

O Programa de Mentoria Universitária da Universidade Católica de Brasília foi implementado no segundo semestre de 2023, como piloto, inicialmente vinculado ao projeto de pesquisa intitulado *Permanência estudantil: mecanismos de apoio por intermédio da tecnologia*, projeto financiado pela Fundação de Apoio à Pesquisa do Distrito Federal (FAPDF) e coordenado pela pesquisadora do Programa de Pós-graduação em Educação, Priscila Kohls-Santos. O projeto teve a participação de pesquisadores da *Universidad de Antioquia* (UdeA), responsável pelo processo formativo do primeiro grupo de mentores, realizado com o acompanhamento dos professores que compõe a equipe do PESA UCB.

A proposta de formação se concentra no desenvolvimento e fortalecimento de competências nos estudantes mentores para que tenham os elementos necessários para realizar uma orientação eficaz com seus pares, de modo que

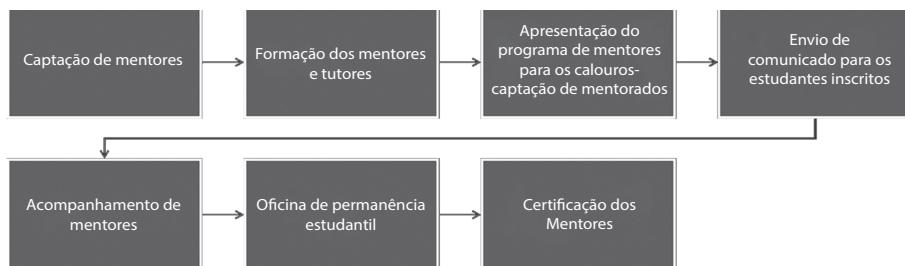
possam se relacionar uns com os outros com base no respeito e no conhecimento aplicado. O processo formativo consistiu num ciclo de oito workshops onde foram trabalhados os seguintes aspectos:

- Trabalho em equipe: habilidades de comunicação
- Trabalho em equipe: liderança
- Autogestão: resiliência, tolerância ao estresse e flexibilidade
- Autogestão: aprendizagem ativa e estratégias de aprendizagem
- Resolução de problemas: Resolução de problemas complexos
- Resolução de problemas: Pensamento crítico e análise
- Resolução de problemas: Criatividade, originalidade e iniciativa
- Resolução de problemas: pensamento analítico e inovação

Esta formação foi realizada pela psicóloga Alejandra Restrepo da Colômbia, vinculada a *Universidad de Antioquia* (UdeA).

Na Figura 3, é apresentado o Fluxo do Programa de Formação de Mentores, organizado com etapas que garantem a qualificação tanto dos mentores quanto dos professores tutores, aqueles que acompanham os Mentores Universitário.

Figura 3 - Fluxo do Programa Mentoría Universitaria



Inicialmente, há uma captação de mentores, etapa para identificar e engajar os estudantes que desejam atuar como mentores. Na sequência ocorre a formação, uma etapa que oferece aos participantes insumos teóricos e práticos para o exercício da mentoría. No caso dos professores tutores, essa formação é especialmente importante, pois são eles os responsáveis por acompanhar e apoiar os mentores durante todo o processo, garantindo o alinhamento das ações e o desenvolvimento das atividades com qualidade.

A primeira turma de formação de Tutores foi realizada pela expert Prof^a. Dra. Alejandra Romo López, docente e investigadora da *Universidad Autónoma de México* (UNA) e Diretora de Investigação e Inovação Educativa (2010 – 2019) da *Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de*

Educación Superior (ANUIES), México. Os temas desta formação abarcaram os seguintes aspectos:

- Conceitos fundamentais relacionados ao exercício da tutoria;
- Implementação e Plano de Ação Tutorial;
- Avaliação das ações de tutoria.

As oficinas formativas foram realizadas em quatro encontros, remotamente, as quais contaram com a participação de 18 professores. Durante as discussões, alguns pontos foram sinalizados como disruptivos para a atuação do professor na função de Tutor, nas palavras de Alejandra Romo “*Cambio de rol del profesor: El docente ha de preocuparse por desarrollar capacidades más allá de lo estrictamente académico que contribuyan a la maduración y construcción de una persona apta para la vida personal y social*”. Além disso, salienta a importância de “*adaptarse constantemente a las necesidades que muestra cada alumno. Lo importante es distinguir las que corresponden a la actividad tutorial y, si no es el caso, saber en qué espacio de la institución le pueden brindar la atención requerida, incluyendo las de carácter extra-curricular.*” Sendo o último encontro conduzido pela equipe do PESA com o fito de apresentar as políticas públicas e institucionais de acompanhamento de estudantes, bem como os espaços e serviços que a universidade disponibilizada aos estudantes.

Seguindo o fluxo, em seguida, o programa é apresentado a comunidade acadêmica e aos calouros e estes são convidados a inscreverem-se para participar do Programa. Aos inscritos é enviada comunicação e estes são designados aos seus mentores, que realizam o acompanhamento ao longo do semestre, sendo que o fluxo envolve o acompanhamento contínuo dos mentores, onde são realizadas encontro de suporte para que possam desenvolver suas atividades com eficiência e confiança.

Processo Formativo dos Mentores

A primeira experiência formativa contou com um desafio, mas também a contribuição de uma universidade Latino Americana que, a partir de sua experiência e expertise, viabilizou a introdução do tema da mentoria aos estudantes. O desafio da língua e as diferenças na realidade vivenciada se constituíram como parte inicial do caminho. A formação ocorreu de forma remota e síncrona com a participação dos estudantes, professores e formadora colombiana, sendo que teve como principais temas abordados as habilidades de comunicação e liderança, resolução de problemas, autogestão, resiliência e estratégias de aprendizagem.

A partir da formação, os estudantes mentores foram apresentados para seus professores tutores e para os seus mentorados. O professor tutor tem como principal responsabilidade constituir-se como um apoio no exercício da mentoria, auxiliando o estudante a construir estratégias de resolução de problemas de forma criativa e adaptada a realidade em que ele está inserido, levando em consideração as especificidades de cada mentorado. Ao final do primeiro semestre realizou-se um momento de avaliação com os mentores sobre o percurso vivenciado e foram elencados os desafios que emergiram e alguns pontos de melhoria.

No início do ano de 2024 realizou-se uma adaptação no processo de formação dos mentores com a inserção de temas mais relacionados a realidade local e institucional, com o intuito de qualificar ainda mais o processo formativo dos mentores. Dessa maneira, demos continuidade a temas como habilidades de comunicação e liderança e incluímos novos conteúdos, como o conceito de escuta empática e a importância da rede social de apoio. Cada encontro é planejado com foco em temas específicos e sequenciais, envolvendo não apenas o desenvolvimento de habilidades fundamentais nos mentorados, mas também a construção de uma relação de confiança e apoio mútuo.

Além de aprimorar o processo formativo, realizamos adaptações no formulário de acompanhamento utilizados pelos mentores, incluindo um roteiro estruturado de perguntas para auxiliar a condução do primeiro encontro com o mentorado. Esse roteiro foi elaborado com o objetivo de proporcionar uma interação mais assertiva, acolhedora e direcionada, permitindo ao mentor compreender as expectativas, necessidades e desafios iniciais dos estudantes. Os parâmetros oferecidos pelas respostas destes formulários, também garantiam a construção de intervenções alinhadas as demandas dos mentorados.

Acompanhamento Mentores – Mentorados

No primeiro encontro é sugerido que o mentor apresente os conceitos e objetivos do programa de mentoria, possibilitando que o mentorado compreenda seu papel como facilitador do processo de permanência estudantil. Em seguida que conheça a trajetória de escolha do mentorado, tanto do curso como da instituição, quais os sentimentos foram suscitados no ingresso na universidade, apresentação dos serviços espaços institucionais e levantamento de expectativas em relação ao programa de mentoria. Essas variáveis incluem desafios individuais, como falta de autoconfiança, dificuldades de adaptação à universidade, ou até aspectos institucionais, como desconhecimento dos serviços disponíveis.

No segundo encontro sugerimos um levantamento de interesse que vai além das atividades acadêmicas, buscando identificar o que os estudantes costumam realizar fora da universidade, incluindo práticas de lazer e outras ocupações cotidianas. Além disso, incentivamos a reflexão sobre as estratégias de estudo utilizadas, com o objetivo de reconhecimento de métodos já aplicados e identificar oportunidades de melhorias. Nesse processo busca-se, o fortalecimento do vínculo inicialmente constituído, uma possibilidade de diálogo sobre o bem-estar e qualidade de vida de forma geral, compreendendo que estas questões estão diretamente ligadas aos processos de aprendizagem e sucesso acadêmico.

Percebe-se neste ponto de ação, que um dos principais fatores que comprometem a permanência dos estudantes é a dificuldade em equilibrar as demandas acadêmicas com o tempo disponível. O desenvolvimento dessas habilidades de gerenciamento do tempo torna-se, portanto, uma prioridade, especialmente em um contexto em que muitos estudantes enfrentam sobre-carga de atividades. Ao trabalhar essas questões com os mentorados, o mentor também revisita suas próprias práticas de organização, compensando a eficiência de seus métodos e ampliando sua autonomia.

No terceiro encontro sugerimos que seja realizado um mapeamento da rede de apoio identificando potenciais parcerias ou mesmo a necessidade de ampliação da rede para o desenvolvimento da trajetória acadêmica e de habilidades relacionais vinculadas ao exercício profissional. O quarto encontro visa avaliar o impacto da participação do estudante no Programa de Mentoria Universitária, busca destacar quais as habilidades e competências foram desenvolvidos nessa trajetória e de que forma a participação no Programa impactou na sua percepção sobre a instituição. A avaliação das experiências anteriores e da identificação do que funcionou ou precisa ser aprimorado são essenciais para construir um ciclo contínuo de aprendizagem e adaptação. Essa abordagem não apenas fortalece a relação mentor-mentorado, mas também oferece ao mentor ferramentas para desenvolver uma visão mais crítica e proativa sobre seu próprio percurso acadêmico.

A utilização de formulários estruturados ao longo da formação funciona como uma ferramenta prática e pedagógica, garantindo que os temas sejam abrangentes com profundidade, clareza e direcionamento. Esses questionários oferecem ao mentor um roteiro claro e estratégico para conduzir os encontros de forma organizada, promovendo uma interação mais assertiva e produtiva com o mentorado. Essa abordagem fortalece a qualidade do diálogo entre mentor e mentorado, criando um ambiente propício para identificar necessidades, estabelecer metas e construir soluções conjuntas.

Para os mentores, o uso desses formulários representa uma oportunidade de reflexão e autoconhecimento, pois ao orientar o mentorado, são convidados

a revisitar suas próprias estratégias de estudo, comunicação e organização acadêmica. Esse processo estimula uma autoanálise crítica, bem como o desenvolvimento de habilidades como a empatia, a liderança e a capacidade de resolução de problemas, competências essenciais tanto para a vida acadêmica quanto para um profissional.

Assim, a mentoria torna-se, assim, uma experiência que valoriza o diálogo, a construção de vínculos e o protagonismo dos estudantes, promovendo um ambiente acadêmico mais inclusivo e colaborativo.

Figura 4 - Mentoria Universitária



Fonte: As autoras.

Aplicativo de Mentoria - MEVI

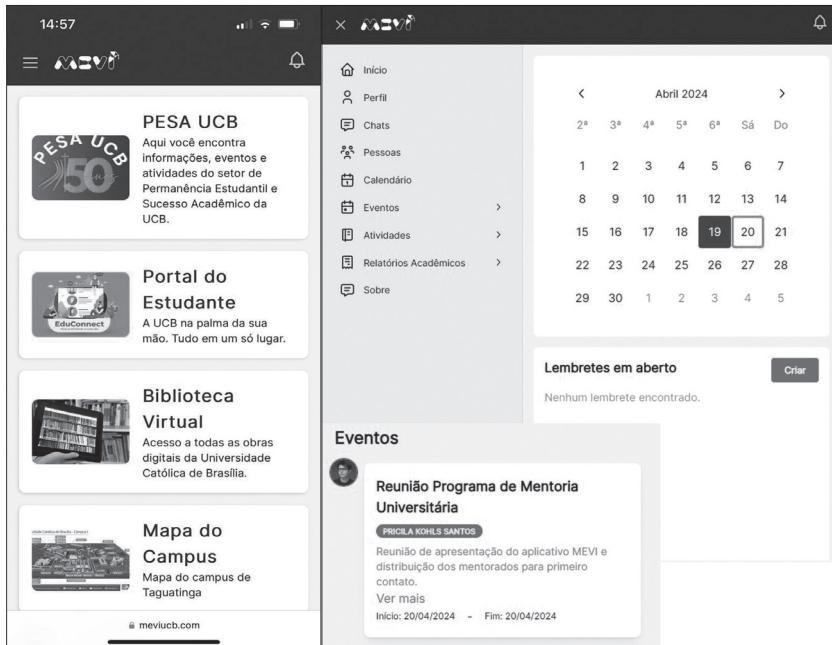
Um dos diferenciais do Programa de Mentoria da nossa universidade é o aplicativo MEVI, nossa plataforma do Programa de Mentoria Universitária. Este aplicativo foi desenvolvido para auxiliar o, Mentor, estudante universitário, no acompanhamento das atividades da Mentoria Universitária. No aplicativo, é possível agendar encontros de mentoria, comunicar-se via chat, registrar os encontros, por meio dos formulários específicos para cada encontro, além de possibilitar o acompanhamento das atividades por parte da equipe que realiza a supervisão do Programa.

Figura 5 - MEVI



Fonte: Kohls-Santos e Estrada, 2025.

Figura 6 - Telas do MEVI



Fonte: Kohls-Santos e Estrada, 2025.

O aplicativo de Mentoria Virtual¹ – MEVI foi desenvolvido para o acompanhamento do estudante na educação superior, tendo como principal objetivo auxiliar estudantes e professores responsáveis pelo Programa de Mentoria Universitária a fazer um acompanhamento mais próximo, com registro de métricas de utilização, e por sua vez mais eficaz, por se tratar de uma aplicação responsiva de fácil acesso aos usuários. O MEVI possibilita, além de subsídios para o acompanhamento de estudantes, organizar ações e fundamentar a proposição de políticas institucionais de acompanhamento estudantil e permanência.

1 <https://meviuucb.com/>

Figura 7 - MEVI – Registro de Reuniões de Mentoría

 Bianca Coelho de Moraes Costa	mentor	Administração	01/2024
Relatório do Curso de Administração			
Mentorados			
Mentorado  Tayná Almeida Oliveira de Azevedo	Curso Direito	Presença 1	Faltas 0
Eventos			
Título  Primeiro Encontro - Mentoria	Descrição Encontro de apresentação do Mentor e do Programa de Mentoría.	Data 02/05/2024	Horário 11:00 às 12:00

Fonte: Kohls-Santos e Estrada, 2025.

O aplicativo foi desenvolvido, como versão de teste, no âmbito do projeto: Permanência estudantil: mecanismos de apoio por intermédio da tecnologia, financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Distrito Federal – FAPDF e idealizado pelas pesquisadoras Dra. Pricila Kohls-Santos (UCB) e Ms. Patricia Estrada Mejía (UdeA). Atualmente se encontra em fase de ajustes, a partir das devolutivas dos mentores e professores tutores.

Certificação e Encerramento do Semestre

O Programa de Mentoría Universitária é organizado de forma semestral, possibilitando o ingresso de novos estudantes a cada início de semestre letivo. Nesse processo, os estudantes que participaram do programa como mentorados são convidados e incentivados a permanecerem envolvidos, assumindo o papel de mentores no semestre seguinte. Para desempenharem essa função, passam pelo processo formativo de novos mentores, no qual são preparados com base nos temas essenciais para sua atuação. Após essa capacitação, estão aptos a atuar como mentores universitários, compartilhando suas experiências e auxiliando novos ingressantes em suas jornadas acadêmicas. Esse processo cíclico promove não apenas a continuidade do programa, mas também o desenvolvimento de uma rede colaborativa, fortalecendo o protagonismo dos estudantes e a cultura de apoio mútuo no ambiente universitário.

Como estratégia de qualificação, ao final de cada semestre é realizado um encontro de certificação e encerramento do semestre no qual é realizada a avaliação do semestre, bem como são discutidas questões relevantes para o aprimoramento do Programa de Mentoría Universitária.

Este encontro representa um momento de escuta ativa no qual a equipe do PESA dialoga com os estudantes mentores colhendo suas percepções, sugestões e experiências. Essas contribuições possibilitam pensar e articular melhorias para o semestre seguinte, garantindo que o programa esteja alinhado às necessidades dos participantes.

Além de ser um espaço avaliativo, o encontro promove um momento de integração e celebração, este ambiente fortalece os vínculos criados ao longo do semestre, reafirma o compromisso de todos os envolvidos e reforça a construção conjunta entre os participantes da mentoria universitária.

Figura 8 - Encontro de Avaliação e Certificação 2024/2



Fonte: As autoras, Arquivo PESA UCB.

Desafios no Processo

Inicialmente é importante destacar que o desenvolvimento de uma nova estratégia de promoção de autonomia do estudante conta com a questão da cultura tanto institucional quanto local. O programa de mentoria parte da premissa de que o estudante precisa ser protagonista do seu processo de aprendizagem dos caminhos que serão trilhados e que irão impactar sua trajetória profissional. Acreditamos que o programa de mentoria impacta no desenvolvimento de novas habilidades que serão futuramente vistas como diferenciais no momento de ingresso no mercado de trabalho desse profissional e desenvolvem a noção de responsabilidade social deste estudante. No entanto, a alta demanda de atividades e outros compromissos que hoje são vivenciados pelos estudantes

pode impactar na disponibilidade para participar do programa de mentoria, seja como mentores ou mentorados.

Toda vez que nos propomos a construir uma nova realidade, nos deparamos com o desafio de planejar, aprender a fazer ao longo do processo. Temos a clareza do impacto que o programa se propõe a ter na vida dos estudantes. Tal impacto não é sentido apenas pelos estudantes calouros, que são acompanhados no primeiro semestre letivo, mas também pelos estudantes veteranos, que encontram no Programa de Mentoria um espaço para o desenvolvimento de suas habilidades acadêmicas, sociais e profissionais, independentemente do curso ao qual estão vinculados.

Para corroborar estas afirmações, são apresentados alguns relatos dos Mentores Universitários e alguns registros dos momentos do Programa de Mentoria Universitária. Para visualizá-los, acesse os QRcodes.

<p>Retrospectiva 2024/1</p> 	<p>Retrospectiva 2024/2</p> 
<p>Relato da Mentora Bianca</p> 	<p>Relato do Mentor Eduardo</p> 

REFERÊNCIAS

KOHLS-SANTOS, Pricila. **Permanência estudantil e sucesso acadêmico:** guia para o modelo integracionista. Curitiba: Editora CRV, 2025.

KOHLS-SANTOS, Pricila. Permanência estudantil e sucesso acadêmico: a voz dos atores. **Educação**, v. 45, n. 1, e-43977, 2022. DOI: 10.15448/1981-2582.2022.1.43977.

KOHLS-SANTOS, Pricila. **Permanência na educação superior:** desafios e perspectivas. Brasília: Cátedra UNESCO de Juventude, 2020.

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

MENTORIA UNIVERSITÁRIA NA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE BRASÍLIA: saberes que fazem diferença

Andréia Barbosa Pereira Guerra²

Introdução

A transição do ensino médio para o ensino superior representa um período crítico na vida dos ingressantes, marcado por mudanças significativas nos âmbitos acadêmico, social, pessoal e familiar. Segundo Ferreira, Almeida e Soares (2001), as experiências vivenciadas durante o primeiro ano na universidade são fundamentais para a permanência no ensino superior e para o sucesso acadêmico dos estudantes. Nesse contexto, o modo como os alunos se integram ao ambiente universitário influencia diretamente seu aproveitamento das oportunidades oferecidas, impactando tanto a formação profissional quanto o desenvolvimento psicossocial.

A entrada na universidade implica uma série de transformações nas redes de amizade e de apoio social dos estudantes (Teixeira; Dias; Wotrich; Oliveira, 2008). O ambiente universitário, menos estruturado que o escolar, exige que os estudantes estabeleçam novos vínculos e desenvolvam autonomia na aprendizagem, na administração do tempo e na definição de metas e estratégias de estudo (Soares; Almeida; Diniz; Guisande, 2006), com significativo aumento nas exigências de responsabilidade individual.

