GUÍA DE ENTREVISTA PARA CANDIDATOS A INTERCAMBIO

Preguntas de muestra para jóvenes con intención de participar en un intercambio

Nombre del candidato:	Raymundo Gutierrez	**Fecha:**	8/noviembre/2026
Entrevistador/a:		**Club/Distrito:**	Ensenada baja california

1. Imagina que una organización internacional te entrevista para representarla en el extranjero durante un año. Su objetivo es contribuir a la paz mediante el entendimiento entre las personas. ¿Por qué deberían seleccionarte?

Preguntas de seguimiento: ¿Cómo ayuda el entendimiento a crear paz? ¿Qué acciones puedes realizar para aumentar el entendimiento entre personas de diferentes culturas? ¿Qué acciones puedes tomar para contribuir a la paz?

Me deberían seleccionar porque soy una persona sociable, creativa y que sabe trabajar en equipo. Puedo convivir con diferentes tipos de personas y comunicarme con ellas. Creo que el entendimiento ayuda a crear paz porque permite respetar las opiniones y culturas de los demás. Para contribuir, escucharía, aprendería de otras culturas y promovería el respeto y el diálogo.

2. ¿Alguna vez has sufrido acoso o bullying? Cuéntame sobre esa experiencia.

Preguntas de seguimiento: ¿Cómo manejaste la situación? Si tuvieras la oportunidad de vivirla nuevamente, ¿harías algo diferente? ¿Qué harías?

No he sufrido, pero si lo sufriría me defendería manteniendo el dialogo claro para calmar la situación y no me iría a los golpes.

3. ¿Cuál consideras que ha sido tu mayor logro hasta ahora?

Preguntas de seguimiento: ¿Qué hace que ese logro sea tan importante para ti? ¿Cómo influyó en tu vida?

Mi mayor logro en la vida ha sido ser selección baja california de vela y poder representar a mi estado en los CONADE 2025 y 2026

4. ¿Cuál ha sido la situación familiar más difícil que has vivido?

Preguntas de seguimiento: ¿Cómo te cambió esa experiencia? ¿Cómo reaccionaste? ¿Estás satisfecho/a con la forma en que reaccionaste o harías algo diferente si tuvieras otra oportunidad? ¿Qué acciones has realizado que demuestren que aprendiste o creciste a partir de esa experiencia?

Una de las situaciones más difíciles ha sido ver a mi familia pasar por momentos complicados. Me ha enseñado a valorar más a las personas que tengo cerca, a ser paciente y a tratar de apoyar cuando alguien lo necesita.

5. Menciona una acción o decisión de tu vida de la que te arrepientas.

Preguntas de seguimiento: ¿Qué es lo que lamentas de esa acción? ¿Por qué crees que actuaste de esa manera? ¿Qué puedes hacer para evitar que una situación similar vuelva a ocurrir?

Me arrepiento de algunas ocasiones en las que no aproveché oportunidades por falta de organización o por dejar las cosas para después. Aprendí que debo ser más responsable y pensar mejor en las consecuencias de mis decisiones.

6. Cuéntame sobre algún trabajo voluntario o servicio a la comunidad que hayas realizado.

Preguntas de seguimiento: ¿Por qué elegiste ese tipo de servicio? ¿Qué aprendiste de esa experiencia?

He trabajado con el club de Ruta donde le damos de comer a la gente que lo necesita, también en ECYD donde cuidamos niños y hacemos actividades como donar al asilo de ancianos y también darle de comer a necesitados, Estas experiencias me han enseñado que trabajar en equipo y aportar aunque sea un poco puede hacer una diferencia.

7. Imagina que tus padres acaban de tener una discusión bastante fuerte. ¿Cómo reaccionas? ¿Los evitarías por un tiempo? Cuando los veas, ¿evitarías hablar del tema?

Preguntas de seguimiento: Si tuvieras que aconsejar a un amigo o amiga que estuviera viviendo esta situación, ¿qué le sugerirías hacer? ¿Has vivido antes una situación similar?

Primero les daría su espacio para que se tranquilicen. Después intentaría hablar con ellos normalmente y, si es necesario, escucharía a ambos sin tomar partido. A un amigo le recomendaría no involucrarse en la discusión y recordar que no es su responsabilidad resolver los problemas de sus padres.

8. ¿Cuál es el acontecimiento más emocionante o estimulante que recuerdes y que haya tenido un impacto en tu vida?

Preguntas de seguimiento: ¿Cómo influyó en tu vida? ¿Afectó también a otra persona? En tu opinión, ¿cómo influyó en la vida de esa persona? ¿Por qué crees que tu reacción fue diferente?

Una de las experiencias más emocionantes fue cuando me dijeron sobre que me habían encontrado familia en Italia para el intercambio de Rotary de verano, donde me di cuenta de que podría hacer nuevas amistades y conocer nuevos lugares y hacer muchas experiencias.

