LECCIÓN 6.2: MENTORÍA Y COACHING

01

Diferencia entre Mentoría y Coaching

Mentoría	Coaching
Relación a largo plazo enfocada en el desarrollo personal y profesional del mentee. El mentor ofrece consejos basados en su experiencia.	Relación a corto plazo centrada en objetivos específicos. El coach utiliza preguntas y técnicas para ayudar al coachee a encontrar sus propias soluciones.

02

Beneficios de Tener un Mentor o Coach

1. **Desarrollo Personal:** Ayuda a identificar y potenciar tus fortalezas y habilidades.
2. **Orientación y Apoyo:** Proporciona guía y consejos para el avance en tu carrera.
3. **Perspectiva Externa:** Ofrece una visión objetiva y nuevas perspectivas sobre tus desafíos.
4. **Mejora de Habilidades:** Ayuda a mejorar habilidades específicas como liderazgo, comunicación y gestión del tiempo.
5. **Red de Contactos:** Amplía tu red profesional mediante las conexiones de tu mentor o coach.

03

Cómo Buscar y Elegir un Mentor o Coach Adecuado

Identifica tus Necesidades

Define qué áreas deseas mejorar y qué tipo de apoyo necesitas.

Busca en tu Red

Considera a colegas, superiores o profesionales en tu campo.

Revisa Credenciales

Asegúrate de que el mentor o coach tenga la experiencia y formación adecuada.

Establece Expectativas

Clarifica los objetivos, la duración de la relación y el enfoque de las sesiones.

Compatibilidad

Elige a alguien con quien tengas una buena conexión y comunicación