Programas de mentoria universitária buscam promover a integração dos calouros à vida acadêmica por meio do estabelecimento de relações de apoio entre estudantes experientes (mentores) e ingressantes (mentorados). Esses programas, estruturados com base nos princípios da confiança, respeito mútuo e compartilhamento de experiências (Oliveira, 2022), visam orientar novos alunos quanto ao funcionamento da instituição, processos acadêmicos, serviços de apoio disponíveis e oportunidades de desenvolvimento pessoal e profissional. Todavia, a mentoria não se restringe à transmissão de informações; envolve o acompanhamento e fornecimento de suporte nos âmbitos acadêmico, emocional e pessoal para adaptação dos estudantes ao novo ambiente (Kaji,

Gazzi, Schimitd & Zöllner, 2021), auxiliando-os a lidar com as complexidades da vida universitária e a construir uma trajetória acadêmica bem-sucedida.

O presente artigo propõe-se a discutir a importância dos programas de mentoria na promoção da permanência estudantil e do sucesso acadêmico. Partindo de minha experiência pessoal como mentora, busca-se evidenciar como essas iniciativas podem impactar positivamente a trajetória dos estudantes, contribuindo para sua integração acadêmica e social, bem como para seu desenvolvimento pessoal e profissional.

Revisão da literatura

A mentoria universitária é um processo de orientação no qual estudantes mais experientes (mentores) oferecem suporte, compartilham conhecimentos e experiências com estudantes ingressantes ou em fases iniciais da graduação (mentorados). Essa relação, baseada na confiança e respeito mútuo, visa facilitar a adaptação ao ambiente acadêmico, promover o desenvolvimento pessoal e profissional e contribuir para a permanência e sucesso acadêmico dos estudantes.

Segundo Crisp e Cruz (2009), quatro domínios principais compõem o conceito de mentoria: (1) suporte psicológico e emocional, que envolve escuta ativa, apoio moral, identificação de problemas e encorajamento, estabelecendo uma relação de compreensão mútua entre mentor e aluno; (2) definição de metas e orientação de carreira, que inclui a avaliação das forças e fraquezas do estudante, auxílio na definição de objetivos acadêmicos e profissionais, estímulo ao pensamento crítico e reflexão sobre decisões; (3) suporte ao conhecimento acadêmico, visando avançar o conhecimento do aluno em sua área de estudo, tanto dentro quanto fora da sala de aula, através de ensino, avaliação, tutoria e promoção de oportunidades; e (4) existência de um modelo a ser seguido, onde o mentor atua como exemplo por meio de suas ações, compartilhando experiências pessoais, conquistas e fracassos, enriquecendo a relação e guiando o estudante em um novo contexto social. Segundo as autoras, a mentoria não se confunde com outras modalidades de suporte: enquanto o coaching estudantil se apresenta direutivo, fornecendo orientações específicas para atingir determinados objetivos e a tutoria consiste no desenvolvimento de habilidades acadêmicas relacionadas a assuntos específicos, a mentoria se concentra no aprendizado para a vida, abrangendo o desenvolvimento pessoal e profissional do indivíduo.

Por sua vez, Jacobi (1991) anota que as relações de mentoria são relações de ajuda focadas no alcance de objetivos, nas quais o mentor oferece assistência e suporte ao mentorado para ajudá-lo a ter sucesso em seus desafios

acadêmicos ou profissionais, atuando com foco na realização de metas mais amplas e de longo prazo. As relações de mentoria são recíprocas, beneficiando tanto o mentor quanto o mentorado, e são baseadas em uma aproximação pessoal, envolvendo interações diretas e significativas.

A mentoria universitária pode ocorrer em processos formais ou informais (Arantes, 2018), sempre envolvendo interações regulares que abordam aspectos acadêmicos, sociais e emocionais da vida universitária. Embora compartilhem do objetivo comum de apoiar os estudantes ingressantes, os programas podem se desenvolver a partir de diferentes modelos e abordagens, cada qual com objetivos específicos, estruturas e público-alvo. Um dos modelos possíveis é aquele conhecido como mentoria por pares (*peer-mentoring*), abordagem amplamente utilizada no qual estudantes mais experientes auxiliam os ingressantes na adaptação ao ambiente universitário (Menezes; Cunha; Oliveira; Souza, 2021).

Segundo Kohls-Santos (2020, p. 216), “as mentorias servem para promover o sentimento de pertença em relação à Universidade, desenvolver a identidade individual e grupal, auxiliar nos processos formativos e, assim, promover a permanência”. Essa abordagem tem se mostrado eficaz em aumentar o sentimento de pertencimento, satisfação, engajamento e permanência dos estudantes (Arantes, 2018), facilitando a integração dos alunos e oferecendo suporte em desafios próprios do ambiente universitário.

Para além da transmissão de informações, pesquisas têm demonstrado que a mentoria proporciona suporte emocional e social, auxiliando estudantes a desenvolver habilidades relevantes para o sucesso acadêmico e profissional, contribuindo para a permanência estudantil. Kohls-Santos (2022, p. 5) leciona que o sucesso acadêmico está ligado à conclusão dos estudos, mas vai além para contemplar “a aplicação na prática dos conceitos aprendidos ao longo de sua formação, contribuindo para o exercício da sua profissão e para o desenvolvimento do cidadão no âmbito pessoal, profissional e social”. Já Crisp e Cruz (2009), a partir de ampla revisão bibliográfica, apontam evidências de que a mentoria exerce impacto positivo em diversas variáveis relacionadas ao sucesso acadêmico, incluindo conforto com o ambiente educacional, melhoria na média de notas de estudantes, redução do estresse e ansiedade associados ao ambiente acadêmico, contribuindo significativamente para o aumento dos índices de permanência dos estudantes.

O suporte oferecido pelos mentores auxilia os alunos a enfrentarem os desafios da transição para o ensino superior, promovendo integração acadêmica e social e fortalecendo redes de apoio. A mentoria universitária tem sido associada a efeitos positivos em diversas dimensões, incluindo comportamento de risco, desempenho acadêmico e perspectivas de carreira (DuBois;

Holloway; Valentine; Cooper, 2022). Programas de mentoria que atendem às necessidades específicas dos estudantes, considerando suas características individuais e contextuais, contribuem para promoção da justiça social e equidade no acesso e permanência no ensino superior (Tovar, 2015).

Contudo, para que os programas de mentoria sejam efetivos, é fundamental que as instituições de ensino superior invistam na capacitação dos mentores. A preparação adequada dos estudantes mais experientes para atuarem como mentores envolve o desenvolvimento de habilidades de comunicação, escuta ativa e empatia, além de conhecimento sobre os recursos e serviços oferecidos pela universidade. Essa formação permite que os mentores estejam aptos a oferecer suporte de qualidade, atendendo às demandas específicas dos mentorados.

Além da institucionalização dos programas de mentoria, a avaliação periódica dos resultados, a partir do feedback dos participantes, possibilita a identificação de pontos fortes e áreas que necessitam de melhorias, garantindo que o programa permaneça alinhado às necessidades da comunidade acadêmica.

Universidade aos 40 anos: adaptações necessárias

Ao ingressar no ensino superior, no curso de Psicologia da Universidade Católica de Brasília (UCB), deparei-me com um ambiente repleto de desafios e incertezas. Minha experiência não segue o modelo convencional de transição do ensino médio para a universidade; ingressei no ensino superior aos quarenta anos, depois de um longo período dedicado à educação de meus filhos. A decisão de retornar ao ambiente universitário nessa fase da vida expressa a busca por realização pessoal, atualização de conhecimentos e novas perspectivas profissionais e sociais; todavia, o ensino superior revelou-se uma experiência complexa, exigindo adaptações acadêmicas, sociais e pessoais.

Segundo Soares e Del Prette (2015), a adaptação à universidade é resultado da harmonização de componentes intelectuais, sociais e afetivos que, quando alinhados, aumentam a probabilidade de sucesso do aluno, permitindo o aproveitamento efetivo das oportunidades oferecidas pela instituição, melhor desenvolvimento pessoal e ajustamento ao contexto acadêmico. Segundo as autoras, o desempenho intelectual abrange atenção às aulas, seleção de informações relevantes, raciocínio, uso de estratégias de aprendizagem e criatividade na solução de problemas. Já os processos sociais, como o convívio entre estudantes, professores e funcionários, influenciam a adaptação do estudante ao ambiente universitário, enquanto processos afetivos estão associados à motivação para perseverar.

Os estudantes maduros que ingressam na universidade enfrentam desafios nas múltiplas dimensões apresentadas. Um dos principais obstáculos é o sentimento de não pertencimento, decorrente da diferença de idade em relação aos colegas mais jovens, o que pode gerar isolamento e dificultar a integração social. Além do sentimento de inadequação, a convivência com colegas egressos do ensino médio muitas vezes é permeada por momentos de exclusão, expressão do etarismo que afasta jovens das figuras que, em qualquer medida, podem ser associadas a seu ambiente familiar.

Além disso, estudantes maduros ingressam no ambiente universitário com contextos subjetivos muito particulares, produto dos anos dedicados ao desenvolvimento de variados aspectos da vida pessoal e profissional. Por conta disso, a integração ao ambiente universitário também é desafiada por sentimentos de medo e ansiedade, preocupações relacionadas à aprendizagem e performance acadêmica e capacidade de conciliação das atividades acadêmicas com as responsabilidades profissionais e domésticas.

Um aspecto particularmente relevante consiste na adaptação às novas tecnologias e métodos de ensino contemporâneos. A familiaridade com recursos digitais, plataformas virtuais e a velocidade da comunicação eletrônica é uma competência que as gerações mais jovens dominam com facilidade, mas que representam dificuldades para os estudantes maduros, impactando negativamente seu desempenho acadêmico e até mesmo a permanência estudantil.

Zonta e Zanella (2022) relatam que a apropriação do discurso acadêmico é um processo desafiador, pois exige aprendizado de novas formas de linguagem, gêneros e práticas de letramento, o que pode ser ainda mais complexo para estudantes mais velhos. Segundo as autoras, as novas tecnologias evoluem rapidamente e modificam o modo de viver e interagir, criando cenário particularmente difícil para adultos que cresceram em contextos mediados por interações face a face. Estudantes maduros trazem para a universidade experiências de ensino e aprendizagem de épocas em que as tecnologias atuais não existiam, sendo muitas vezes considerados obsoletos em razão da pouca familiaridade com as tecnologias avançadas disponíveis.

Sob outra perspectiva, relevante considerar que estudantes maduros e estudantes jovens vivenciam a universidade com perspectivas profissionais distintas, influenciadas por seus estágios de vida e experiências anteriores. Muitos estudantes maduros retornam ao ambiente acadêmico motivados pela busca de autorrealização e desenvolvimento pessoal, valorizando a atualização de conhecimentos e a satisfação de objetivos individuais após anos dedicados a outras esferas da vida. Em contraste, estudantes jovens veem o ensino superior como uma etapa fundamental para afirmar-se profissionalmente, buscando a construção de carreiras e a inserção no mercado de trabalho. Essa diferença de enfoque reflete-se nas prioridades e metas de cada grupo: enquanto os

maduros priorizam o crescimento pessoal e a integração de novos saberes em suas trajetórias, os jovens direcionam seus esforços para o estabelecimento profissional e a conquista de autonomia financeira. Essa divergência de propósitos pode contribuir para o distanciamento das gerações.

Os desafios apresentados revelam que estudantes maduros precisam desenvolvam estratégias de adaptação para integrar o novo papel de universitário em suas vidas. A definição e priorização de metas específicas e busca ativa por apoio social são ajustes essenciais. A flexibilidade e abertura para novas perspectivas também são adaptações importantes e, mesmo diante das diferenças geracionais, a identificação de pontos em comum com colegas mais jovens contribui para a construção de conexões significativas.

A motivação para me envolver no Programa de Mentoría Universitária surgiu justamente da compreensão quanto à importância de uma rede de apoio sólida para auxiliar estudantes no processo de adaptação ao ambiente universitário. Partindo da premissa de que a integração acadêmica e social são fundamentais para o sucesso e permanência no ensino superior, percebi na mentoría uma oportunidade para construir conexões.

Minha decisão foi impulsionada pela expectativa de que o compartilhamento de experiências e conhecimentos adquiridos ao longo da jornada acadêmica operem como estratégia de consolidação de saberes. Nesse contexto, enxerguei no programa a possibilidade de desenvolver competências de liderança, comunicação e empatia, atributos importantes para minha formação em Psicología e para meu crescimento pessoal e profissional.

A participação no Programa de Mentoría Universitária possibilitou-me não apenas oferecer suporte a outros estudantes, mas também aprimorar minha própria adaptação ao ambiente acadêmico. Ao interagir com mentorados de diferentes origens e idades, pude compartilhar experiências e compreender melhor as dinâmicas geracionais para encontrar estratégias eficazes para superar barreiras geracionais, beneficiando tanto meu crescimento pessoal quanto profissional.

Desenvolvimento da Mentoría

Minha jornada como mentora no Programa de Mentoría Universitária (PMU) da Universidade Católica de Brasília (UCB) iniciou-se no segundo semestre de 2023. Nesse período, participei do primeiro ciclo formativo, por meio de capacitação em formato híbrido envolvendo professores colombianos e brasileiros. Essa experiência proporcionou um intercâmbio cultural e acadêmico enriquecedor, sendo que a formação teve como foco o desenvolvimento de competências em liderança, comunicação, socialização, respeito e resiliência.

Já ao longo do primeiro semestre de 2024, participei do segundo ciclo formativo, com o tema centrado na construção e fortalecimento de redes de apoio. Compreendi que essas redes não se limitam a amigos, colegas e familiares, mas englobam também a comunidade universitária. A participação ativa em projetos e atividades acadêmicas contribuiu para a formação de vínculos que avançam além da graduação, reforçando a importância da integração social para o sucesso acadêmico.

Agora, durante o segundo semestre de 2024, participei do terceiro ciclo formativo, com enfoque na gestão do tempo. Este tema mostrou-se fundamental para equilibrar demandas acadêmicas, profissionais e pessoais. O aprendizado de técnicas de organização contribuiu para a otimização do uso do tempo, por meio da priorização de atividades essenciais.

Merece destaque, no segundo semestre de 2024, a realização do *I Encontro Binacional de Mentores Universitários*, organizado pela *Universidad Católica Luis Amigó*, da Colômbia, e a Universidade Católica de Brasília, no Brasil. O encontro, realizado em ambiente virtual, proporcionou espaço para intercâmbio de experiências entre mentores dos países participantes, com troca de boas práticas e ampliação das perspectivas sobre os desafios e oportunidades inerentes à mentoria universitária. Essa iniciativa contribuiu para a construção de redes internacionais de colaboração, reforçando o compromisso das instituições com a formação integral de seus estudantes.

Cada ciclo formativo realizado trouxe lições importantes que contribuíram para meu crescimento pessoal e profissional. A interação com mentorados de diferentes cursos ampliou minha compreensão acerca da diversidade acadêmica e fortaleceu minha rede de relacionamentos dentro da universidade. A oportunidade de contribuir para a adaptação de novos estudantes reforçou minha compreensão sobre a importância da integração social e do apoio mútuo na universidade.

Por outro lado, diversos desafios foram superados. No primeiro ciclo, a barreira linguística na formação binacional exigiu adaptabilidade e reforçou a importância da comunicação eficaz. Já o relacionamento inicial com os mentorados mostrou-se bastante desafiador, principalmente pela necessidade de superação dos conflitos de horários e alinhamento das agendas de compromissos acadêmicos, o que evidenciou a necessidade de flexibilidade e persistência na condução das atividades. A conciliação das demandas acadêmicas, profissionais e pessoais representou outro desafio, exigindo o desenvolvimento de estratégias eficientes de gestão do tempo.

A experiência como mentora também permitiu a aplicação prática dos conhecimentos adquiridos no curso de Psicologia, especialmente no que tange às habilidades de escuta ativa e empatia. Ao auxiliar os mentorados em suas dificuldades, pude observar de perto as diversas realidades enfrentadas pelos

estudantes, o que enriqueceu minha compreensão sobre os aspectos psicológicos envolvidos na adaptação universitária.

Além disso, a participação no Programa ampliou minha percepção sobre o papel da mentoria na promoção de um ambiente acadêmico mais inclusivo e colaborativo. Reconheci que a mentoria não apenas apoia os mentorados em suas trajetórias, mas também contribui para o fortalecimento da comunidade acadêmica como um todo, incentivando a cooperação e o compartilhamento de experiências entre os pares.

É importante destacar que, além das interações formais com os mentorados designados pelo Programa de Mentoria Universitária, a atuação dos mentores capacitados estende-se à comunidade acadêmica como um todo. As competências desenvolvidas pelos mentores permitem que ofereçam suporte também a estudantes que não participam oficialmente do programa. Essa contribuição manifesta-se por meio de orientações informais, compartilhamento de experiências e apoio em desafios comuns da vida universitária, favorecendo a integração e o bem-estar de colegas de diferentes origens e faixas etárias. Dessa maneira, o impacto da mentoria ultrapassa os limites do programa, promovendo um ambiente acadêmico mais acolhedor e colaborativo, que beneficia toda a comunidade universitária.

Programa de Mentoria Universitária na UCB: presente e futuro

Atualmente, sou estagiária do departamento de Permanência Estudantil e Sucesso Acadêmico (PESA) da Universidade Católica de Brasília, atuando no apoio às atividades finalísticas do Programa de Mentoria. Essa oportunidade única contribuiu para a consolidação dos saberes adquiridos ao longo dos ciclos formativos, proporcionando para mim a possibilidade de colocar em prática as competências enfatizadas pelo Programa.

Como parte das atividades do estágio, foi realizada avaliação dos resultados do ciclo formativo 2024/02, por meio de questionário padronizado autoaplicável, com versões disponibilizadas para mentores e mentorados no período de 05/11/2024 a 15/11/2024. O objetivo do levantamento foi reunir dados qualitativos e quantitativos sobre a percepção dos participantes acerca da utilidade do Programa.

O ciclo formativo 2024/02 disponibilizou capacitação para 28 mentores, dos quais 21 receberam mentorados para acompanhamento. Desse conjunto, 16 mentores responderam ao questionário de avaliação.

Indagados sobre o principal motivo pelo qual decidiram fazer parte do Programa de Mentoria, 11 mentores (69%) indicaram a oportunidade de ajudar outros alunos no processo de ambientação como razão para ingresso no

Programa, revelando uma perspectiva altruísta e colaborativa da iniciativa desenvolvida pela Universidade Católica de Brasília. Por outro lado, 5 respondentes (31%) apresentaram respostas relacionadas à formação de redes e socialização, corroborando a perspectiva de integração ao ambiente acadêmico como motivo para participação.

Indagados a avaliar a qualidade de sua experiência no Programa de Mentoria por meio de escala de 1 a 5, onde 1 corresponde a “muito ruim” e 5 a “muito boa”, os 16 mentores respondentes atribuíram avaliação média de 4,56 pontos, sendo que 10 mentores atribuíram avaliação máxima ao Programa.

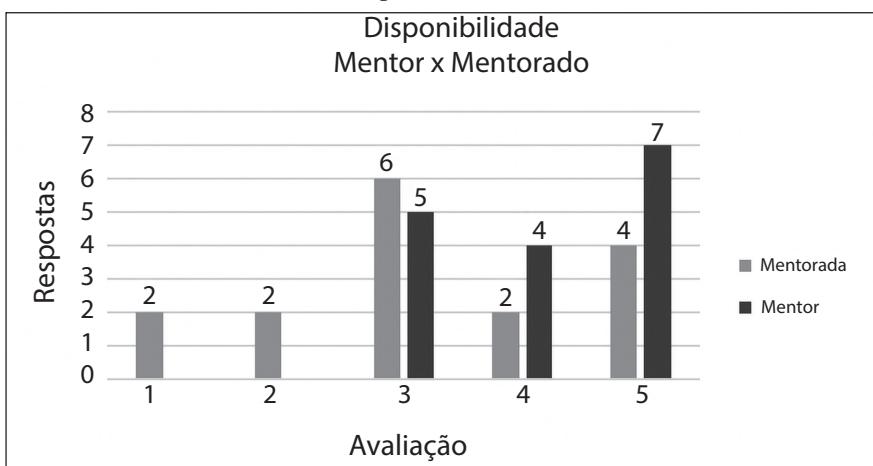
Gráfico 1 – Avaliação da qualidade da experiência dos mentores



Fonte: elaborado pela autora.

Todavia, quando indagados acerca de sua disponibilidade para as atividades do Programa, a avaliação média atribuída pelos mentores foi de 4,13 pontos, ao passo que a avaliação média atribuída pelos mentores a seus mentorados foi de 3,25.

Gráfico 2 – Avaliação da disponibilidade de mentores e mentorados



Fonte: elaborado pela autora.