9. Dame un ejemplo de una ocasión en la que hayas asumido responsabilidad por algo importante para ti.

Preguntas de seguimiento: ¿Cómo te sientes respecto a tus acciones? ¿De qué manera asumir esa responsabilidad te ayudó a aprender y crecer?

Un ejemplo es hacerme responsable de mis trabajos y proyectos escolares. Cuando tengo algo importante, intento organizarme y cumplir con mis tareas. Esto me ha enseñado a ser más independiente y a entender que mis resultados dependen de mi esfuerzo.

10. ¿En qué momentos te sientes con más energía y entusiasmo?

Preguntas de seguimiento: Cuando te sientes así, ¿sueles estar con otras personas o a solas? ¿Qué tiene esa actividad o situación que te da energía? ¿Con qué frecuencia haces espacio para ello en tu agenda? ¿Qué has aprendido sobre ti mismo/a gracias a estas experiencias?

Me siento con más energía cuando practico deportes, convivo con mis amigos o hago actividades que realmente me gustan. Disfruto estar con otras personas porque me gusta conocer gente y compartir experiencias. He aprendido que necesito combinar mis responsabilidades con actividades que disfruto.

11. ¿Qué situaciones o actividades te quitan energía?

Preguntas de seguimiento: ¿Qué aprendiste sobre ti mismo/a a partir de esa experiencia? ¿Qué acciones has tomado para aprender o crecer? ¿Cómo recuperas tu energía? ¿Cómo haces espacio en tu agenda para aquello que te ayuda a recuperarla?

Me quitan energía las situaciones estresantes, tener demasiadas tareas o estar en ambientes donde hay muchos problemas. He aprendido que necesito organizarme mejor y tomar descansos. Recupero mi energía haciendo deporte, escuchando música o pasando tiempo con mis amigos.

12. Menciona a una persona hacia la que hayas sentido resentimiento. ¿Por qué?

Preguntas de seguimiento: ¿Cómo has manejado ese resentimiento? ¿Qué podrías hacer tú, o qué podría hacer la otra persona, para dejarlo atrás?

He sentido resentimiento hacia personas que me han decepcionado o tratado de manera injusta. Intento manejarlo dejando pasar el tiempo y no guardando rencor. Creo que hablar las cosas y aprender a perdonar ayuda a dejar atrás esos sentimientos.

13. ¿Cuál consideras que ha sido tu acto más valiente? La valentía puede significar intentar algo nuevo o no ceder ante la presión de otras personas.

Preguntas de seguimiento: ¿Qué hizo que ese acto requiriera valentía para ti? ¿Qué aprendiste sobre ti mismo/a? ¿Cómo creciste o cambiaste a raíz de esa experiencia?

Considero que uno de mis actos más valientes ha sido intentar cosas nuevas aunque no esté seguro de poder hacerlas bien. Esto requiere salir de mi zona de confort. He aprendido que equivocarse es parte de mejorar y que no debo dejar que el miedo me detenga.

14. ¿Qué significa para ti la intuición? Da un ejemplo de una ocasión en la que seguiste —o no seguiste— tu intuición.

Preguntas de seguimiento: ¿Cuál fue el resultado de haber seguido, o no, tu intuición?

La intuición es esa sensación de que tienes cuando algo parece correcto sin saber exactamente por qué, Un ejemplo es cuando conozco a alguien y tengo una primera impresión sobre esa persona.

15. ¿Qué sería lo primero que harías si supieras que no puedes fracasar?

Preguntas de seguimiento: ¿Por qué harías eso primero? ¿Qué te impide hacerlo ahora? ¿Temes fracasar? ¿Temes tener éxito? ¿Te preocupa que otras personas reaccionen negativamente? ¿Sientes que no tienes tiempo o que "no deberías" hacerlo?

Intentaría de todo, haría negocios jugaría deportes, Intentaría crear mi propio negocio o desarrollar un proyecto que pudiera convertirse en algo grande. Lo haría porque me interesa emprender y crear cosas nuevas. Lo que a veces me detiene es la falta de experiencia y el miedo a equivocarme, pero sé que puedo aprender en el camino.

16. ¿Cuál suele ser tu reacción automática ante una situación incómoda o estresante? Por ejemplo: un examen sorpresa, quedar en medio de una discusión entre amigos, olvidar una tarea, terminar una relación, llegar tarde a clase, querer ser aceptado/a por tus compañeros o que te pregunten algo en clase y no sepas la respuesta.

Preguntas de seguimiento: ¿Cómo te sientes cuando reaccionas automáticamente? ¿Qué acciones puedes tomar para cambiar o manejar mejor esa respuesta?

Cuando estoy en una situación estresante, normalmente intento resolverla rápido, aunque a veces puedo desesperarme. Después trato de pensar con más calma y buscar una solución. He aprendido que respirar, organizar mis ideas y no actuar por impulso me ayuda a manejar mejor esas situaciones.