Na avaliação qualitativa, os mentores foram instigados a apresentar críticas ou sugestões para o aprimoramento do Programa. As respostas fornecidas incluem elogios para a iniciativa, considerando-a excelente e liderada por pessoas inspiradoras, bem como sugestões de melhoria, como a evolução do portal MEVI, com disponibilização de tutoriais ou vídeos explicativos para facilitar sua utilização. Também foi sugerido que os ciclos formativos se iniciem no começo do semestre, para facilitar o alinhamento de agendas, bem como a disponibilização de material de apoio para os mentores, a ser utilizado nas interações com os mentorados. Os respondentes enfatizaram ainda a necessidade de maior divulgação do programa, com propostas como a criação de uma “liga de mentoria” para expandir seu alcance. As expressões recorrentes no discurso dos respondentes podem ser identificadas na nuvem de palavras apresentada a seguir.

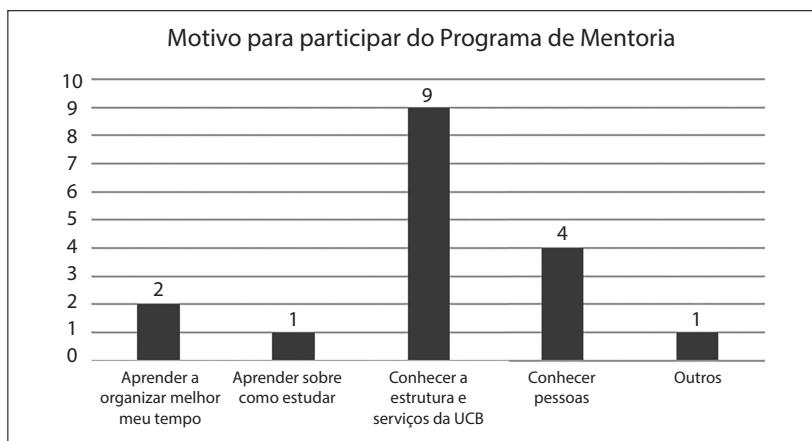
Figura 1 – Nuvem de palavras sobre o discurso dos mentores



Fonte: elaborado pela autora.

Ainda quanto ao grupo de 16 mentores que participou da avaliação de resultados, todos declararam que recomendariam a participação no Programa para outros alunos, destes 9 mentores (56%) disseram ter interesse em continuar exercendo a função.

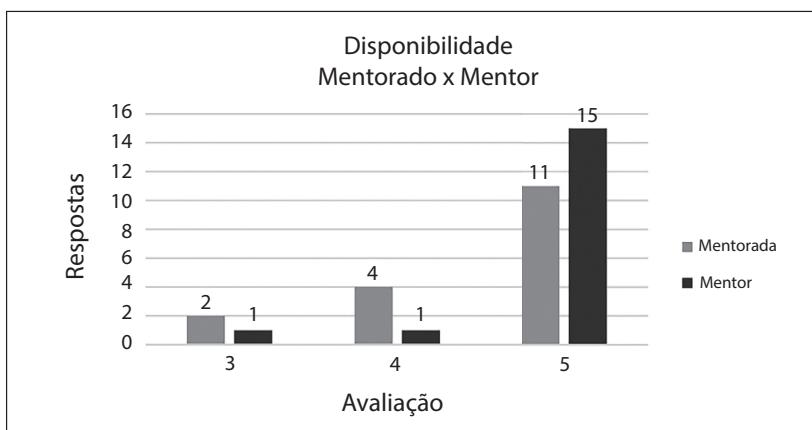
Já quanto aos mentorados, durante do segundo semestre de 2024 foi disponibilizada mentoria para 39 alunos. Destes, 17 mentorados (43,5%) responderam ao questionário de avaliação. Os respondentes indicaram, como principais razões para participação do Programa de Mentoria, o objetivo de conhecer a estrutura e serviços da Universidade (53%) e o desejo de conhecer pessoas (24%), respostas que sinalizam o interesse na integração ao ambiente acadêmico.

Gráfico 3 – Motivos para participação de mentorados no Programa de Mentoria

Fonte: elaborado pela autora.

Na avaliação da qualidade da experiência junto ao programa, mentorados atribuíram a avaliação média de 4,82 pontos em escala de 1 a 5. Catorze mentorados atribuíram avaliação máxima para a experiência e a avaliação média dos mentorados (4,82) foi superior à avaliação dos mentores (4,56).

No quesito sobre disponibilidade para o Programa, mentorados atribuíram avaliação média de 4,43 pontos na autoavaliação e 4,82 pontos na avaliação da disponibilidade dos mentores. Comparando as respostas de mentores (gráfico 2) e mentorados (gráfico 4), há convergência quanto à alta disponibilidade dos mentores, bem como indicativos da menor disponibilidade dos mentorados. As expressões recorrentes no discurso dos respondentes foram evidenciadas na nuvem de palavras apresentada a seguir.

Gráfico 4 – Avaliação da disponibilidade de mentorados e mentores

Fonte: elaborado pela autora.

Questionados sobre a utilidade das interações com seus mentores, os 17 mentorados respondentes atribuíram avaliação média de 4,88 pontos ao quesito. Por outro lado, quanto à possibilidade de recomendação do programa para outros alunos, 15 respondentes atribuíram pontuação máxima ao item, que obteve média de 4,88 pontos. Todavia, apenas 10 dos 17 respondentes manifestaram interesse em tornar-se mentor nos próximos ciclos formativos.

Na avaliação qualitativa, foram identificados elogios e sugestões de melhoria para o Programa de Mentoria. Entre as sugestões, destacam-se a necessidade de maior organização em relação a prazos, melhor divulgação dos serviços, maior acessibilidade ao portal MEVI e informações sobre como registrar horas complementares. Além disso, foi sugerido o aumento de encontros presenciais ou online, tanto individuais quanto coletivos, para promover maior troca de experiências, aprendizados e fortalecimento do senso de comunidade.

Figura 2 – Nuvem de palavras sobre o discurso dos mentorados



Fonte: elaborado pela autora.

Ao comparar as perspectivas de mentores e mentorados, percebe-se que ambos os grupos avaliaram positivamente a qualidade da experiência e reconheceram a alta disponibilidade dos mentores; contudo, mentores notaram menor disponibilidade dos mentorados. As motivações para participação diferem: mentores buscam auxiliar e formar redes, enquanto mentorados desejam conhecer a instituição e integrar-se socialmente.

A análise dos dados evidencia a importância de ajustar o programa às necessidades identificadas pelos participantes. A implementação das sugestões apresentadas, como o início dos ciclos formativos no começo do semestre e a melhoria do portal MEVI, pode aumentar o engajamento e a satisfação dos envolvidos, fortalecendo o impacto positivo do Programa de Mentoria Universitária na comunidade acadêmica.

Além disso, a promoção de encontros presenciais ou virtuais coletivos pode contribuir para o fortalecimento das relações entre mentores e mentorados, incentivando a troca de experiências e o desenvolvimento de uma rede de apoio sólida. Foi enfatizada ainda a necessidade de maior divulgação do programa, como forma de ampliação do alcance da iniciativa e sua consolidação enquanto programa de apoio aos ingressantes.

Reflexão Final

Busquei o Programa de Mentoria Universitária da Universidade Católica de Brasília com a expectativa de construir redes de relacionamento que facilitassem minha adaptação ao ambiente universitário. A universidade é um ambiente de grandes oportunidades e realizações, mas é também um espaço solitário, repleto de pequenos gestos de exclusão.

Ao integrar o Programa desde sua primeira formação, busquei aproveitar as oportunidades formativas e, em contrapartida, oferecer suporte aos mentorados sob minha supervisão, desenvolvendo interações significativas não apenas sobre questões acadêmicas, mas também no âmbito social e emocional. Nesse sentido, a mentoria se consolidou como ferramenta importante para o desenvolvimento de relações interpessoais, contribuindo para o enfrentamento dos sentimentos de isolamento e insegurança que acompanham a vida universitária.

A experiência como mentora revelou-se enriquecedora e transformadora em minha trajetória acadêmica e pessoal. Ao assumir esse papel, pude compreender mais profundamente as angústias e desafios que permeiam a vida universitária. A adaptação a um ambiente novo, as exigências acadêmicas e a necessidade de desenvolver autonomia são obstáculos comuns que afetam não apenas os ingressantes, mas também estudantes em diferentes fases da graduação.

Como alguém que retornou ao ambiente universitário aos quarenta anos, vivenciei de forma particular as diferenças entre a experiência universitária para jovens e para pessoas com mais idade. Enquanto estudantes mais jovens enfrentam a transição direta do ensino médio para a universidade, lidando com questões de identidade e independência, alunos mais maduros frequentemente

conciliam responsabilidades familiares e profissionais com as demandas acadêmicas. Essa vivência diversa permitiu-me apreciar a multiplicidade de trajetórias presentes no ambiente universitário e reforçou a importância de programas que promovam a integração de todos os perfis de estudantes.

A formação de redes e a integração social mostraram-se fundamentais para superação dos desafios inerentes ao ambiente acadêmico. A mentoria facilitou a construção de vínculos significativos, tanto com os mentorados quanto com outros mentores e profissionais da universidade. Essas redes de apoio foram essenciais não apenas para os ingressantes, mas também para meu próprio desenvolvimento, evidenciando que a colaboração e o compartilhamento de experiências desempenham papel de especial importância para a permanência estudantil.

Compreendi que a mentoria é um processo de troca, uma via de mão dupla na qual mentor e mentorado aprendem e crescem conjuntamente. Ao compartilhar minhas experiências e conhecimentos, pude auxiliar os estudantes em sua adaptação, ao mesmo tempo em que aprendi com suas perspectivas e desafios. Essa reciprocidade enriqueceu minha jornada, aprimorando habilidades como empatia, escuta ativa e flexibilidade.

Durante o processo de mentoria, enfrentei desafios que contribuíram para meu amadurecimento pessoal e profissional. Um dos obstáculos foi adaptar minhas abordagens às necessidades individuais de cada mentorado, reconhecendo que não existe uma solução única para as diversas questões apresentadas. Esse aprendizado reforçou a importância da personalização no apoio oferecido e aprimorou minha capacidade de avaliar contextos e propor intervenções adequadas.

Além disso, a experiência influenciou diretamente minha formação em Psicologia, ao proporcionar um ambiente prático para aplicação de conceitos teóricos. A interação com os mentorados permitiu-me observar, na prática, aspectos relacionados ao desenvolvimento humano, dinâmica de grupos e processos de aprendizagem, enriquecendo minha compreensão dessas temáticas e contribuindo para minha futura atuação profissional.

A experiência no Programa de Mentoria influenciou também meu planejamento acadêmico, levando-me a considerar o ingresso em um mestrado acadêmico. O envolvimento com os mentorados e a participação ativa no ambiente universitário ampliaram minha percepção sobre a importância da pesquisa e da formação continuada, sinalizando que o sucesso acadêmico não se limita ao ambiente da graduação. O Programa de Mentoria não apenas impactou minha trajetória pessoal, mas também orientou minhas aspirações profissionais e acadêmicas, alinhando-as ao compromisso com a melhoria das práticas educacionais e o fortalecimento da comunidade acadêmica.

Aos futuros mentores, aconselho que se envolvam com dedicação e abertura para aprender com seus mentorados. É fundamental reconhecer a subjetividade de cada estudante e estar disposto a adaptar abordagens para atender às suas necessidades específicas. Cultivar um ambiente de confiança e respeito mútuo é essencial para o sucesso da relação de mentoria. Lembrem-se de que, ao apoiar outros, expandimos nossos próprios horizontes e desenvolvemos competências valiosas para a vida pessoal e profissional.

Por fim, expresso meu profundo agradecimento à Universidade Católica de Brasília e ao Programa de Mentoria Universitária pela oportunidade de participar desta iniciativa. O Programa não apenas contribui para o sucesso acadêmico dos ingressantes, mas também enriqueceu imensamente minha trajetória acadêmica e pessoal. As experiências e aprendizados obtidos serão levados para além dos muros da universidade, influenciando positivamente minha atuação futura como profissional e como indivíduo comprometido com o desenvolvimento humano.

REFERÊNCIAS

ARANTES, L. S. Mentoring para estudantes: uma revisão de literatura. **Revista Atlante**: Cuadernos de Educación y Desarrollo, nov. 2018. Disponível em: <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/11/mentoring-estudiantes.html>. Acesso em: 25 fev. 2025.

CRISP, G.; CRUZ, I. Mentoring college students: A critical review of the literature between 1990 and 2007. **Research in Higher Education**, v. 50, p. 525–545, 2009. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11162-009-9130-2>.

DUBOIS, D. L.; HOLLOWAY, B. E.; VALENTINE, J. C.; COOPER, H. Effectiveness of mentoring programs for youth: A meta-analytic review. **American Journal of Community Psychology**, v. 30, p. 157-197, 2002. DOI: <https://doi.org/10.1023/A:1014628810714>.

FERREIRA, J. A.; ALMEIDA, L. S.; SOARES, A. P. C. Adaptação acadêmica em estudantes do 1º ano: diferenças de gênero, situação de estudante e curso. **Psico-USF**, v. 6, n. 1, p. 1–10, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-82712001000100002>.

JACOBI, M. Mentoring and undergraduate academic success: A literature review. **Review of Educational Research**, v. 61, n. 4, p. 505–532, 1991. DOI: <https://doi.org/10.3102/00346543061004505>.

KAJI, A. K.; GAZZI, B. C.; SCHIMITD, B.; SILVA, M. de J.; ZÖLLNER, M. S. A. da C. Desenvolvimento de um programa de mentoria por pares estudantis: um relato de experiência. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, e107, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210117>.

KOHLS-SANTOS, P. **Permanência na educação superior**: desafios e perspectivas. Brasília: Cátedra UNESCO de Juventude, Educação e Sociedade; Universidade Católica de Brasília, 2020. Disponível em: https://pedagogia-social.net/wp-content/uploads/2020/05/kohls-permanencia-na-educacao-superior_-web.pdf. Acesso em: 25 fev. 2025.

KOHLS-SANTOS, P. Permanência estudantil e sucesso acadêmico: A voz dos atores. **Educação**, v. 45, n. 1, e43977, 2022. DOI: <https://doi.org/10.15448/1981-2582.2022.1.43977>.

MENEZES, D. P. F.; CUNHA, A. T. R. da; OLIVEIRA, L. C. da R.; SOUZA, L. F. de F. Peer mentoring como estratégia de acolhimento ao estudante e adaptação ao método PBL. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, e103, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210088>.

OLIVEIRA, E. Benefícios da mentoria entre-pares no ensino superior. In: MARTINS, C.; RIBEIRO, C.; RODRIGUES, A. S.; TEIXEIRA, A.; JERÓNIMO, M.; ROCHA, R. M. (Coords.). **O voluntariado no ensino superior: Da gestão à ação**. 1. ed. Universidade do Algarve, 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/360726356_O_Voluntariado_nasIES_Nacionais_Praticas_de_Gestao_no_Instituto_Politecnico_de_Tomar. Acesso em: 25 fev. 2025.

SOARES, A. B.; DEL PRETTE, Z. A. P. Habilidades sociais e adaptação à universidade: Convergências e divergências dos construtos. **Análise Psicológica**, v. 33, n. 2, p. 139-151, 2015. DOI: <https://doi.org/10.14417/ap.911>.

SOARES, A. P.; ALMEIDA, L. A.; DINIZ, A. M.; GUISANDE, M. A. Modelo multidimensional de ajustamento de jovens ao contexto universitário (MMAU): Estudo com estudantes de ciências e tecnologias versus ciências sociais e humanas. **Análise Psicológica**, v. 1, n. XXIV, p. 15-27, 2006. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/262589321_Modelo_Multidimensional_de_Ajustamento_de_jovens_ao_contexto_Universitario_MMAU_Estudo_com_estudantes_de_ciencias_e_tecnologias_versus_ciencias_sociais_e_humanas. Acesso em: 25 fev. 2025.

TEIXEIRA, M. A. P.; DIAS, A. C. G.; WOTTRICH, S. H.; OLIVEIRA, A. M. Adaptação à universidade em jovens calouros. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 12, n. 1, p. 185–202, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-85572008000100013>.

TOVAR, E. The role of faculty, counselors, and support programs on Latinx/a community college students' success and intent to persist. **Community College Review**, v. 43, n. 1, p. 46-71, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1177/0091552114553788>.

ZONTA, G. A.; ZANELLA, A. V. Sentidos da vivência universitária para estudantes com mais de 40 anos. **Psicologia em Estudo**, v. 27, e48550, 2022. DOI: <https://doi.org/10.4025/psicolestud.v27i0.48550>.

A MENTORIA UNIVERSITÁRIA COMO FATOR CONTRIBUINTE PARA O CRESCIMENTO ACADÊMICO E PESSOAL: reflexões sobre os desafios e os impactos

Raila Lourrane dos Santos Bandeira³

Ao iniciar minha graduação, vi a necessidade de ampliar minhas possibilidades de conhecimento e de ter o sentimento de pertencimento. A mentoria surgiu por acaso, mas ao participar da formação, percebi que seria uma ótima maneira de colocar em prática o meu desejo de viver a universidade além dos estudos. Inicialmente, acreditava que ser mentora seria apenas auxiliar o mentorado em suas dúvidas, porém, fiquei fascinada ao perceber que consegui criar vínculos e uma rede de apoio não somente com a minha mentorada, mas com os outros mentores e as coordenadoras do projeto. Assim, pude perceber o quanto a mentoria colaborou para meu crescimento acadêmico e pessoal, além de me proporcionar uma outra perspectiva sobre a universidade.

A abordagem com a minha mentorada foi feita por e-mail e por WhatsApp, até marcarmos um encontro para nos conhecermos pessoalmente. Durante esse processo de combinarmos o dia e o local, descobri que ela é do Equador, foi um fato curioso, pois fiquei com receio de não conseguir manter uma conversa fluida com ela, devido ao idioma. Ao conhecê-la pessoalmente, o receio sumiu por completo, logo no primeiro encontro, conseguimos estabelecer uma boa comunicação, e me impressionei com a facilidade com que nos conectamos, já que geralmente demoro mais tempo para conseguir me sentir a vontade com alguém.

Nosso primeiro encontro, foi exclusivamente para conversar aleatoriamente, sem algo pré-estabelecido. A princípio, nossa conversa girou em torno das diferenças entre o Brasil e o Equador, sobre os diferentes períodos de aulas, o clima, as pessoas, as comidas, a velocidade da fala, dentre outras coisas que surgiram durante a conversa. Em determinados momentos, não sabíamos ou não entendíamos algumas palavras e íamos no google procurar sinônimos e traduzímos o que gostaríamos de dizer para a outra. Após o primeiro encontro, minhas primeiras impressões não poderiam ser melhores, ela é muito

meiga, divertida, superinteligente e dedicada, apesar de estar um país totalmente novo, ela conseguiu se desenvolver e está se adaptando perfeitamente

O nosso segundo encontro foi realizado de forma virtual, pelo *Google Meet*, um app de videochamada, seguindo as orientações da formação da mentoria, busquei a melhor forma de criar uma base de informações sobre a universidade de acordo com as dúvidas dela, sempre perguntando e buscando meios para ajudá-la de maneira eficaz. Nesse encontro, passei informações sobre a coordenação do curso, o atende, a biblioteca e o NIOP, além de informá-la sobre métodos de organização e estudos, no geral foi algo mais informativo.

Na última vez que nos encontramos, realizamos um encontro mais dinâmico, onde trocamos experiências sobre o semestre, as provas, professores, colegas, disse a ela minhas estratégias que utilizo para lidar com a pressão do semestre e a dificuldade em falar e fazer novas amizades, pude também ter a oportunidade de saber mais sobre a família dela e sobre os costumes do Equador. Apresentei a sala de jogos da biblioteca, onde jogamos uno e novamente compartilhamos as diferenças de cultura. Logo após, fomos comer algo juntas e continuamos a conversa, tentei ao máximo passar a ela tudo aquilo que gostaria de ter sido informada quando era caloura.

A mentoria me surpreendeu totalmente, acreditava que seria uma experiência mais informal, a qual não conseguiria manter relação de amizade com o mentorado e que seria uma vivência a base de instruções, tal qual “professor/aluno”. A mentoria tem seus desafios, um deles é a dificuldade do primeiro contato, particularmente, meu primeiro aprendizado foi a insistência, foi isso que me proporcionou uma ótima experiência. Outro desafio foi entender as necessidades do mentorado, pois ao mesmo tempo que eu queria ajudá-la em tudo, eu sabia que não conseguiria, por essa razão o auxílio da Moema, a tutora, foi fundamental, porque enviava a ela meus questionamentos e ela me retornava com soluções objetivas. Um outro desafio foi a minha dificuldade em estratégia de tempo, acredito que conciliar a mentoria com as minhas obrigações, me trouxe uma percepção de que me faltou organização, todavia foi um deslize meu, o qual com certeza irei melhorar.

Como dito anteriormente, a mentoria foi além das minhas expectativas, durante a formação citei que entrei na universidade com o propósito de aproveitar tudo aquilo que ela pudesse me proporcionar, ao adentrar no programa de mentoria vi a chance de melhorar as condições como a minha oratória, superar inseguranças, como a de manter a insistência no contato, ampliar minha rede de apoio acadêmico, aprender a me organizar melhor, adquirir o hábito de planejamento, bem como estar no meio de um ciclo que não é somente do meu curso, assim abrangendo possibilidades de conhecer outras áreas e fazer network.

A mentoria é uma oportunidade de se fazer presente na universidade, é muito mais além do que só passar conhecimento para o mentorado, o que a gente aprende na formação agraga no sentido de saber como iniciar o processo, porém a vivência de ir até o mentorado, fazer os encontros, levar os impasses para o tutor, buscar meios para ajudá-lo, os métodos de conciliar as obrigações, são elementos que a gente vai aprendendo durante o tempo de mentoria e com toda certeza são competências que levarei para todas as áreas da minha vida.

A experiência que adquiri com minha mentorada foi muito importante. Conhecer outra cultura, outro idioma e, principalmente, o fato de ela ser de outro país despertaram em mim o desejo de aprender mais. As experiências vívidas, como a de começar a aprender um novo idioma do zero, trouxe fatores importantes para o meu próprio desenvolvimento, especialmente porque tenho o sonho de viajar e conhecer o mundo

A mentoria surgiu ao acaso e surpreendente; foi um dos pontos altos da minha vida universitária. Com toda certeza, farei parte do programa em outros semestres, até pela questão do desenvolvimento da minha oratória e dos aprendizados que podem ser adquiridos, o sentimento de pertencimento é surreal, é como se fosse uma afirmação de que estou no lugar certo, de que é isso que quero viver na minha vida, às vezes a gente fica muito ocupado com as demandas da graduação e esquecemos que a universidade é um mundo de possibilidades, que estão apenas esperando um estudante universitário para poder explorar. Assim, tenho a consciência de que vivi a mentoria, extrai conhecimentos e conheci pessoas que ficaram marcadas na minha trajetória acadêmica.

Com isso, agradeço a coordenação do PESA, por me proporcionar esta experiência e pelo apoio que recebi durante a mentoria, agradeço a Domênica, que foi a minha mentorada; em nenhuma hipótese pensei que poderia conhecer alguém e já sentir uma conexão como senti com ela. Aos futuros mentores, a insistência do primeiro contato pode ser difícil, mas a partir do momento em que estabelecemos uma vivência com o mentorado, tudo fica mais fácil e se for difícil não hesite em procurar auxílio do seu tutor, as experiências adquiridas são realmente marcantes e pode te surpreender positivamente, agregado na sua formação acadêmica e te tornar mais humano.

Por fim, a mentoria com certeza comprova que boas experiências surgem de onde menos esperamos, assim como estar disposto a fazer a vida acadêmica de um calouro ser mais fácil, nos permite viver a universidade além dos estudos, pois muitas vezes, a ajuda no início fica marcada na trajetória e no futuro e esse calouro fará o mesmo por outro, fazendo surgir um ciclo de pertencimento, união e bondade no meio acadêmico.

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

OCUPAÇÃO DE TERRITÓRIO

Angélica Maciel Cardoso⁴

Introdução pessoal e contexto acadêmico

Sou estudante do terceiro semestre do curso de Psicologia e me identifiquei demasiadamente com a psicologia social crítica, inspirada por Martín-Baró que defende a psicologia como um instrumento de transformação social frente aos problemas enfrentados: desigualdades sociais, miséria e pobreza, mediante a conscientização da população de sua realidade, para posteriormente libertar-se dos condicionamentos sociais impostos pelos regimes socioideológicos (Martin-Baró, 1996; Ibañez, 2005).

Neste campo do conhecimento, a proposta de ação transformadora é compreendida como forma de conscientização da população, em que, cientes de sua condição de oprimido, passam a desenvolver uma consciência crítica, baseados na lógica do oprimido. A pedagogia da libertação, em sua proposta de práxis de transformação, reflete um movimento de liberdade que tem início e se desenvolve a partir dos oprimidos e marginalizados, sendo a pedagogia uma das formas de segmento de resistência e mudança social (Freire, 2003).

Uma mudança, mesmo que pequena, pode fazer diferença na vida de outras pessoas e me deparei com a possibilidade de participar do Programa de Mentoria Universitária, oferecido pela equipe PESA da UCB (Universidade Católica de Brasília). A mentoria representa uma chance de contribuir para a formação de outros estudantes, no intuito que entendam suas motivações e contexto social e de terem a convicção de que a experiência de mentoria poderia ser enriquecedora e transformadora para ambos os lados da relação.

Experiência no programa de mentoria universitária

Ao perceber dificuldades em determinada disciplina, falei com uma colega de turma, a Andreia Guerra, que prontamente me ajudou na organização do material e no planejamento de estudo e, no final, obtive êxito. Ela disse que fazia parte do programa de mentoria e se colocou à disposição. Fiquei tão grata com a prestatividade dela que me interessei em participar do programa e fornecer aos meus futuros mentorados as ferramentas necessárias para que eles pudessem trilhar seus próprios caminhos acadêmicos com segurança e confiança.

4 Estudante Universidade Católica de Brasília.

Participei dos momentos de formação de mentores oferecidos pela equipe PESA e iniciei o contato com os mentorados. O primeiro encontro com cada um dos mentorados foi importante para o sucesso do processo de mentoria, deixando claro que eles têm uma rede de apoio e de confiança. Inicie com perguntas objetivas, tais como: Como foi seu ingresso na universidade? Como é sua rotina? Tem algo lhe preocupando no momento? Como você se sente sendo aluno da UCB?

Com o levantamento das respostas a estas questões, foi possível identificar que a principal característica dos meus mentorados era de que o ingresso na universidade se deu por bolsa social, acesso esse, que permite alunos em vulnerabilidade social ter acesso à educação superior.

Aquela timidez no início da conversa foi rapidamente desaparecendo quando eles conseguiram compreender que pertenciam à universidade e conheceram a estrutura, a biblioteca, áreas esportivas, os laboratórios, o tatame de lutas, o teatro, os restaurantes que estavam à sua disposição. Então a primeira coisa que conversamos foi a respeito do pertencimento daquele território que foi conquistado por eles, e que são capazes de transformar suas realidades por meio da educação.

Para otimizar o processo de mentoria, utilizei uma variedade de ferramentas e estratégias, tais como: Orientação para utilização da plataforma MEVI, Orientação para elaboração de fichamento; Orientação de sites para acesso a leitura de artigos científicos; Matriz de gerenciamento de tempo / Autogerenciamento; Roteiro para elaboração do relatório do projeto de extensão; Inscrição para atendimento psicológico oferecido pela UCB; Edital de Concessão de Bolsa Social de Estudo - Educação Básica(para filho de mentorado); Repasse de informações importantes com data do Primeiro exame Educa; Acesso ao Atende, Acesso ao Portal do Integra, informações de seminários, feiras e cursos na Universidade.

A realização destas atividades de mentoria fez com que me relacionasse com pessoas de diferentes cursos o que proporcionou um crescimento pessoal significativo. Após o primeiro encontro presencial, mantivemos contatos frequentes via WhatsApp e também por ligações telefônicas. Ou seja, foi oferecido aos mentorados apoio e direcionamento para superar os desafios, compartilhamos dificuldades e aprendizados, empatia e compaixão, amizade e parceria. Construímos uma relação de confiança e respeito, que contribuiu para fortalecer a nossa relação e criar um vínculo de apoio de maneira que fosse compreendido como acolhimento oferecido e representado pela Universidade, ou seja, uma Universidade viva e atuante.

Reflexão final e agradecimentos

Ao assumir o papel de mentora, pude perceber que o processo de mentoria é um aprendizado contínuo e que o desenvolvimento de habilidades de comunicação, liderança, resiliência, persistência e empatia são essenciais para uma relação de mentoria bem-sucedida.

A mentoria universitária é um chamado de generosidade e oportunidade de contribuir para formação de outros estudantes.

Agradeço a minha professora de Psicologia Social, Kíssila Mendes, a aluna Andreia Guerra, que me inspiram por tamanho envolvimento e dedicação a este programa de mentoria. A Professora Beatriz Brandão pela formação e atividades propostas. E, em especial, a professora Moema Bragança Bittencourt, pela orientação e estímulo, e a professora Priscila Kohls-Santos por compartilhar sua experiência, seu comprometimento e seu espírito desbravador.

REFERENCIAS

FREIRE, P. **Pedagogia do Oprimido**. 36. ed. Rio de Janeiro: Edições Paz e Terra, 2003.

IBAÑEZ, L.C. La Psicología Social de Ignacio Martín-Baró O El Imperativo De La Crítica. In: OSNAYA, M. C., PEREZ, J. C. R. (Comp.). **Psicología Social En La Posguerra: Teoría Y Aplicaciones Desde El Salvador**. San Salvador: UCA Editores, 2005.

OS DOIS LADOS DA HISTÓRIA

Maria Júlia Alves de Sousa⁵

Estimados leitores, antes de compreendermos o motivo deste capítulo se chamar “Os dois lados da história” irei fazer uma breve apresentação sobre a minha pessoa. Meu nome é Maria Júlia, tenho 18 anos e atualmente estou cursando Direito na Universidade Católica de Brasília. Confesso que estou realizando um sonho de criança, pois desde muito novinha eu já possuía uma vontade imensa de fazer algum curso com atuação na área jurídica. O motivo de escolher a graduação de Direito foi por questões pessoais, as quais vivi durante a minha infância, visto que eu já possuía uma personalidade muito forte em relação ao senso crítico.

Sendo assim, ao crescer e ir criando maturidade percebi que podia fazer diferença na vida de outras pessoas por intermédio da minha profissão. Não venho de uma família jurídica, mas possuo um apoio imenso da minha mãe, a qual se chama Maria das Graças.

Minha jornada acadêmica, se iniciou no dia 04 de março de 2024. Foi um dos melhores dias da minha vida, mas ao mesmo tempo assustador, visto que seria um ciclo completamente novo e com novas descobertas. Lembro que um dos meus maiores medos era não conseguir socializar com outras pessoas na faculdade, ou então que não seria o suficiente o bastante para fazer o curso dos meus sonhos. Contudo, mesmo com medo, encarei todas as dificuldades, e hoje estou aqui contribuindo com um programa incrível e lindo de mentoria.

Além disso, a mudança do ensino médio para o ensino superior é um dos grandes desafios que todo calouro enfrenta. Para mim, o maior desafio nessa mudança de ciclo foi a dinâmica das aulas, visto que na escola em cada conteúdo passado pelo professor possuía alguma atividade de fixação. Já na faculdade é completamente diferente. São praticamente duas horas de aula com bastante conteúdo, e vai do interesse do estudante querer se aprofundar na matéria passada em sala de aula. Com isso, tive que mudar meus métodos de estudos e minha rotina. Passei a todo dia revisar a matéria passada em sala de aula e a fazer resumos de cada matéria. Sendo assim, aqui já pude desenvolver meu próprio método de estudo e a responsabilidade com a minha rotina de revisar a matéria.

Ao ter a minha primeira aula, tive vários questionamentos se realmente era aquilo que eu gostaria de fazer, mas lembrei que eu não precisava me autopressionar, pois ainda sou jovem e é normal termos dúvidas, medos e

inseguranças. Além disso, vivemos em uma sociedade muito acelerada, a qual contribui para sermos tão apressados e desesperados para ver resultado imediatamente do que realizamos. Sendo assim, mantive a calma, e fui me adaptando as novas descobertas e desafios que o mundo acadêmico proporciona aos universitários. E uma dessas novas descobertas foi o programa de mentoria universitária, o qual foi fundamental para manter a calma no meu primeiro semestre da faculdade, pois me guiou nesse processo de adaptação, por intermédio de tirar minhas dúvidas e dando dicas de métodos de estudos.

Por outro lado, não posso deixar de destacar que ao mesmo tempo que é assustador, é uma experiência única. Você conhece e aprende a conviver e respeitar personalidades, culturas e valores diferentes. Você faz e cria ciclos de amizades, as quais podem permanecer não somente na universidade, mas ao decorrer da vida. Nesse sentido, a diversidade que a universidade vem me proporcionando, está sendo fundamental para minha vida pessoal e profissional, pois possibilita sermos seres humanos melhores e observadores diante de cada realidade que é presente no país ao qual vivemos.

Ainda estou no meu primeiro ano de faculdade, mas posso afirmar com toda a certeza que já vivi experiências que a Maria Júlia criança jamais poderia imaginar. A universidade proporciona diversas atividades além das aulas e teorias; ela nos desafia a sair da nossa ‘zona’ de conforto’ e nos ensina a ser muito mais do que meros estudantes que detêm apenas a teoria. Ela nos prepara, em primeiro lugar, para sermos seres humanos capazes de trabalhar e ajudar outros seres humanos. Agora que vocês sabem quem eu sou, iremos entender como o programa de mentoria apareceu na minha vida.

Eu me lembro que eu estava em uma aula de Teoria do Direito numa sexta-feira. Assim que começou a aula, a Andreia, uma das participantes do programa de mentoria universitária, entrou na sala de aula e anunciou que o programa estava com inscrições abertas para os calouros terem um mentor, o qual o ajudaria a se adaptar e tirar suas dúvidas nesse primeiro contato com a universidade.

Fiquei bastante empolgada e aliviada, e que agora eu poderia ter uma pessoa que iria me auxiliar e me acalmar nesse novo ciclo que eu estava adentrando. Com isso, a primeira coisa que fiz quando cheguei em casa foi fazer a minha inscrição.

Alguns dias depois, recebo uma mensagem no whatsapp de uma menina, a qual se chama Samara, se apresentando e me informando que ela seria minha mentora no meu primeiro semestre da faculdade. Foi uma conversa incrível, descobri que ela fazia Jornalismo e que já estava quase para se formar. Num primeiro instante, eu pensava que eu teria um mentor que também estava

cursando Direito, mas esse é um diferencial da mentoria universitária, ela proporciona a diversidade e a troca de experiências.

Sendo assim, a partir daquela primeira conversa, eu tive muito mais do que somente uma mentora, eu tive uma amiga, a qual sempre estava à disposição de perguntar como eu estava, se estava precisando de alguma coisa ou então se só gostaria de conversar mesmo.

Lembro que tivemos uma conversa muito bacana que foi sobre livros. Descobrimos que as duas tinham algo em comum, ler romances. A partir disso, cada uma já foi indicando seus livros favoritos para termos trocas de experiências.

Diante do que escrevi, quis mostrar que ter um mentor vai muito além da vida acadêmica. Nunca imaginei que, no meu primeiro semestre, pudesse conhecer e interagir com alguém de outro curso, já próximo de se formar. No entanto, a oportunidade de ter a Samara como minha mentora me mostrou que isso era possível e que ela estaria ali para me guiar, sendo muito mais do que uma simples mentora. Ela se tornou uma fonte de inspiração, alguém em quem eu poderia confiar e recorrer nos momentos de dúvida e dificuldade. Sua experiência e generosidade fizeram toda a diferença no meu processo de adaptação à universidade, ajudando-me a crescer não apenas como estudante, mas também como pessoa.

Outro episódio a ser contado, foi que a gente já estava no fim do semestre e eu recebi um e-mail falando da renovação da matrícula. Fiquei desesperada, pois não sabia como tinha que fazer, tive vários pensamentos. Achava que teria que fazer o mesmo processo no começo do ano na primeira vez que matriculei, ou então que teria que pagar uma taxa (isso é loucura, mas foi o que realmente pensei). Diante do desespero, lembrei que eu tinha a Samara. Sendo assim, mandei uma mensagem, e imediatamente ela já me respondeu sendo muito solícita e atenciosa. Com isso, aprendi que não precisava fazer nada de diferente, somente ter que pagar a mensalidade que já iria renovar automaticamente.

Com os fatos relatados, percebo que ter a Samara como minha mentora fez meu processo de adaptação ser mais tranquilo e confortável, dado que quando começamos um novo ciclo, na nossa vida, tudo aparenta ser algo impossível.

Esse foi o primeiro lado da história. A segunda parte parece um “plot twist” (reviravolta na trama). Sendo assim, iremos adentrar nessa reviravolta no parágrafo a seguir.

Era dia 6 de agosto de 2024, estava adentrando no segundo semestre da faculdade. Já estava mais acostumada com a rotina e com a rotina da faculdade. Lembro que estava empolgada com as novas disciplinas, pois seria mais

específica do meu curso. Eu já tinha meu ciclo de amizade, então o medo de não ter ninguém para interagir havia passado. Com isso, tive a curiosidade de entender como funcionava as minhas horas complementares. Desse modo, eu precisava participar de duas trilhas obrigatórias, e uma delas que estava com inscrição aberta era o Programa de Mentoría, a qual ajuda os estudantes na comunicação e a desenvolver a liderança. Fiquei interessada em participar, pois eu lembrei da importância que um mentor faz na vida de um calouro, onde eu mesma fui essa caloura que tinha muitos medos, e com a Samara sendo a minha mentora tudo passou a ser mais tranquilo.

Então, entrei no portal da UCB e fiz a minha inscrição. Logo em seguida, passei a ter um curso de formação e preparação para ser uma mentora. Diante desses encontros, conheci pessoas incríveis e de cursos diferentes, havia pessoas da Psicologia, Tecnologia da Informação (TI) e Relações Internacionais. Foram momentos muito marcantes, pois já nos encontros, que eu pensava que seria algo super formal, foi leve e descontraído (onde até brincávamos dizendo que estávamos tendo uma sessão de terapia), pois era um espaço que podíamos nos expressar sem medo e trocar experiências que já tínhamos vividos no primeiro semestre.

A Beatriz foi a nossa professora durante o curso de preparação. Lembro que no primeiro dia de encontro, eu criei uma admiração e carinho pela pessoa que ela é. Em cada aula que tínhamos todos podiam falar e expor seus pensamentos e ideias diante de cada tema apresentado. Com toda certeza isso foi um diferencial, pois a cada encontro que se passava era notório o quanto tínhamos evoluídos e estávamos confortáveis em expor nossos pensamentos abertos a aprendizagem que a professora Beatriz estava nos transmitindo. Após os encontros de formação, chegou o momento de colocar em prática o que havia aprendido.

Meu primeiro mentorado foi do curso de Ciências Contábeis. Confesso que quando eu vi que seria um menino eu fiquei um pouco nervosa e com medo de como seria essa interação, pois para mim eu não teria muita habilidade de me comunicar e interagir. Contudo, foi tudo ao contrário, tivemos um primeiro contato por mensagem, e por ali cada um se apresentou e demonstramos que estávamos dispostos a fazer esse trabalho em equipe.

Após essa primeira comunicação, marcamos um encontro pessoalmente. Foi um momento muito importante, pois ali cada um teve a oportunidade de saber quem realmente era a pessoa fora da tela do celular. Diante disso, fizemos um tour pelos pontos mais importantes e necessários na vida de um universitário, mostrei para ele o local da coordenação do seu curso, o refeitório dos alunos, o atende (local que resolve os assuntos burocráticos referente aos estudantes) e a biblioteca.

Saímos da biblioteca e direcionamos para a sala de jogos. Escolhi o respectivo ambiente por ser um espaço descontraído que a Universidade Católica de Brasília proporciona aos seus alunos, e um ambiente para se reunir entre amigos e interagir com outras pessoas. Expliquei qual era o objetivo da mentoria, o qual é transformar o processo de adaptação na faculdade mais agradável e confortável. E desse ponto de partida cada um contou sobre a sua trajetória para entrar na Universidade de Católica de Brasília e o processo de ser um vestibulando, que também é uma etapa difícil. Fui tentando entender como estava seu processo de adaptação e quais eram suas principais dúvidas. Aproveitei que estávamos na sala de jogos, e compartilhei que a biblioteca proporciona aulas de xadrez, no qual ele ficou muito interessado em participar.

Compartilhamos o motivo de querermos o curso que estávamos cursando e quais eram as nossas expectativas diante da nova fase a qual cada um estava vivendo. Com isso, após finalizarmos o nosso primeiro encontro de mentoria, ele compartilhou que ficou muito feliz de ter uma pessoa que iria o ajudar nesse primeiro momento de adaptação, e que conhecer uma nova pessoa de outro curso foi uma experiência incrível para ele.

A fala do meu mentorado, fez-me ter um momento de nostalgia com a Samara, pois eu sabia exatamente a sensação a qual ele estava sentindo, o conforto e o alívio de não estar sozinho.

Ter sido uma mentorada, foi primordial para meu interesse em ser mentora, pois eu sabia o quanto era um diferencial ter uma pessoa me auxiliando e tirando minhas dúvidas em um novo ciclo que estava acontecendo na minha vida. Então, defino que esse processo de ser uma mentorada, tanto uma mentora foi um processo de retribuição pelo que o programa de mentoria universitária fez por mim no meu primeiro semestre. Além disso, ter tido a primeira experiência como mentorada foi mais fácil para compreender cada mentorado que me foi confiado, diante das suas dúvidas e dificuldades. Diante do que foi exposto, minha primeira habilidade desenvolvida com o programa de mentoria universitária foi ter sensibilidade e comprometimento em ajudar o próximo.

Participar da mentoria foi muito além de ganhar horas complementares. Eu vejo, em primeiro lugar, que foi uma oportunidade de retribuir o que o programa me proporcionou quando eu era simplesmente uma caloura com medo e insegura no primeiro semestre na universidade. Em segundo lugar, foi um ambiente que me trouxe experiências para desenvolver minha comunicação, organização, comprometimento, criatividade e trabalho em equipe, os quais são fundamentais para uma vida acadêmica e profissional, à medida que a todo instante é necessário lidar com outras pessoas. E conseguir desenvolver cada habilidade citada, facilita no momento de enfrentar algum conflito, seja acadêmico, seja profissional.

Além disso, a mentoria me proporcionou um networking, o qual é fundamental que todos possuam na faculdade, visto que com a minha experiência no programa conheci pessoas de diversas áreas, Psicologia, Tecnologia da Informação (TI), Relações Internacionais, Ciências Contábeis, Enfermagem e Pedagogia.

Observar que estou finalizando meu primeiro ano da faculdade, e que com o Programa de Mentoria tive a oportunidade de dar meus primeiros passos para se desenvolver profissionalmente foi gratificante. Cada experiência vivenciada foi fundamental para a minha aprendizagem, e com toda certeza irá caminhar comigo durante toda a minha vida.

Aquela menina do começo do capítulo que estava com medo e insegura, em relação ao seu desenvolvimento acadêmico, hoje percebe que cada desafio foi necessário para chegar ao momento que se encontra. Nunca imaginaria que teria a oportunidade de compartilhar minhas experiências com outras pessoas, e hoje estou aqui escrevendo “Os dois lados da história”, que estará inserido no primeiro livro do programa de mentoria.

Finalizo este capítulo destacando que o programa de mentoria é uma troca de experiência fundamental para cada participante, visto que tanto os mentores quanto os mentorados trazem aprendizados para ambas as partes. Além disso, proporciona o desenvolvimento de habilidades essenciais para vida acadêmica e profissional. Pela minha experiência, primeiro tive a oportunidade de aprender com a minha mentora. Logo em seguida pude desenvolver minha comunicação, planejamento, criatividade, proatividade e acolhimento diante de cada mentorado. Com isso, o programa de mentoria universitária vai muito além do que se possa imaginar, pois é um programa leve e descontraído de se trabalhar, à medida que o seu principal objetivo é transformar o processo de adaptação mais confortável e trazer confiança a cada estudante que adentra na universidade.

Agradecimentos

Em primeiro lugar gostaria de agradecer a Deus, por me proporcionar saúde e a oportunidade de estar vivendo cada sonho, que desde criança eu possuía no meu coração.

Em segundo lugar, não poderia deixar de agradecer a minha maior parceira de vida, minha mãe, a qual se chama Maria das Graças. Desde muito cedo ela me ensinou a ser forte e persistente nos meus sonhos. Me mostrou que através dos estudos eu posso chegar em lugares imagináveis. Mãe, obrigada, acredito que não tenho outra palavra a declarar, a não ser gratidão, pois sei que você deixou de viver os seus próprios sonhos para poder viver os meus.

Por isso a cada conquista, com toda certeza, irei te agradecer quantas vezes forem necessárias.

Em terceiro lugar, agradeço a equipe PESA - UCB, e especialmente a professora Beatriz, que foi minha guia durante o programa de mentoria e me fez o convite para compartilhar a minha experiência nessa primeira edição. Meus eternos agradecimentos a cada membro da equipe do PESA - UCB. Obrigada por cada aprendizado, e a oportunidade de amadurecer e viver uma experiência única no meu primeiro ano da faculdade.

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

PROJETO METAMORFOSE

Sabrinna Maria Brito Do Carmo⁶

Introdução

Me chamo Sabrinna Brito tenho 21 anos e sou estudante de Enfermagem e estou no sexto semestre. Por muito tempo, eu me perguntei se um dia contraria minha história. Afinal, são apenas fragmentos de uma vida que começou complicada mais consegue vencer barreiras que só eu e minha mãe sabemos, marcada por desafios, descobertas e muitas quedas. Mas, ao olhar mais de perto, percebi que cada pedaço dessa jornada guarda algo maior: a força da transformação e persistência na caminhada.

Eu não sou a mesma pessoa que fui ontem. Nem você é. Somos todos obra em progresso, moldados pelas escolhas que fazemos, pelas dores que enfrentamos e pelas alegrias que nos iluminam. A minha metamorfose começou nos momentos mais inesperados que passei em minha vida, quando achei que tudo estava perdido e que as portas teriam se fechado para mim, e onde as coisas continuaram nos detalhes mais simples, que muitas vezes eu nem percebia.

Este livro é uma viagem sobre um pouco da minha história e experiência na mentoria universitária, mas também um convite para você refletir sobre a sua e o que você pode fazer para mudá-la e deixá-la inesquecível. Não é uma história perfeita. É real, cheia de altos e baixos, falhas e vitórias. É a história de alguém que aprendeu, a duras penas, que mudar é a única constante na vida.

Prepare-se para entrar no casulo comigo e descobrir como, às vezes, é preciso se perder completamente para renascer.

Experiência

Quando eu vi o programa de mentoria universitária no portal do AVA me bateu uma curiosidade para saber como funcionava. Então eu pensei: porque não entrar e ver como funciona, assim posso ajudar outras pessoas com dificuldades em se organizar na faculdade ou em matérias/disciplinas que estão cursando. Essa era minha ideia inicial, assim que eu entrei no programa vi que era muito além do que eu pensei, descobri projetos, lugares no campus que eu nem sabia que existia, aprendi maneiras de auxiliar os alunos na organização dos estudos, na parte social dele, na fonte de rede apoio, em como acessar as

plataformas da faculdade, etc. Minha decisão de me envolver no programa foi instantânea pois eu já fazia isso antes mesmo antes de entrar na faculdade, na escola e no curso de inglês.

Naquele momento em que decidi entrar no programa de mentoria, estava em busca de algo que me ajudasse a crescer internamente, que me desafiasse a sair da zona de conforto e, acima de tudo, que me fizesse sentir que eu estava no caminho certo, onde sinto que meu caminho é ajudar o próximo, e no PESA tive a oportunidade de conhecer pessoas maravilhosas que me proporcionaram várias possibilidades de aprendizado.

Eu desejava quebrar barreiras, superar medos e, quem sabe, encontrar um propósito mais claro para minha trajetória na universidade, indo além de apenas assistir às aulas e cumprir obrigações acadêmicas. Não se tratava apenas de aprender ou realizar algo concreto, mas de vivenciar uma transformação que eu sabia que ocorreria ao longo do caminho.

Além disso, o programa me ajudou a superar medos. Aprendi a me expressar melhor, a me organizar de maneira mais eficiente e a liderar com mais confiança. Descobri que o ato de ajudar vai muito além de resolver problemas imediatos: é sobre inspirar, apoiar e, muitas vezes, apenas estar presente para alguém.

Foi assim que dei o primeiro passo, com receio, mas cheio de esperança. O programa se tornou mais do que uma oportunidade se tornou o ponto de partida para uma jornada de autodescoberta e crescimento que eu nunca imaginei que viveria na universidade.

No fundo, entrar no programa de mentoria foi como abrir uma porta para uma nova versão de mim. A versão que não tem medo de desafios, que busca crescimento contínuo e que entende que a universidade, e a vida em si, são muito mais do que cumprir obrigações ou seguir caminhos predefinidos. Hoje, ao olhar para trás, percebo o quanto esse programa foi um marco, o início de uma jornada que continua me ensinando.

A Metamorfose não é um processo fácil. Ela exige que você enfrente o desconhecido, que saia da zona de conforto, que lide com suas inseguranças. No meu caso, significou confrontar medos que eu carregava, como a dúvida sobre meu papel na universidade e minha capacidade de fazer a diferença. Mas foi justamente nesse confronto que eu cresci. A cada desafio superado, fui descobrindo uma nova versão de mim mesma – mais confiante, mais forte e mais conectada ao meu propósito.

Ao ajudar outros alunos, percebi que a metamorfose também estava acontecendo com eles. Vi colegas que, antes inseguros, encontraram coragem para seguir em frente. Vi pessoas que, ao receberem um apoio que parecia simples, ganharam confiança para dar passos importantes na sua jornada acadêmica.

e pessoal. E, ao observar essas transformações, comprehendi que meu papel não era apenas o de mentora, mas também de uma espécie de catalisadora para essas mudanças.

“A beleza da metamorfose está no processo. Não é sobre o ponto de chegada, mas sobre cada momento de aprendizado, cada desafio enfrentado, cada conexão construída. Assim como uma borboleta que precisa lutar para sair do casulo e fortalecer suas asas, eu também precisei passar por meus próprios processos de adaptação e superação”. (Autor Desconhecido)

Desenvolvimento

Desde o início da vida acadêmica, percebi que a chave para uma boa orientação não era apenas ser alguém com conhecimento ou experiência, mas ser alguém acessível, comprehensivo e disponível para ouvir o outro. Eu sabia que, para ajudar, precisaria entender as individualidades de cada mentorado, respeitando as suas histórias e desafios para então ajudá-lo em suas demandas na universidade.

Com alguns estudantes, a relação começou de maneira mais formal, focada apenas nos aspectos acadêmicos. No entanto, com o tempo, fui percebendo que, para conseguir auxiliá-los verdadeiramente, era preciso conhecer suas ansiedades, suas motivações e até suas frustrações. Iniciamos o processo de rede de apoio, observando que cada um tinha suas próprias dificuldades: alguns estavam lidando com o estresse de uma carga de trabalho excessiva, outros com problemas de adaptação ao novo ambiente universitário. Eles estavam saindo do ensino médio, ainda meio perdidos com a dinâmica e didática da vida universitária ou com a sensação de insegurança sobre seu futuro. À medida que fui me aproximando deles, percebi como minha própria capacidade de escuta, de auxiliar e ajudar a lidar com toda essa montanha russa poderia ajudá-los.

A relação de mentor-mentorado não era só sobre orientar, mas também sobre aprender um com o outro. Descobrimos muitas coisas em comum e foi incrível, Os mentorados me trouxeram novas perspectivas sobre como ver o mundo acadêmico e como lidar com os desafios diários. Cada conversa me ajudou a entender como a diversidade de experiências e histórias influenciava a maneira como cada um percebia sua jornada na faculdade. Ao longo do tempo, a relação foi se tornando mais colaborativa. Não era mais eu apenas oferecendo soluções, mas nós dois, juntos, construindo um caminho que fosse significativo e mostrando que nem tudo era um monstro de 7 cabeças.

As atividades que realizamos foram variadas e personalizadas para cada mentorado, a experiência ajudou-me a estudar e entender como ajudar cada um de forma individual. O foco inicial estava na organização e como mexer nas plataformas pois percebi que muitos mentorados enfrentavam dificuldades em estruturar seu tempo de maneira eficaz, então consegui acessar suas atividades nas plataformas, que para eles, era novidade.

Então, trabalhamos juntos realizando reuniões pelo *Google Meet*, um app de videochamada. Auxiliei os mentorados na criação de cronogramas de estudos, dividindo tarefas em metas menores e mais alcançáveis, e por meio do pomodoros. Ajudá-los a entender como gerir seu tempo de maneira eficiente foi uma das primeiras vitórias no processo. Ajudei-os no acesso a plataforma, como visualizar suas matérias no portal Gol, portal da biblioteca.

Além disso, integrei atividades relacionadas ao autoconhecimento, que se mostraram fundamentais para os mentorados. Organizei exercícios simples de reflexão, onde eles podiam identificar suas forças, suas dificuldades e seus medos. Essas atividades eram importantes porque, muitas vezes, o que impedia o progresso acadêmico não eram as habilidades cognitivas, mas as limitações internas: o medo do fracasso, a falta de autoconfiança ou a crença de que não eram capazes de dar o seu melhor. O processo de ajudá-los a entender e quebrar essas barreiras internas foi, para mim, uma das experiências mais gratificantes, onde também mostrei e pedi para que eles fizessem um mapa mental mostrando quem era sua rede de apoio para quando estivesse precisando, dentro e fora da faculdade, para que percebessem que não estão sozinhos.

Uma outra atividade importante foi o incentivo à criação de uma rede de apoio. Percebi que, para muitos, a vida universitária podia ser solitária e cheia de desafios, especialmente nos primeiros anos. Além das questões acadêmicas, muitos dos mentorados estavam em um processo de adaptação social, aprendendo a fazer conexões, a se inserir em grupos e a lidar com as expectativas da vida adulta. Então, além de estratégias acadêmicas, também os ajudei a se conectar com colegas de classe e a se engajarem com outros recursos oferecidos pela universidade. Os grupos de estudo e eventos sociais, facilitaram na criação de uma rede de amigos. Alguns tiveram dificuldade em socializar. Eu disse a eles que enfrentei desafios em relação ao equilíbrio entre o campo acadêmico e o suporte emocional.

Muitas vezes, os mentorados vinham até mim com um problema acadêmico, mas o que realmente dificultava seu desempenho eram questões pessoais, como ansiedade, problemas familiares ou até mesmo a falta de autoconfiança. Ajudar a lidar com essas situações não era fácil, especialmente porque nem sempre eu tive respostas ou soluções imediatas. Nesses momentos, eu procurava a minha preceptora/tutora em busca de orientação e

apoio, aprendendo a encontrar caminhos para melhor ajudar meus mentorados. Percebi que, muitas vezes, os mentorados precisam de alguém em quem possam confiar para falar sobre suas dificuldades e medos. Aprendi também a importância de ser transparente sobre as minhas próprias dificuldades e incertezas. Ao mostrar que eu também tinha meus desafios e que o processo de aprendizado é contínuo, pude humanizar a relação com os mentorados. Isso criou uma conexão mais profunda, pois percebi que, ao falar sobre as minhas próprias vulnerabilidades, eu estava ajudando-os a se sentirem mais à vontade para compartilhar as deles. Percebi também que ao mostrar meus medos e incertezas também era muitas vezes a deles também, onde puder também trabalhar junto a eles no mesmo processo.

A mentoria foi, sem dúvida, uma experiência transformadora para mim. Não apenas porque eu consegui ajudar os outros a superar seus desafios, mas também porque aprendi muito sobre mim mesma. A cada encontro, a cada atividade, fui mais consciente das minhas próprias limitações e habilidades. Descobri que a mentoria não é apenas um processo de ensinar, mas de aprender e crescer com os outros. Foi uma jornada de construção mútua, onde tanto mentor quanto mentorado evoluem.

Hoje, ao olhar para tudo o que aconteceu, percebo como a experiência de mentoria se tornou não apenas um aprendizado acadêmico, mas uma jornada de desenvolvimento pessoal e social. Isso me fez entender que a verdadeira transformação não está apenas em ajudar o outro a vencer seus obstáculos, mas também em nos permitir crescer ao longo desse processo.

Impacto Pessoal e Acadêmico

O papel de mentora teve um impacto profundo em minha jornada acadêmica e pessoal. Inicialmente, me envolvi com a mentoria com o desejo de compartilhar meus conhecimentos e ajudar outros alunos a superarem desafios comuns que enfrentei durante a minha própria trajetória. No entanto, ao longo do processo, percebi que a mentoria não só beneficiou os mentorados, mas também me proporcionou uma série de aprendizados e transformações que influenciaram profundamente minhas habilidades e minha visão tanto sobre a educação quanto sobre a vida em geral.

Um dos maiores impactos da mentoria foi no desenvolvimento das minhas habilidades interpessoais. Ao interagir com alunos de diferentes perfis, percebi a importância de ser uma comunicadora mais empática e atenta às necessidades de cada um. Durante o processo, aprendi que, muitas vezes, a comunicação não envolve apenas a transmissão de conhecimento, mas também ouvir e entender os desafios emocionais e pessoais dos mentorados. Essa escuta ativa me

ajudou a perceber que cada pessoa tem uma forma única de aprender e que, como mentora, meu papel não era simplesmente fornecer respostas, mas ajudar a identificar as melhores estratégias para cada aluno. Esse aprendizado sobre como personalizar a abordagem, respeitando as dificuldades e os tempos de cada mentorado, foi essencial para criar uma relação de confiança mútua.

Ao longo do tempo, também desenvolvi uma maior capacidade de adaptação e flexibilidade. A mentoria não se limitava apenas a resolver questões acadêmicas, mas envolvia, muitas vezes, apoiar os mentorados nas suas questões emocionais, sociais e de organização. Isso me obrigou a ser mais criativa na forma de abordar problemas e a buscar soluções fora do que inicialmente parecia ser “o certo”. Essa flexibilidade me permitiu atuar de forma mais holística, considerando os diversos aspectos da vida universitária e ajudando os mentorados a desenvolverem não apenas suas competências acadêmicas, mas também a autoconfiança e o equilíbrio emocional necessários para o sucesso na faculdade.

Na esfera acadêmica, o papel de mentor desafiou profundamente minha visão sobre o processo de ensino e aprendizagem. Inicialmente, eu via a educação como algo focado exclusivamente na aquisição de conteúdos, nas notas e nas provas. No entanto, ao orientar outros alunos, percebi que o sucesso acadêmico não se resume a um bom desempenho em exames, mas envolve uma série de competências que vão além do conteúdo da sala de aula, como a gestão do tempo, a organização pessoal, o autocuidado e a resiliência diante das dificuldades.

Por meio da mentoria, pude observar que muitos dos meus mentorados enfrentavam barreiras emocionais e sociais que impactavam diretamente seu desempenho acadêmico assim como eu também passei por isso. Para eles, o maior desafio não era a matéria em si, mas a falta de autoconfiança ou o medo de fracassar. Esse insight me fez repensar a forma como eu mesma lidava com meus próprios estudos e desafios acadêmicos no começo, onde eu mesmo comecei a me autossabotar. Compreendi que uma mentalidade saudável, a motivação interna e uma boa organização pessoal são fatores tão essenciais quanto o conteúdo aprendido em sala de aula. Esse processo me levou a uma abordagem mais equilibrada em relação aos meus próprios estudos, buscando constantemente estratégias para manter meu bem-estar emocional e físico enquanto enfrentava os desafios acadêmicos, onde criei minha própria forma de estudar e organização.

A mentoria me ensinou a ser mais paciente comigo mesma e a entender que o processo de crescimento é contínuo. Nem sempre temos todas as respostas prontas, e, muitas vezes, os erros fazem parte do aprendizado. Esse processo de aprendizagem mútua, onde tanto eu quanto os mentorados estávamos

evoluindo ao longo da jornada, foi extremamente enriquecedor. Aprendi a lidar com minhas próprias limitações, a reconhecer quando precisava de ajuda e a buscar recursos para crescer e me desenvolver. Esse autoconhecimento, por sua vez, me tornou uma pessoa mais resiliente e confiante, capaz de lidar com os desafios da vida acadêmica e pessoal com uma nova perspectiva.

Além disso, a mentoria me fez perceber o impacto que podemos ter na vida de outras pessoas. Um simples gesto de apoio ou uma orientação estratégica pode fazer toda a diferença no processo de superação de um desafio. Essa experiência me motivou a continuar ajudando os outros, não apenas no contexto acadêmico, mas também em outras áreas da minha vida, buscando sempre ser uma fonte de apoio para aqueles que necessitam. A sensação de ter contribuído para o sucesso de outros, de ter ajudado a transformar suas trajetórias, foi uma das maiores recompensas que experimentei.

Conclusão

Cheguei a conclusão de que ao longo de minha experiência como mentora, pude vivenciar uma verdadeira metamorfose, tanto no aspecto acadêmico quanto pessoal. O processo de ajudar outros alunos a superarem seus desafios e a conquistarem seus objetivos não apenas transformou suas trajetórias, mas também gerou profundas mudanças dentro de mim. Como uma borboleta que passa por várias fases até alcançar sua forma final, minha jornada como mentora foi um processo contínuo de adaptação, crescimento e descoberta.

A transformação que vivi durante essa experiência é um reflexo do próprio conceito de metamorfose. Assim como a lagarta se desprende de sua casca para se tornar algo totalmente novo, minha visão sobre a educação e sobre o meu próprio desenvolvimento acadêmico também passou por um processo de reestruturação. O papel de mentora me fez questionar minhas crenças anteriores sobre o ensino, a aprendizagem e até mesmo sobre o meu papel dentro da universidade. Ao interagir com os mentorados, percebi que o aprendizado vai muito além dos conteúdos acadêmicos; envolve autoconhecimento, superação de medos e o desenvolvimento de habilidades interpessoais que nos acompanham para toda a vida.

Essa metamorfose também foi interna. No começo, eu via como alguém que precisava “ajudar” os outros, mas com o tempo, percebi que a verdadeira transformação acontecia em mim, ao me permitir sair da minha zona de conforto e ao encarar os desafios de uma maneira mais aberta e flexível. As inseguranças e limitações que antes eu via como barreiras se tornaram fontes de aprendizado e autocompreensão. Eu aprendi a lidar com a pressão, a ansiedade e até com as falhas, compreendendo que são partes essenciais da

jornada de crescimento. Esse processo me ajudou a me tornar uma pessoa mais resiliente e preparada para os desafios da vida acadêmica e pessoal.

Ao final dessa experiência, comprehendi que a mentoria não era apenas sobre ensinar ou orientar, mas sobre transformar a mim mesma enquanto ajudava os outros a se transformarem. Como uma borboleta que, ao final de seu ciclo, encontra o seu novo caminho, eu também emergi dessa experiência com uma nova perspectiva sobre minha vida acadêmica e minhas relações interpessoais. A mentoria se tornou, então, um processo de evolução mútua, onde tanto eu quanto meus mentorados fomos desafiados a crescer, a aprender e a nos tornar versões melhores de nós mesmos.

Agradecimentos

Aos futuros mentores que estão lendo esse texto agora peço que abra seu coração e mente ao entrar no programa de mentoria universitária pois vocês entram em completa metamorfose dentro da mentoria, pois não só irão ajudar os mentorados mais também a si mesmo. A melhor decisão foi ter entrado como mentora nesse programa isso nos força a sair da nossa zona de conforto e ver apenas nossos próprios problemas. Nos ajuda a ampliar horizontes quem nem imaginávamos que poderíamos chegar. Uma das minhas frases preferidas na vida: “SÓ VIVE O PROPOSITO QUEM SUPORTA O PROCESSO”. É a mais pura verdade, eu vivo essa frase, a levo para minha vida toda, principalmente na vida universitária.

Meus agradecimentos, primeiramente a Deus que não me deixou desistir de muitas coisas, que não me deixou cair e sempre me segurou em seu colo. O segundo agradecimento vai para minha mãe Simone, vó Francisca, vó Afonso, Irma Samantha, Tia Sonia, Tio Flavio(estar orgulhoso de mim lá do céu) que sempre me apoiaram em tudo na minha vida independentemente do que eu decidisse fazer; aos meus amigos da faculdade que não me deixaram desistir Thais, Fabiana, Stefanus que sempre me ajudaram em tudo, meu sincero obrigada por fazer parte dessa caminhada comigo; As minhas amigas mais próximas Tia(Fernanda), Naja(Jane) que sempre estão ali para me receber e me aconselhar; sempre ajudam e até dão uns puxões de orelha de vez em quando: obrigada por essa parceria.

Só tenho a agradecer também minhas preceptoras do PESA que me proporcionaram essa experiência incrível de ter escrito esse texto mostrando uma parte da minha jornada acadêmica.

REFERÊNCIA

RICCITELLA, C. **O voo da borboleta**: uma história de florescimento. 2021.

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

VOLUNTARIOS AMIGONIANOS MENTORES CON ORIENTACIÓN AL SERVICIO (VAMOS) – UNIVERSIDAD CATÓLICA LUIS AMIGÓ

Paula Andrea Cataño Giraldo

Wilson Ríos Valencia

Johan Correa Restrepo

Catalina Ramírez Mejía

Johan Escobar García

Katherine Martínez Arias

El Ministerio de Educación Nacional de Colombia (MEN) en el año 2021 brindó orientación a las Instituciones de Educación Superior del país para el diseño e implementación de la Estrategia de Mentorías. Esta Estrategia surge como una forma de acompañamiento y apoyo a los estudiantes universitarios en su proceso de formación académica. El propósito es que los estudiantes disfruten su experiencia universitaria y encuentren herramientas que les posibiliten hacer frente a los retos propios de esta etapa tan importante de sus vidas.

En este sentido, la Universidad Católica Luis Amigó, a través del Programa de Permanencia Académica, implementa la Estrategia VAMOS (Voluntarios Amigonianos Mentores con Orientación al Servicio). Esta iniciativa busca contribuir a la adaptación y permanencia de los estudiantes en el ámbito universitario y a su desarrollo integral como futuros profesionales. Está dirigida a estudiantes de todos los semestres, con énfasis en aquellos que cursan los primeros tres semestres académicos.

En la Mentoría se establece la interacción entre el mentor, quien acompaña y guía, y el mentee, quien recibe el acompañamiento y es guiado. La base fundamental de la Mentoría es el intercambio de experiencias significativas de los participantes. El mentee plantea sus expectativas, inquietudes y necesidades, y el mentor se encarga de proponer alternativas para que el mentee resuelva las situaciones que ve como escollos.

El acompañamiento se centra en temas relacionados con la vida universitaria, tales como la adaptación a la educación superior (incluyendo apoyo en asuntos institucionales como el reglamento estudiantil, trámites administrativos y fuentes de apoyo académico), el afrontamiento de crisis de carrera y el desarrollo del proyecto de vida, así como el fortalecimiento de los hábitos

de estudio, las habilidades para la vida y las estrategias para la realización de exposiciones.

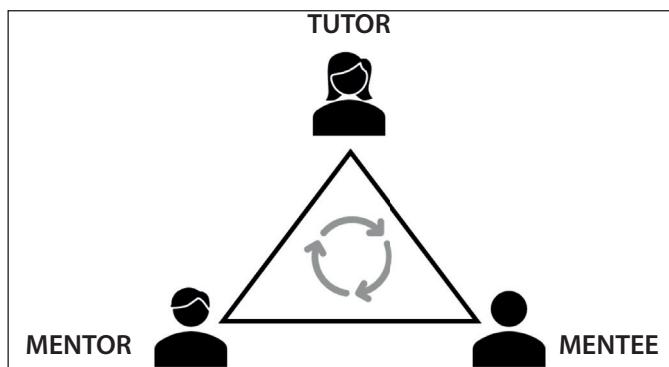
Figura 1 - Programa de Mentorías Universidad Católica Luis Amigó



Fuente: Universidad Católica Luis Amigó, 2024. Disponible en: <https://www.funlam.edu.co/modules/programapermanencia/item.php?itemid=57>

Para el desarrollo de esta Estrategia se tiene en cuenta la relación triádica propuesta por Manzano, Martín, Sánchez, Risquez y Suárez (2012), donde se contemplan las personas implicadas en el desarrollo de la Mentoría. Esta relación triádica crea un ambiente de aprendizaje colaborativo y enriquecedor para todos los involucrados, donde el tutor garantiza la calidad del programa, el mentor aporta su experiencia y el mentee recibe el apoyo necesario para alcanzar sus metas. Con base en la construcción de los nombrados autores, se realiza la siguiente adaptación:

Figura 2 – Interacciones en el desarrollo de las Mentorías



Fuente: Elaboración propia

El **tutor** es la persona responsable de capacitar, orientar al mentor, hacer seguimiento y evaluar la implementación de la Estrategia VAMOS. Quienes cumplen esta labor son los profesionales del Programa de Permanencia Académica.

El **mentor** es un voluntario amigoniano, estudiante de pregrado de la Universidad Católica Luis Amigó, que orienta, acompaña y comparte sus experiencias en el contexto universitario con otro estudiante de pregrado, que es el mentee.

Se concibe al mentor como “una persona que media, facilita, favorece y potencia la resolución de necesidades y el desarrollo del estudiante [...]” (Manzano *et al.*, 2012, p.98). Por tanto, el mentor es un aliado en el proceso de aprendizaje del mentee.

El **mentee** es un estudiante de pregrado de la Universidad Católica Luis Amigó, en cualquier nivel de formación, que desea ser orientado por un mentor para favorecer la adaptación al ámbito universitario y abordar necesidades relacionadas con el desarrollo de su proceso formativo y profesional.

Se espera que el **mentee** sea proactivo en su proceso de aprendizaje, participando activamente en las sesiones de mentoría, cumpliendo con los acuerdos establecidos y manteniendo una comunicación abierta y honesta con su mentor.

Procedimiento de la Estrategia VAMOS

- Convocatoria y postulación de candidatos mentores y mentees.
- Evaluación de candidatos mentores.
- Emparejamiento de mentees y mentores según sus perfiles y las necesidades detectadas.

- Capacitación a mentores sobre las temáticas y procedimientos a desarrollar en la estrategia.
- Desarrollo de los encuentros de Mentoría.
- Evaluación de percepción de la estrategia.
- Certificación mentores

Es a través de las Mentorías que los estudiantes experimentan una serie de beneficios que van más allá del ámbito académico. Estos incluyen un aumento de la confianza, el desarrollo de habilidades para la toma de decisiones, el fortalecimiento de la actitud de servicio y una mejor comprensión de los recursos institucionales. Además, las Mentorías contribuyen a la adaptación al entorno universitario y proporcionan un apoyo emocional invaluable.

Fases para el desarrollo de las Mentorías

Los encuentros entre mentor y mentee son grupales o individuales, de manera presencial (en las instalaciones de la Universidad) o mediados por las tecnologías de la información. Las Mentorías se desarrollan en 4 fases.

Figura 3 – Fases para el desarrollo de las Mentorías



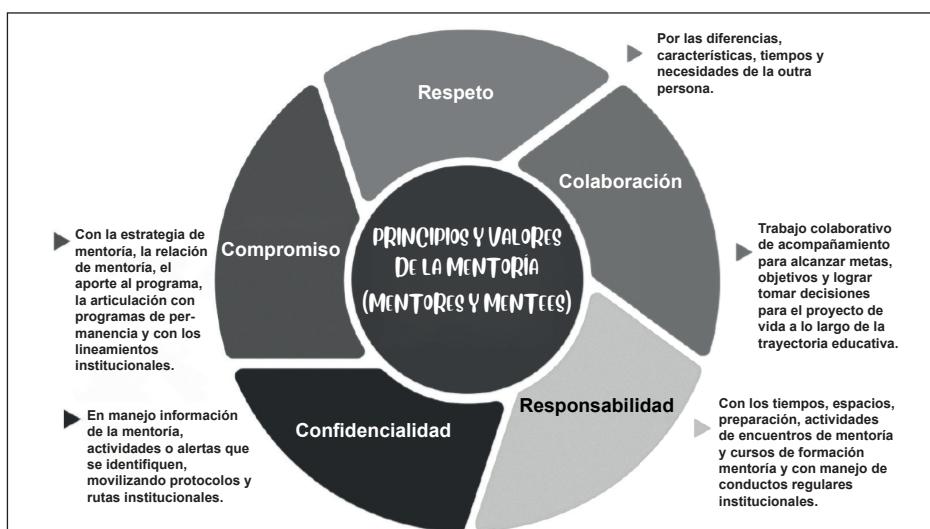
Fuente: Ministerio de Educación Nacional de Colombia (MEN) y Universidad Cooperativa de Colombia, 2021, p. 12

1. **Establecimiento de Confianza:** La primera fase de la Mentoría es crucial para establecer un vínculo sólido y duradero entre el mentor y el mentee. Este encuentro inicial es una oportunidad para crear un ambiente donde ambas partes se sientan cómodas para compartir sus expectativas y motivaciones. Por ello, la importancia de establecer una comunicación abierta, respetuosa y sincera, donde se escuchen activamente las opiniones de cada uno. Además, se diligencia y firma un formato (Pacto de Mentoría) donde se describen los compromisos iniciales y acuerdos de encuentro entre el mentor y el mentee.

- 2. Concertación de un plan de trabajo:** En esta fase, mentor y mentee trabajan de manera conjunta para diseñar un plan de trabajo personalizado teniendo en cuenta las necesidades del mentee.
- 3. Ejecución del plan de trabajo:** Una vez definido el plan de trabajo, se inicia la fase de implementación. Durante esta etapa, el mentor y el mentee colaboran para llevar a cabo las actividades planificadas, compartiendo conocimientos y experiencias. También se realizan ajustes al plan de trabajo según los resultados obtenidos y las nuevas oportunidades que surjan.
- 4. Retroalimentación:** En esta fase, se evalúa el progreso realizado y los logros alcanzados en la Mentoría. También se analizan los aspectos que se pueden seguir mejorando, trabajando y desarrollando en las mentorías.

En sí, el desarrollo de la Mentoría es un proceso de aprendizaje conjunto en el que el mentor y el mentee se apoyan mutuamente para alcanzar los objetivos. Cada fase es fundamental para el éxito de la relación y contribuye al desarrollo tanto personal como profesional de ambas partes. Este proceso se fundamenta, además, en los principios y valores propuestos por el MEN, los cuales guían la interacción entre mentores y mentees, asegurando una relación basada en el respeto, la colaboración, la responsabilidad, la confidencialidad y el compromiso.

Figura 4 – Principios y Valores la mentoría



Fuente: Ministerio de Educación Nacional de Colombia (MEN) y Universidad Cooperativa de Colombia, 2021, p. 19

- **Respeto:** Reconoce y valora las diferencias, características, tiempos y necesidades particulares de cada persona involucrada en la relación de Mentoría. El respeto mutuo es el cimiento sobre el cual se construye una relación de confianza y colaboración.
- **Compromiso:** Tanto mentores como mentees se comprometen activamente con la Estrategia de Mentoría y su aporte al Programa de Permanencia Académica.
- **Colaboración:** Se fomenta un trabajo en conjunto entre mentor y mentee para alcanzar metas y objetivos comunes.
- **Confidencialidad:** Manejo adecuado y confidencialidad de la información compartida durante la relación de Mentoría. En caso de identificar situaciones que requieran atención, se activan los protocolos institucionales a través de los tutores.
- **Responsabilidad:** los mentores y los mentees son responsables de cumplir con los tiempos, espacios y actividades acordadas en la relación de Mentoría.

Estos principios no solo fortalecen el vínculo entre mentor y mentee, sino que también contribuyen al éxito de la Estrategia VAMOS. Al fomentar el respeto, el compromiso, la colaboración, la confidencialidad y la responsabilidad, se crea un ambiente propicio para el aprendizaje, la co-creación, el crecimiento personal y el logro de objetivos comunes.

Desafíos en la implementación

Si bien la Estrategia de Mentorías ha mostrado resultados positivos, es importante reconocer los desafíos que se han presentado. Uno de los principales ha sido un desequilibrio significativo entre la oferta y la demanda de Mentorías, con un número de mentores que supera al de mentees. Los estudiantes han mostrado poca disposición para inscribirse a las Mentorías por considerar que no cuentan con tiempos disponibles para participar debido a las responsabilidades académicas y extracurriculares.

Por otro lado, se hace evidente la necesidad de fortalecer los procesos de capacitación a los mentores, con el propósito de garantizar que cuenten con las herramientas necesarias para acompañar de manera efectiva a los mentees.

Se ha evidenciado, además, la necesidad de diseñar otro enfoque de la Mentoría, el cual estaría dirigido a estudiantes de los últimos semestres, que se encuentren próximos a iniciar o que estén finalizando sus prácticas académicas, con acompañamiento en temas como afrontamiento del estrés en la práctica profesional, proyección al mercado laboral, al emprendimiento y a la formación posgradual. Donde se aborden temas relacionados con la adaptación a la cultura organizacional, la etiqueta empresarial y conductas acordes a la

vida laboral y profesional, habilidades personales para el desempeño laboral (trabajo en equipo, organización, orientación al detalle, actitud de servicio, entre otras), seguimiento de conductos regulares y finanzas personales.

Es por ello que, pensando en la mejora continua se está diseñando en el campus virtual de la Universidad Católica Luis Amigó, un entorno digital para facilitar la interacción y el seguimiento de las mentorías. Esta plataforma ofrecerá a tutores, mentores y mentees un espacio colaborativo donde podrán acceder a recursos microlearning, compartir experiencias y recibir apoyo personalizado. Gracias a esta herramienta, podremos realizar un seguimiento detallado del progreso de cada estudiante y tomar decisiones basadas en datos para mejorar su experiencia en la estrategia VAMOS.

Figura 5 – Campus Virtual

The figure displays three screenshots of the VAMOS campus virtual platform, each showing a different section of the interface:

- Generalidades:** This section is described as a space for mentors to register their activities and share experiences. It includes a 'Red de interacción' (Interaction network) with links to 'Foro de experiencias', 'Bitácora de progreso', 'Seguimiento', 'Documentos de apoyo', and 'Guía de Profesionales'.
- Recursos temáticos:** This section is described as a space for mentors to register their activities and share experiences. It includes a 'Red de interacción' with links to 'Prueba FORO', 'Bitácora de progreso', 'Bitácora de la sesión', 'Encuesta de percepción', 'Documentos de apoyo', 'Pacto de Mentoría', and 'Documentos complementarios'.
- Banco de Recursos:** This section is described as a space for mentors to register their activities and share experiences. It includes a 'Red de interacción' with links to 'Foro de Mentees', 'Bitácora de progreso', 'Seguimiento a metas', 'Encuesta para mentees', 'Documentos de apoyo', 'Guía del Mentee', and 'Recursos complementarios'.

Fuente: Universidad Católica Luis Amigó, 2024. Disponible en:
<https://virtual.ucatolicaluisamigo.edu.co/campus/>

Percepción de los mentores

Desde la implementación de la Estrategia VAMOS en la Universidad Católica Luis Amigó se ha venido recopilando información sobre las necesidades y expectativas que tienen los estudiantes con respecto al apoyo y orientación que pueden esperar de las Mentorías y otras formas de acompañamiento institucional durante su proceso de formación. Los instrumentos utilizados para recolectar la información proveniente de los estudiantes son encuestas de percepción sobre su participación en la Estrategia. En estas encuestas se indaga por la pertinencia del acompañamiento brindado, las mejoras que se han podido percibir para los estudiantes, la contribución de la Estrategia a la experiencia universitaria y si le recomendarían a otros estudiantes que participen de las Mentorías.

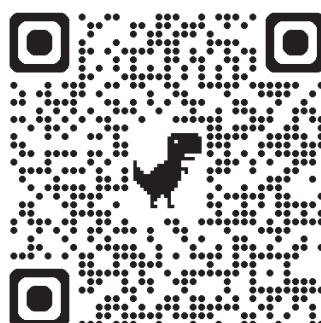
Para la identificación de necesidades y expectativas de los estudiantes que participan de la Estrategia, se toman los datos arrojados por las encuestas y los informes de percepción de los participantes (mentores y mentees). Otros métodos utilizados para la recolección de datos han sido grupos focales.

Los resultados que se han obtenido de las encuestas de percepción de los mentores han sido valoraciones positivas de su participación en la Estrategia Vamos, destacando que su orientación ha sido fundamental para el proceso de adaptación de los mentees. Consideran que el diálogo basado en la experiencia es una herramienta clave para guiar a los estudiantes en su trayectoria universitaria. Además, señalan que la Estrategia les ha permitido poner en práctica sus habilidades y conocimientos, superando retos y generando un aprendizaje mutuo. Los mentores se muestran satisfechos con el acompañamiento brindado por los tutores y consideran que los temas abordados son relevantes para su formación.

Cabe señalar que, los mentores han sido receptivos a las acciones de seguimiento y acompañamiento que se llevan a cabo por parte de los tutores para dar respuesta a las situaciones, necesidades y requerimientos que se presentan durante las Mentorías.

Para conocer más sobre las experiencias de los mentores de la Universidad Católica Luis Amigó y validar la información presentada, se puede escanear el siguiente código QR.

Relato Mentores



REFERENCIAS

MANZANO SOTO, N.; MARTÍN CUADRADO, A.; SÁNCHEZ GARCÍA, M.; RÍSQUEZ, A.; SUÁREZ ORTEGA, M. El rol del mentor en un proceso de mentoría universitaria. **Educación XXI**, v. 15, n. 2, p. 93-118, 2012. Universidade Nacional de Educação a Distância, Madrid, Espanha. Disponível em: <https://revistas.uned.es/index.php/educacionxx1/article/view/128>.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL DE COLOMBIA (MEN); UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA. **Guía de introducción Estrategia de Mentoría en la Educación Superior: mentor y mentee**, 2021. Disponível em: <https://www.docsity.com/en/docs/essay-881/8212137/>.

UNIVERSIDAD CATÓLICA LUIS AMIGÓ. **Campus Virtual**, 2024. Disponível em: <https://virtual.ucatolicaluisamigo.edu.co/campus/>.

UNIVERSIDAD CATÓLICA LUIS AMIGÓ. **Mentorías**, 2024. Disponível em: <https://www.funlam.edu.co/modules/programapermanencia/item.php?itemid=57>

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

RELATO DE MENTORÍA: Acompañar desde la Empatía

Teresa Milena Jiménez Sánchez⁷

Mi participación en la Mentoría Universitaria de la Universidad Católica Luis Amigó se dio en el marco de mis prácticas profesionales como psicóloga, las cuales realicé en el Programa de Permanencia Académica. Este espacio me permitió no solo consolidar habilidades propias de mi formación académica, sino también aportar al desarrollo integral de estudiantes en los primeros semestres de sus carreras universitarias.

Durante el tiempo de la Mentoría acompañé a tres estudiantes: dos de 17 años y una de 19, matriculadas en carreras tan distintas entre sí como Ingeniería de Sistemas, Diseño Gráfico y Psicología. A pesar de las diferencias en los contenidos académicos de estos programas, fue evidente que las estudiantes se enfrentaban a desafíos similares relacionados con el inicio de su vida universitaria. Para enfrentar esos desafíos las estudiantes debían aprender a manejar emociones como la ansiedad, el miedo y la inseguridad. Este contexto representó para mí un reto único y significativo, ya que era necesario crear un ambiente de confianza que no solo respondiera a las necesidades académicas de las estudiantes, sino también a sus situaciones emocionales y de adaptación a esta nueva etapa de sus vidas.

El acompañamiento a las estudiantes inició con un encuadre en el que le expliqué a cada una de ellas (las mentorías fueron individuales) que tendríamos un total de siete sesiones, diseñadas para generar un espacio de acogida, resolver dudas y brindar herramientas para afrontar las exigencias propias de su vida académica. Cada sesión, de 45 minutos, se estructuró de manera que se ajustara a las características y necesidades individuales de las estudiantes.

Los primeros encuentros fueron dedicados a orientarlas en el manejo de los recursos virtuales de la Universidad y la ubicación de áreas clave como la biblioteca, laboratorios, consultorios psicológicos, gimnasio y unidades administrativas. Este paso inicial permitió no solo resolver inquietudes prácticas, sino además generar un ambiente de confianza, en el cual comenzaron a sentirse seguras para manifestar sus dudas y expresar sus emociones.

A medida que avanzábamos en el proceso de Mentorías, se hacía evidente que las estudiantes enfrentaban dificultades como experimentar frustración, el temor a hablar en público, el estrés académico y la transición hacia la adultez.

Esto último caracterizado por mayores responsabilidades y expectativas familiares. Estas sesiones nos llevaron a explorar estrategias de regulación emocional, incluyendo la identificación y aceptación de sus emociones, así como el desarrollo de herramientas prácticas para enfrentar situaciones estresantes como exposiciones, exámenes e interacciones sociales.

Un tema recurrente en las asesorías con las estudiantes fue la presión que sentían por cumplir con las expectativas familiares, sumado al sentimiento de culpa por sentirse una “carga” económica para sus padres. Las Mentorías les posibilitaron reflexionar y reconocer que estas emociones, aunque difíciles, eran propias de su ciclo vital y compartidas por muchos de sus compañeros. Gradualmente, a través de una escucha consciente y un acompañamiento empático, lograron romper con creencias limitantes que afectaban su autoconcepto y autoestima, permitiéndoles creer más en sus capacidades y enfrentar con mayor confianza las situaciones que se les presentaban en el día a día.

El impacto de este proceso fue profundamente gratificante. Al final del acompañamiento, pude observar cómo cada una de las estudiantes había avanzado significativamente en su capacidad para gestionar sus emociones y enfrentar sus retos académicos con mayor seguridad. Las herramientas trabajadas no solo les permitieron reducir la ansiedad, sino también adoptar una perspectiva más optimista sobre sus capacidades y su futuro.

En lo personal, esta experiencia fue transformadora. Pude comprender de manera más profunda el impacto que tiene el acompañamiento emocional en el desarrollo académico y cómo un espacio de acogida puede marcar la diferencia en la vida de un estudiante. Además, me permitió reflexionar sobre mi propio proceso como profesional, aprendiendo a ser más sensible y actuar con mayor flexibilidad frente a las necesidades de las personas en sus distintas etapas de vida.

El proceso de Mentoría me permitió confirmar la importancia de generar espacios de escucha y confianza para los estudiantes, especialmente en una etapa tan desafiante como el inicio de su vida universitaria. Las palabras de reconocimiento y las muestras de agradecimiento recibidas por parte de las estudiantes en nuestras últimas sesiones fueron una prueba tangible del impacto positivo de las Mentorías, no solo en ellas, sino también en mi formación como psicóloga.

Agradezco profundamente a la Universidad Católica Luis Amigó por brindarme esta oportunidad y al Programa de Permanencia Académica por el apoyo constante. Este proceso reafirma mi convicción de que el acompañamiento integral, basado en la empatía y la comprensión, es una herramienta invaluable para el desarrollo personal y académico de los estudiantes.

MENTORÍA UNIVERSITARIA: Una Herramienta para el Desarrollo Académico y Personal

Xenia Ester Cervantes Osorio⁸

Introducción

Desde el comienzo mi experiencia en la Universidad ha estado llena de situaciones positivas; aunque al empezar una nueva etapa de la vida hay sentimientos encontrados, miedo, ansiedad, incertidumbre, además de las constantes preguntas por el futuro profesional. A medida que pasaba el tiempo fui encontrando la manera de hacer frente a todo esto y también respuestas a las preguntas que me iban surgiendo. Esto fue en parte gracias a la orientación y apoyo que me brindaron varios mentores a lo largo de mi proceso académico.

La motivación para participar en las Mentorías nació del deseo de apoyar a otros estudiantes y brindarles orientación desde los conocimientos y habilidades adquiridas durante mi trayectoria académica, y al mismo tiempo fortalecer mi propio crecimiento personal compartiendo conocimientos. Tenía la convicción de que esta experiencia me prepararía mejor para afrontar situaciones de liderazgo y trabajo colaborativo en el futuro.

En algún momento me preguntaba si sería capaz de ofrecer el apoyo adecuado a mis mentees y cómo podría construir una relación de confianza con ellos. Estas preguntas me motivaron para encontrar la forma de inspirar e impulsar a otros a alcanzar sus metas. He valorado el impacto positivo que un buen consejo o una guía pueden tener en la vida de un estudiante.

Además, siempre he creído que el aprendizaje no es un proceso solitario, sino colaborativo. En el entorno universitario, donde los estudiantes enfrentan presiones académicas, incertidumbre sobre el futuro y, en ocasiones, falta de confianza, un programa de Mentoría puede ser un puente que conecta el potencial individual con las oportunidades disponibles.

Mi objetivo principal no fue solo guiar a los mentees en sus desafíos académicos, sino también en aspectos como la gestión del tiempo, la toma de decisiones y el desarrollo de habilidades blandas, esenciales para su futuro profesional.

Desarrollo de la Mentoría

Desde la primera reunión, busqué establecer un ambiente cómodo y de confianza con cada uno de mis mentees, un ambiente en el que pudieran expresar sus inquietudes y expectativas sin temor. Al principio tenían muchas dudas acerca de las Mentorías, porque creían que no los ayudaría con todas esas preguntas que no lograban resolver. Empezamos organizando reuniones de manera presencial, en un espacio adecuado, que no interfiriera con los horarios de nuestras clases. Trabajamos en distintos aspectos, desde la organización del tiempo hasta la preparación para exámenes y estrategias de estudio.

Elaboramos un plan de trabajo personalizado para cada mentee, esto implicó identificar sus aspectos a mejorar, establecer metas alcanzables para cada uno y trazar un camino para lograrlas; realizamos simulaciones de charlas entre compañeros y ejercicios de comunicación para fortalecer su confianza en situaciones académicas. También hablamos acerca de lo que quieren lograr como futuros profesionales.

Algunas de las actividades realizadas incluyeron:

- **Sesiones de tutoría individual:** Dedicadas a resolver dudas específicas sobre materias o temas académicos.
- **Talleres prácticos:** Diseñados para desarrollar habilidades como la organización del tiempo, técnicas de estudio y preparación para exámenes.
- **Orientación profesional:** Espacios para discutir intereses, opciones de carrera y cómo aprovechar oportunidades extracurriculares.

Organizamos talleres grupales donde los mentees pudieron interactuar entre ellos, compartir experiencias y aprender de los otros compañeros. Estas sesiones fomentaron un sentido de comunidad y colaboración entre los participantes, lo cual fue uno de los aspectos más significativos de las Mentorías.

El camino estuvo lleno de desafíos, algunos mentees enfrentaron dificultades para mantener la motivación o gestionar el estrés debido a que no se sentían seguros de lo que realmente querían; esto requirió paciencia y la búsqueda de estrategias creativas para ayudarlos a superar estos obstáculos. Uno de los desafíos fue adaptar mi estilo de mentoría a las necesidades individuales de cada mentee. Algunos requerían más orientación académica, mientras que otros buscaban apoyo emocional o motivacional. Este reto me llevó a desarrollar habilidades como la empatía activa y la flexibilidad.

En esta etapa de mentora primipara aprendí la importancia de escuchar activamente, adaptar mi enfoque según las necesidades individuales y ser flexible en mis métodos. Uno de los mayores aprendizajes fue entender que la

Mentoría no solo consiste en ofrecer soluciones, sino en empoderar a los mentees para que encuentren sus propias respuestas y desarrollen su autonomía.

Impacto Personal e Académico de las Mentorías

El programa de Mentorías tuvo un impacto profundo en mi desarrollo personal y académico. En mi papel de mentora fortalecí habilidades como la comunicación efectiva, la solución de problemas y desperté mi capacidad de liderazgo. En el aspecto personal aprendí a escuchar activamente y a brindar retroalimentación constructiva, cualidades que considero esenciales en el ámbito profesional. Aprendí a gestionar mejor mi tiempo para cumplir con mis responsabilidades como mentora y estudiante. Entendí que cada persona enfrenta sus propios desafíos y que, como mentora, mi papel era ser una facilitadora, no una solucionadora. Esta lección también me ayudó a comprender mejor mis propias fortalezas y áreas de oportunidad. En el aspecto académico, la experiencia me permitió profundizar en los temas que enseñaba, reforzando mi propio aprendizaje y mi confianza en los conocimientos adquiridos.

Desarrollé habilidades de liderazgo y trabajo en equipo que considero son fundamentales para mi futuro profesional. La Mentoría cambió mi perspectiva sobre la importancia de la colaboración y el apoyo mutuo en el ámbito universitario.

Desde un punto de vista emocional, ser mentora me ayudó a valorar más profundamente el impacto de las pequeñas acciones y a desarrollar una mayor sensibilidad hacia las experiencias y retos de otros; cada logro alcanzado por mis mentees también fue un triunfo personal, una meta alcanzada y una barrera derribada en mi proyecto de vida.

Consejos para Futuros Mentores y Reflexiones

Para quienes deseen convertirse en mentores, mis consejos son los siguientes:

1. **Tener una escucha activa:** Dedicar tiempo a comprender las necesidades y preocupaciones de tus mentees, estar presente y mostrar interés fortalece la relación y asegura que tus respuestas sean útiles.
2. **Empatía:** Ponte en el lugar del mentee y trata de ver las cosas desde su perspectiva, esto no solo te ayudará a responder mejor a sus necesidades, sino que también fomentará un ambiente de comprensión y confianza, esencial para el éxito de la Mentoría.

-
3. **Flexibilidad:** Adapta tus estrategias según las circunstancias y personalidad de cada mentee, acomoda las herramientas y métodos a estas diferencias para garantizar que las sesiones sean valiosas para el estudiante.
 4. **Motivación constante:** Anima a tus mentees a perseverar incluso frente a los desafíos, celebra sus logros, por pequeños que sean, y brinda apoyo y palabras de aliento cuando enfrenten dificultades.
 5. **Aprendizaje mutuo:** Considera la Mentoría como una experiencia de conocimiento tanto para el mentee como para el mentor, una experiencia en la que ambos pueden crecer. Ten en cuenta que la Mentoría ofrece nuevas perspectivas, ideas y desafíos que enriquecerán la vida personal y académica de ambos.
 6. **Fomenta la confianza:** Antes de enseñar o guiar, construye una relación sólida basada en el respeto y la empatía, crea un ambiente de confianza, esto permite que el mentee se sienta cómodo, exprese sus inquietudes y acepte tus sugerencias.
 7. **Establece metas claras desde el principio:** Esto ayuda a mantener el enfoque y medir el progreso. Tener metas claras no solo facilita el seguimiento a los avances, sino que también proporciona motivación y dirección durante todo el proceso de Mentoría.

El valor de la Mentoría entre pares radica en la conexión humana y el intercambio de experiencias, esto nos permite crear una herramienta poderosa para fomentar el desarrollo integral de los estudiantes y construir una comunidad universitaria más solidaria y colaborativa. Ser mentora ha sido una de las experiencias más gratificantes de mi vida universitaria y, sin duda, una de las experiencias más significativas, ya que, como mentores, aprendemos tanto como enseñamos, y el impacto que generamos va más allá del salón de clases. En las Mentorías ayudamos a moldear futuros profesionales y personas más seguras y empoderadas. Además, considero que la mentoría es una oportunidad invaluable para descubrir nuevas perspectivas, desarrollar habilidades y dejar una huella positiva en la vida de otros.

MÁS QUE CONSEJOS: la mentoría como espacio de transformación mutua

Yenni Rivera Montoya⁹

Soy estudiante de último semestre de Psicología en la Universidad Católica Luis Amigó, me he caracterizado por un espíritu curioso y la vocación por el conocimiento desde una edad temprana. A lo largo de mi infancia, la pregunta sobre qué quería ser y a qué me dedicaría en el futuro se convirtió en un tema recurrente, influenciada por el interés de mi familia en explorar el potencial y por las profesiones que capturaban mi atención. Sin embargo, esta pregunta iba más allá de las opciones tradicionales y en mi búsqueda, comencé a investigar distintas profesiones desde la primaria, pasando por áreas tan diversas como Medicina, Veterinaria, Contabilidad e Ingeniería, hasta llegar finalmente a Psicología, una elección que marcó el rumbo de mi vida académica y personal.

Tomar la decisión de estudiar Psicología no fue sencillo, no tenía referentes cercanos en esta área, nunca había interactuado con un psicólogo ni comprendía completamente el alcance de la profesión. Sin embargo, lo que conocía sobre la carrera resonaba con mis intereses y el deseo de ayudar a las personas a alcanzar un estado de bienestar y salud mental. Motivada por esta conexión, decidí emprender un proceso autodidacta para conocer más sobre la Psicología, acudí a sesiones de orientación vocacional con un terapeuta, investigué en profundidad sobre el programa académico y exploré los planes de estudio de las universidades que ofrecían esta carrera. Durante este camino, mi familia y amigos estuvieron presentes, alentándome a tomar una decisión informada y alineada con mis metas personales.

A pesar de este esfuerzo, el inicio de mi vida universitaria estuvo marcado por la ansiedad y la incertidumbre. Antes del primer día de clases, sentí temor a lo desconocido, miedo a las dinámicas del sistema académico, los procesos administrativos, los horarios, y la convivencia con nuevos compañeros. Aunque recibí apoyo de conocidos que ya habían transitado por la experiencia universitaria y que me orientaron en diferentes aspectos, había muchas preguntas sin respuesta y un vacío en cuanto al acompañamiento formal que necesitaba en ese momento. Este sentimiento se acentuó durante las inducciones, cuando junto a otros estudiantes recorrió las instalaciones del campus, intentando familiarizarme con un entorno que sería mi hogar académico en los años siguientes.

En retrospectiva, logré identificar que, en ese entonces, la ausencia de un programa de Mentorías académicas influyó en la intensidad de las emociones de ansiedad y angustia que experimenté. Un mentor podría haberme brindado una guía más estructurada y confiable, compartiendo experiencias y ayudándome a mirar con seguridad los retos emocionales y académicos propios de esta transición. Además, la situación se volvió aún más compleja con el inicio de la pandemia por covid-19 durante mi primer semestre, un evento que marcó la educación presencial y obligó a una adaptación repentina a la virtualidad. Este cambio representó un desafío significativo, tanto para las instituciones como para los estudiantes, muchos de ellos enfrentaron dificultades que los llevaron a abandonar sus estudios. Fue en este contexto que comencé a reflexionar sobre la importancia de contar con programas que promovieran la permanencia académica y el bienestar estudiantil.

En mi búsqueda, descubrí la estrategia “VAMOS”, un servicio del Programa de Permanencia Académica basado en mentorías de estudiantes para estudiantes, diseñado para facilitar la adaptación y el acompañamiento en la educación superior. La experiencia personal, combinada con las dificultades que observé en mis compañeros durante la pandemia, despertó en mí una motivación profunda para convertirme en mentora. Desde entonces, mi compromiso ha sido contribuir al crecimiento académico y personal de otros estudiantes, brindándoles las herramientas y el apoyo que yo misma hubiese deseado recibir al inicio de la vida universitaria.

En el segundo semestre de 2023 participé en la estrategia de Mentorías con grandes expectativas, motivada por las recomendaciones positivas de compañeros que habían participado previamente en esta estrategia. Desde el inicio me sentí entusiasmada por contribuir al desarrollo personal y académico de otros estudiantes; pero también consciente de los desafíos que implicaría mi nueva labor. La primera Mentoría que realicé fue con una estudiante que ingresaba al programa de Psicología. Esta experiencia inicial estuvo cargada de muchas emociones, ya que deseaba realizar un buen trabajo, pero desconocía con quién me encontraría o qué situaciones surgirían. Afortunadamente conté con la capacitación ofrecida por el Programa de Permanencia Académica, la cual fue fundamental para saber cómo actuar frente a las situaciones que se me presentaran. Este proceso de formación me permitió una preparación adecuada, adquirir herramientas para abordar los temas propuestos y comprender el alcance del rol de mentor.

La Mentoría fue todo un éxito. Tanto la estudiante como yo nos sentimos motivadas durante las sesiones, lo que facilitó la creación de un ambiente de confianza y aprendizaje. Compartí con la mentee mis propias experiencias, incluyendo la participación en un voluntariado relacionado con Psicología,

y animé a la estudiante a considerar actividades extracurriculares que complementaran su formación académica. Este consejo resultó ser muy significativo, ya que tiempo después nos encontramos en esos mismos espacios de voluntariado, evidenciando el impacto positivo de la Mentoría en el proceso académico de la estudiante.

La segunda mentoría representó un reto completamente distinto. En esta ocasión, trabajé con un estudiante del programa de Derecho, una carrera diferente a mi campo de conocimientos. Esta situación supuso un desafío significativo, ya que no contaba con un conocimiento profundo sobre las dinámicas específicas de esa profesión dentro de la Universidad. Sin embargo, ambos adoptamos una actitud colaborativa para superar las dificultades, buscamos orientación con los coordinadores del programa y consultamos a estudiantes de semestres avanzados de Derecho para obtener una visión más clara. Este proceso no solo benefició al estudiante, sino que también me permitió a mí ampliar la perspectiva sobre las dinámicas académicas y culturales de otros programas de pregrado de la Universidad.

Con el tiempo, fui desarrollando y fortaleciendo habilidades esenciales para el rol de mentora, como la escucha activa, la comunicación efectiva y la empatía. Estas competencias no solo me ayudaron a mejorar el desempeño en las mentorías, sino que también tuvieron un impacto positivo en otros aspectos de mi vida personal y profesional. Sin embargo, también me enfrenté a desafíos comunes en el programa, especialmente en el cierre de procesos. Aunque las Mentorías estaban diseñadas para abordar entre tres y cuatro temas en un promedio de tres sesiones, muchos estudiantes perdían la motivación con el paso del tiempo, especialmente en períodos de exámenes finales. Pese a ofrecer opciones como sesiones virtuales y ajustarse a la disponibilidad de los estudiantes, el interés inicial de estos tendía a disminuir, lo que representó un reto para mantener la continuidad del acompañamiento.

La tercera Mentoría marcó un momento culminante en mi experiencia como mentora. En esta ocasión trabajé nuevamente con un estudiante del programa de Psicología, pero con una particularidad, el estudiante ya tenía experiencia previa en otra universidad y en otro pregrado, lo que enriqueció las dinámicas de las sesiones. Desde el primer encuentro, se evidenció un interés genuino por parte del mentee, lo que hizo que la sesión inicial, planificada para durar 45 minutos, se extendiera a dos horas de intercambio de experiencias, expectativas y reflexiones.

Este proceso se caracterizó por un profundo intercambio de experiencias emotivas, destacando el carácter recíproco de las Mentorías académicas. Más allá de ser un espacio informativo, las Mentorías se convertían en una red de apoyo mutuo, donde tanto la mentora como el estudiante aprendían y fortalecían

sus competencias. Esta última Mentoría tuvo un significado especial para mí, ya que coincidió con mi último semestre universitario. Esto me motivó aún más a dar lo mejor de mí y a dejar una huella en el estudiante. Ambos compartíamos el interés por la ciencia, lo que facilitó una conexión más profunda. Uno de los momentos más significativos de esta experiencia ocurrió cuando fui invitada a dar una cátedra para estudiantes de primeros semestres, donde tuve la oportunidad de hablar sobre mi experiencia en prácticas profesionales. En esa ocasión, el estudiante estuvo presente, reafirmando con ello la importancia del vínculo creado durante la Mentoría.

La participación en el programa de Mentorías marcó un antes y un después en mi desarrollo personal y académico. Cada experiencia dentro del programa se convirtió en una oportunidad para crecer no solo como estudiante de Psicología, sino también como ser humano capaz de empatizar, escuchar y conectar con las necesidades de los demás. Las mentorías me permitieron afianzar competencias que trascendieron el rol como mentora y se integraron a mi desempeño en otros ámbitos, como las prácticas profesionales, proyectos de investigación y la interacción con colegas y profesores.

En el ámbito personal, las mentorías representaron un espacio de aprendizaje constante, en el que desarrollé habilidades como la comunicación asertiva, la paciencia y la flexibilidad. Estas cualidades no solo me ayudaron a enfrentar los desafíos propios de las Mentorías, sino también a manejar con mayor seguridad e inteligencia emocional las dificultades que surgían en mi vida académica y personal. Cada sesión, cada estudiante y cada situación particular reforzaron en mí la importancia de la adaptabilidad y la resiliencia, valores esenciales en el ejercicio de mi futura profesión.

Por su parte, en el plano académico, el programa de Mentorías amplió mi perspectiva sobre las necesidades y expectativas de los estudiantes universitarios, consolidando mi compromiso con el acompañamiento y el apoyo en el ámbito educativo. Las Mentorías también fortalecieron la confianza para participar en espacios académicos más amplios, como conferencias y cátedras, evidenciando cómo la experiencia como mentora potenció mis capacidades de liderazgo y mi pasión por compartir conocimiento.

Esta vivencia no solo enriqueció mi etapa universitaria, sino que también me brindó herramientas valiosas para la vida profesional y personal. El proceso fue un recordatorio constante de que la educación es un camino colectivo, donde cada interacción es una oportunidad para aprender y crecer. Más allá de los retos enfrentados, cada mentoría reafirmó mi convicción de que pequeñas acciones, como una conversación honesta o una palabra de aliento, pueden marcar una diferencia significativa en la vida de otra persona.

Para futuros mentores, ofrezco algunos consejos desde mi experiencia. Primero, enfatizar la importancia de escuchar activamente y comprender las necesidades específicas de cada estudiante, reconociendo que no todos los procesos serán iguales. La empatía y la disposición para adaptar las estrategias según las circunstancias son fundamentales. También recomiendo aprovechar las capacitaciones previas ofrecidas por la Institución, ya que estas no solo brindan herramientas prácticas, sino que también ayudan a ganar confianza en el rol de mentor.

Otro consejo clave es recordar que el acompañamiento no solo se limita a compartir información académica. Las mentorías son una oportunidad para construir vínculos de apoyo y confianza, donde el mentor y el mentee pueden aprender mutuamente. Además, sugiero que los mentores no tengan miedo de mostrar su vulnerabilidad, compartir sus propias experiencias y reconocer que están en constante aprendizaje, pues esto humaniza el proceso, fortalece la conexión entre pares y demuestra que el aprendizaje no siempre proviene de figuras de autoridad, pues también se puede aprender de compañeros que, desde su experiencia, ofrecen guía y apoyo significativo.

Concluyo mi participación con gratitud hacia el programa de Mentorías, los estudiantes que acompañé y las personas que me guiaron en este camino. La experiencia como mentora me permitió descubrir que, al ayudar a otros, también me ayudaba a mí misma a encontrar propósito, sentido y motivación. Esta etapa de mi vida se cierra con la certeza de que el impacto de las Mentorías perdurará, tanto en los estudiantes que tuvieron la oportunidad de aprender de mis aportes, como en mi propio compromiso por seguir construyendo espacios de apoyo, empatía y aprendizaje mutuo en cualquier lugar al que me lleve el camino profesional.

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

ENCONTRO BINACIONAL DE MENTORIA UNIVERSITÁRIA

O I Encontro Binacional de Mentores Universitários - Brasil-Colômbia foi idealizado e organizado pelos setores de permanência estudantil da Universidade Católica de Brasília - Brasil e da Universidad Católica Luis Amigó - Colômbia. O encontro foi realizado no dia 7 de novembro de 2024 e contou com a presença de 36 participantes, na ocasião estiveram conectados 21 participantes da Colômbia e 15 do Brasil.

Figura 1 – Convite Encontro Binacional de Mentores Universitários



Fonte: Arquivo PESA UCB

O Encontro Binacional de Mentoria Universitária reuniu, em um marco inédito, mentores e gestores acadêmicos do Brasil e da Colômbia para compartilhar experiências, práticas bem-sucedidas e estratégias de apoio estudantil. O evento destacou a importância da mentoria como instrumento essencial para a permanência estudantil e o sucesso acadêmico, promovendo uma rica troca cultural e acadêmica entre os países.

Durante o encontro, foram discutidos temas como o impacto da mentoria na adaptação universitária, estratégias para o fortalecimento de redes de apoio e o papel dos mentores na promoção de habilidades como liderança,

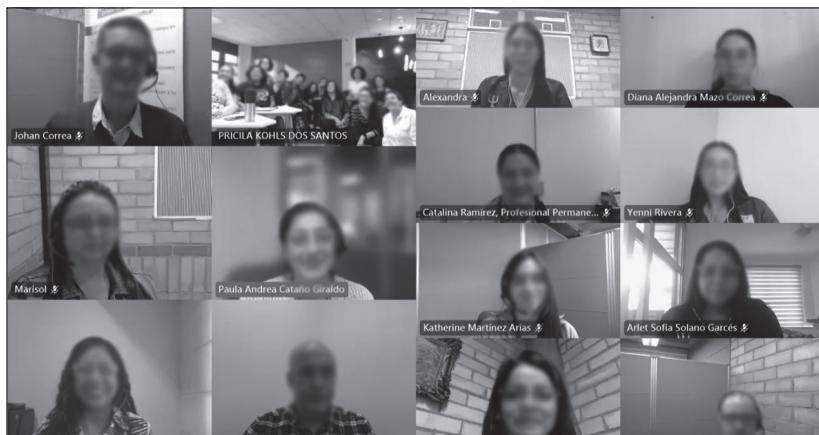
comunicação e resiliência. Além disso, o evento foi uma oportunidade de fortalecer laços entre as duas instituições, consolidando parcerias e projetando ações conjuntas para o futuro.

Para o pedagogo da equipe do *Programa de Permanencia Académica con Calidad y Prevención de la Deserción Estudiantil* da Universidad Católica Luis Amigó os programas de mentoria universitária são

“Un espacio agradable de interacción, de conversación, de la posibilidad que tengan, de interactuar con alguien que es un par un similar, un igual académicamente hablando, pero que tiene mucha más experiencia, que ya ha recorrido un poco más de ese trayecto formativo y por lo tanto, tiene unos conocimientos acumulados y adquiridos que está tratando de replicar y que está tratando de llevarla al Mentee para que él también sienta confianza en su proceso”.

Figura 2 – Registro do I Encontro Binacional de Mentoria Universitária





Fonte: Arquivo PESA UCB.

O Encontro Binacional reafirma a mentoria universitária como um instrumento de apoio e transformação acadêmica e cultural, conectando estudantes e profissionais de diferentes realidades em prol de uma educação mais inclusiva, equitativa e colaborativa. Os participantes compartilharam suas experiências, destacando como a mentoria enriqueceu sua vida universitária e a importância de fazer conexões. Yenni Rivera, uma mentora, compartilhou sua experiência gratificante, enfatizando o crescimento pessoal e a melhoria nas habilidades de comunicação. Nas palavras da estudante colombiana

“Siento que sí, tener varias mentorías hace que uno tenga como más experiencia e incluso a la formación profesional. Yo me encuentro en prácticas, me ha ayudado mucho al cómo llegar a las personas, más que todo también a jóvenes, porque hay veces, no sé, uno hay veces le da más miedo arriesgarse con personas de la misma edad de uno, entonces eso me ayudó mucho en ese acercamiento, en ese relacionamiento de cómo le llego, cómo me acerco, cómo le hablo y también cómo hago que se conecte con el proceso, porque siento que muchos desisten a veces del proceso, me ha pasado con los primeros, tal vez porque no conocen muy bien el programa, por diferentes situaciones y también es un reto como mentor motivarlos y generar ese interés para que permanezcan dentro del programa”. (Yenni Rivera – Mentora Amigoniana)

Já a estudante Andreia Guerra apresentou um pouco da sua experiência e perspectiva da participação no programa de mentoria no Brasil.

“Eu participo do programa desde o 1º semestre, desde que iniciou, vou fazer 3 semestres, que estou no programa de mentoria. E quando entrei,

tive uma ideia de que o programa seria mais sobre comunicação, relacionamentos, conhecer os alunos, os lugares, como funcionava a própria universidade. E com o tempo, percebi que o programa é muito maior do que isso. Traz uma segurança, um pertencimento à universidade, uma rede de apoio, amplia seus contatos, seus conhecimentos, e hoje temos a possibilidade de conversar com pessoas de outros cursos, conhecer outras pessoas, ajudar outras pessoas mesmo as que não participam do programa, e também pensar no futuro, como se a formatura fosse apenas um começo, e que você pode ir além do que é, parte do pertencimento, parte do sucesso acadêmico, é poder continuar e fazer outras coisas, além do que está sendo feito hoje, até mesmo ter esse tipo de experiência que estamos tendo aqui, como a oportunidade de conversar e conhecer vocês aí na Colômbia".
(Andreia Guerra – Mentora UCB)

Outra estudante, que atuou pela primeira vez como mentora, fala da experiência de empatia e tolerância ao lidar com pessoas, com outros colegas, que tem suas características e tempos diferentes dos dela e que como isso foi importante para o seu crescimento pessoal.

"Então, a mentoria é muito importante, foi muito importante para nós, os alunos, e o trabalho que ele se propõe a fazer é muito bom, muito gratificante. Para mim, a experiência foi excelente, a oratória, envolver-se para falar, para se relacionar, foi muito importante, vários papéis. Tem seus desafios, às vezes, não conseguir conversar com outros colegas, porque eles também estão começando a chegar na universidade. Mas isso traz para você um fortalecimento na tolerância, na tentativa de ser mais flexível, na compreensão de que também não é só no seu tempo, é no tempo de outra pessoa também, e buscando complementar e auxiliar essa outra pessoa".
(Angelica Maciel Cardoso – Mentora UCB)

Podemos destacar, dos relatos dos participantes de ambos os países, que o Programa de Mentoria Universitária objetiva apoiar a trajetória dos estudantes ingressantes, para que estes possam conhecer os espaços, sentirem-se acompanhados e pertencentes ao espaço da universidade, porém, para além do objetivo do programa, os estudantes Mentores também percebem possibilidades de crescimento, desenvolvimento e pertencimento ao desempenharem seu papel de Mentores. Assim, o Programa cumpre duplo propósito, o acolhimento a estudantes calouros/ingressantes e fortalecimento da relação institucional com estudantes veteranos, qualificando, assim, a trajetória acadêmica e a permanência estudantil.

Figura 3 - Notícia Encontro Binacional

UCB * Jornal PESA * 2024.2

MANCHETES DE HOJE: CONEXÃO INTERNACIONAL NA MENTORIA UNIVERSITÁRIA!

**BRASIL E COLÔMBIA UNIDOS: ENCONTRO
BINACIONAL DE MENTORES UNIVERSITÁRIOS**

PESA UCB



**O ENCONTRO BINACIONAL DESTACOU A
IMPORTÂNCIA DA MENTORIA COMO UMA
FERRAMENTA DE INTEGRAÇÃO ACADÊMICA E
CULTURAL. DISCUSSÕES SOBRE BOAS PRÁTICAS E
DESAFIOS PROMOVERAM UMA RICA TROCA DE**

Fonte: Arquivo PESA UCB.

O encontro foi concluído com foco no fortalecimento da estratégia de mentoria universitária e no intercâmbio de boas práticas entre as duas instituições. O que buscamos neste espaço foi conhecer as diferentes experiências como mentores, pois queremos continuar acompanhando e fortalecendo a estratégia de mentoria, pensando outros espaços de intercâmbio entre nossas universidades, buscando o desenvolvimento de competências interculturais por meio de trocas entre pares.

Nesse viés, a proposta está ancorada na estratégia da internacionalização que é uma das variáveis com incidência positiva para permanência estudantil

(Kohls-Santos, 2020). A esse respeito Kohls-Santos e Morosini (2024, p. 23) destacam que

a internacionalização como estratégia para a permanência estudantil e sucesso acadêmico reconhece a importância de se criar espaços nas instituições de ensino nos quais os sujeitos tenham oportunidade de qualificar sua formação, preparar-se para atender às demandas globais e desenvolver competências interculturais, aspectos essenciais para a formação e atuação de um futuro profissional.

Na experiência aqui relatada, utilizou-se da estratégia da Internacionalização em Casa – IaH para promover o intercâmbio de experiências relacionadas a participação no Programa de Mentoría Universitaria, sendo que, ao compartilhar suas experiências, Mentores e equipes dos setores permanência, tiveram a oportunidades de ter contato com um outro idioma, cultura e, inclusiva, semelhanças e diferenças entre os Programas de Mentoría Universitaria e atuação dos Mentores das duas universidades. Esta experiência nos faz retomar as primeiras iniciativas do Programa de Mentoría Universitaria da Universidade Católica de Brasília, que iniciou com a formação de mentores ministrada pela psicóloga Alejandra Restrepo da Colômbia, e a formação dos professores tutores pela pesquisadora Alejandra Romo do México.

Ao finalizar este relato, apresentamos o significado de participar dos Programas de Mentoría Universitaria para os Mentores das universidades.

Figura 4 – Significado da Mentoría Universitária



Fonte: Elaboração própria.

REFERENCIAS

KOHLS-SANTOS, Pricila. **Permanência na educação superior: desafios e perspectivas**. Brasília: Cátedra UNESCO de Juventude. 2020.

KOHLS-SANTOS, Pricila; MOROSINI, Marília Costa. Internacionalização como estratégia para a permanência estudantil: o estado do conhecimento com apoio da inteligência artificial. **Revista Educação em Questão**, [S. l.], v. 62, n. 72, 2024. DOI: 10.21680/1981-1802.2024v62n72ID35952. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/educacaoemquestao/article/view/35952>. Acesso em: 16 dez. 2024.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Ambiente acadêmico 14, 27, 36, 38, 41, 42, 44, 45, 48, 52

C

Calouros 13, 24, 32, 35, 56, 67, 117

Colombia 85, 89, 90, 95, 113

Compartilhamento 11, 13, 36, 42, 44, 52

E

Ensino médio 9, 19, 35, 39, 40, 51, 65, 76

Ensino superior 12, 35, 38, 39, 41, 42, 55, 65

Estudantes 9, 10, 11, 12, 13, 14, 19, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 51, 52, 54, 55, 56, 61, 63, 67, 68, 70, 76, 115, 117

M

Mecanismos de apoio 22, 30

Mentorados 10, 13, 20, 25, 26, 31, 32, 36, 39, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 62, 63, 72, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82

Mentoria 3, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 65, 66, 67, 68, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 78, 79, 80, 81, 82, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119

N

Nuvem de palavras 47, 49, 50

P

Permanência estudantil 9, 11, 12, 13, 19, 20, 22, 26, 30, 34, 36, 38, 40, 45, 52, 55, 113, 117, 118, 120

Programa de mentoria universitária 7, 11, 12, 19, 20, 21, 22, 27, 28, 30, 31, 33, 41, 42, 44, 45, 50, 51, 53, 61, 62, 66, 67, 70, 71, 72, 74, 82, 117, 118

S

Sucesso acadêmico 9, 10, 11, 12, 13, 20, 26, 34, 35, 36, 38, 43, 45, 53, 55, 80, 113, 116, 118

V

Vida acadêmica 9, 11, 13, 20, 27, 35, 60, 67, 71, 72, 76, 80, 82

SOBRE AS ORGANIZADORAS

Beatriz Brandão de Araujo Novaes

Doutoranda em Psicologia, Mestre em Psicologia pela Universidade Católica de Brasília. Professora da graduação do curso de Psicologia da Universidade Católica de Brasília. Integrante da equipe do PESA - Permanência Estudantil e Sucesso Acadêmico, coordenadora do Programa de Mentoria Universitária da Universidade Católica de Brasília. E-mail: beatriz.novaes@p.ucb.br Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1833-3626>

Moema Bragança Bittencourt

Mestra em Serviço Social pelo Instituto Técnico de Lisboa (ISCTE-IUL), Bacharel em Serviço Social pela Universidade Federal de Sergipe. Docente e Coordenadora do Curso de Serviço Social e do Núcleo de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas da Universidade Católica de Brasília. E-mail: mobrabi@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-5019-5606>

Paula Andrea Cataño Giraldo

Possui graduação em Psicología pela Universidad Católica Luis Amigó com especialização em Gerência em Saúde Ocupacional pela Fundación Universitaria María Cano. Coordenadora do Programa Permanência Acadêmica com Qualidade na Universidad Católica Luis Amigó.

Paula Maria Trabuco Sousa

Possui graduação em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás (2013) e mestrado em Educação pela mesma instituição (2016). Especializou-se em Gestalt-terapia e Psicología do Tránsito. Atualmente, é doutoranda no Programa de Pós-Graduação em Psicología Clínica e Cultura da Universidade de Brasília (UNB). Atua como docente universitária desde 2016, lecionando em cursos de Psicología e da área da Saúde, além de ministrar cursos de formação em Gestalt-terapia e Avaliação Psicológica. É psicóloga clínica desde 2013. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5944-6224>

Pricila Kohls-Santos

Doutora em Educação. Pós-doutorado em Educação Superior pela PUCRS. Docente e Pesquisadora Permanente do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Católica de Brasília. Coordenadora do setor de Permanência Estudantil e Sucesso Acadêmico – PESA/UCB. Líder do Grupo de Pesquisa Interdisciplinar em Tecnologias Digitais, Internacionalização e

Permanência Estudantil (GeTIPE). Coordenadora do Projeto StayTech Edu UCB. Membro do Comitê Coordenador da RedGUIA. E-mail: pricila.kohls@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-3349-4057>.

Valdivina Alves Ferreira

Doutora em Educação (PUC GO), Mestre em Educação pela UFMS; Especialista em Planejamento Educacional, Métodos e Técnicas de Ensino, Ciência da Computação, Administração e Supervisão Escolar; Graduada em Pedagogia Licenciatura Plena pela FESURV. Tem experiência na Coordenação e Docência Superior e em Cursos de Pós-graduação. Docente no Programa de Pós-graduação da UCB; Líder do Grupo de Estudos e Pesquisas Políticas Públicas Educacionais no âmbito da educação básica (GEPPEB), cadastrado no Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). Atua nos temas: Políticas Públicas Educacionais, Políticas Públicas de Educação Profissional e Tecnológica, Formação de Professores, Informática Educativa Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-2306-7465>

Editora CRV - Proibida a impressão e/ou comercialização

EXPERIÊNCIAS DE MENTORIA

UNIVERSITÁRIA

BRASIL – COLÔMBIA

A mentoria universitária tem se consolidado como uma estratégia fundamental para fortalecer a permanência estudantil e o sucesso acadêmico. Neste livro, *Experiências de Mentoría Universitaria: Brasil – Colômbia*, estudantes mentores compartilham suas trajetórias, desafios e aprendizados ao longo de sua participação no Programa de Mentoría Universitaria.

Esta obra é fruto do encontro binacional entre a Universidade Católica de Brasília e a *Universidad Católica Luis Amigó*, onde mentores dos dois países tiveram oportunidade de trocas experiência acerca do Ser Mentor Universitário em diferentes contextos. Por meio de relatos inspiradores, a obra evidencia o impacto da mentoria na construção de redes de apoio, no desenvolvimento pessoal e acadêmico dos estudantes e na criação de uma cultura de colaboração na educação superior. Ao trazer perspectivas diversas e contextos institucionais distintos, este livro convida gestores, professores e estudantes a refletirem sobre o papel da mentoria na promoção de uma educação mais inclusiva, equitativa, humana e transformadora.



9 786525 176260