



En Línea

#DesarrollaTuNivelTop



Coaching y mentoring



Semana 25



En Línea

#DesarrollaTuNivelTop



Subtemas

- Desarrollo de habilidades de coaching
- Mentoring como herramienta de desarrollo



Semana 25



En Línea

#DesarrollaTuNivelTop



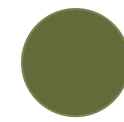
Desarrollo de habilidades de coaching



Semana 25

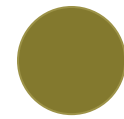


Introducción al Coaching



Definición

Conjunto de competencias, actitudes y técnicas comunicativas que un coach utiliza para acompañar, motivar y potenciar a una persona (coachee) en el logro de sus objetivos.



Enfoque

Centrado en la transformación personal, la motivación intrínseca y el aprendizaje continuo, estableciendo una relación vital entre coach y coachee.



Propósito

Generar un entorno de confianza, estimular la reflexión profunda y promover el aprendizaje, la toma de conciencia y la acción.





Características del Coaching



Escucha Activa

Prestar atención plena al coachee, no solo a lo que dice, sino a cómo lo dice (tono, lenguaje corporal, silencios).



Preguntas Poderosas

Uso de preguntas abiertas que invitan a la exploración, la reflexión y el descubrimiento personal.



Empatía

Capacidad de comprender y conectar con las emociones, pensamientos y experiencias del coachee desde un lugar genuino.

Otras características importantes incluyen: retroalimentación constructiva, presencia y autenticidad, capacidad de generar consciencia, y facilitación del compromiso y la acción.





Importancia del Coaching

1 Potenciación del Equipo y Mejora de la Productividad

Las habilidades de coaching permiten a los líderes guiar a sus equipos hacia el máximo potencial, incrementando la productividad y optimizando el rendimiento general.

2 Creación de un Ambiente Laboral Positivo

Se fomenta un entorno donde los empleados se sienten valorados, comprendidos y motivados a desarrollarse y crecer.

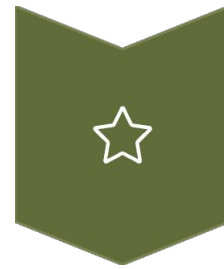
3 Desarrollo del Liderazgo Inclusivo

Las habilidades de coaching están ligadas al desarrollo de líderes que toman decisiones más inclusivas y se enfocan en potenciar las capacidades de sus equipos.





Aplicaciones del Coaching en RRHH



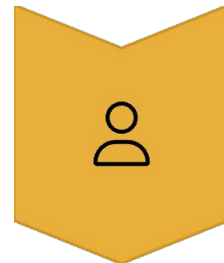
Desarrollo del talento

Guía en la identificación de fortalezas, áreas de mejora y objetivos profesionales.



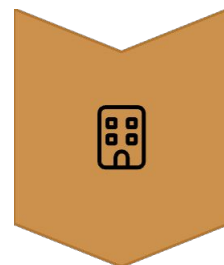
Mejora del desempeño

Feedback efectivo y cuestionamiento estratégico para superar bloqueos y mejorar resultados.



Liderazgo coach

Formación de líderes con competencias para inspirar, empoderar y generar confianza.



Cultura organizacional

Favorece una cultura de diálogo, reconocimiento, apertura y mejora continua.



¿Cómo desarrollar las habilidades coaching?

Formación especializada

Capacitación formal en programas certificados.

Práctica constante

Experiencia real trabajando con diferentes coachees.

Retroalimentación y supervisión

Aprender de la experiencia y de acompañamiento de coaches expertos.

Crecimiento personal y continuo

Autoconocimiento, reflexión y mejora permanente.



Tipos de coaching



Coaching Ejecutivo

Dirigido a profesionales y líderes organizacionales. Mejora habilidades como la comunicación, liderazgo y toma de decisiones para elevar el rendimiento y la efectividad en el trabajo.



Coaching Personal (Life Coaching)

Focalizado en el desarrollo integral de la persona. Ayuda a gestionar el estrés, mejorar relaciones y alcanzar equilibrio emocional y personal..



Coaching de Vida

Similar al coaching personal, pero con un enfoque más concreto en metas específicas (salud, finanzas, bienestar). Promueve la autoexploración y el empoderamiento.





PROGRESS is
PROGRESS

Actividad Grupal Rápida para Clase Virtual: "Mi Desafío, Mi Guía"

Objetivo: Aplicar los conceptos de escucha activa, preguntas poderosas, empatía (de coaching) y los roles de mentor/mentee (de mentoring) en una situación práctica y colaborativa, fomentando la reflexión y el apoyo entre pares.





En Línea

#DesarrollaTuNivelTop



**CONCLUIMOS LA PRIMER PARTE DE
NUESTRA SESIÓN**



Semana 25



En Línea

#DesarrollaTuNivelTop



Mentoring como herramienta de desarrollo



Semana 25



Introducción al Mentoring

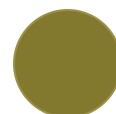
El mentoring es un proceso sistemático, guiado y respaldado, diseñado para empoderar a los aprendices (mentees) a asumir la responsabilidad de su propio desarrollo.



A diferencia de la enseñanza tradicional, se centra en el crecimiento integral del mentee, abarcando sus facetas intelectual, emocional y social.



El mentor asume el rol de un "guía al costado" en lugar de un "sabio en el escenario", facilitando la transferencia de conocimientos y experiencia.





Características del mentoring

Aprendizaje Dirigido

El mentee define sus propias elecciones y asume la responsabilidad de su desarrollo mediante negociación con el mentor.

Guía y Apoyo

El mentor facilita el descubrimiento y desarrollo de habilidades, en lugar de impartir conocimiento directivo.



Aprender Haciendo

"Escuchar es olvidar, ver es recordar, hacer es entender".
El conocimiento se internaliza a través de la acción.

Independencia

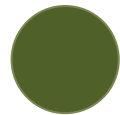
El objetivo es que el mentee se vuelva más autónomo, no dependiente del mentor.





Aplicaciones del mentoring en RRRH

1



Identificación de Potencial

Permite detectar empleados con actitud y aptitud destacadas, incrementando su compromiso y retención.

2



Desarrollo Personalizado

Ofrece apoyo y orientación adaptados a necesidades específicas, acelerando el crecimiento profesional.

3



Fortalecimiento del Liderazgo

Los mentores desarrollan y refuerzan sus propias habilidades de liderazgo al practicar el mentoring.

4



Cultura de Aprendizaje

Promueve un ambiente donde el aprendizaje y desarrollo son valores centrales de la organización.



Desarrollo de habilidades mentoring

Habilidades clave:

- Dominio del conocimiento específico
- Capacidad de modelado
- Habilidad para el feedback constructivo
- Estimulación oportuna
- Pensamiento crítico sin juicio

Estrategias de desarrollo:

- Formación y capacitación específica
- Participación en programas como mentee
- Observación de otros mentores
- Práctica reflexiva
- Solicitar retroalimentación





Tipos de mentoring



Descendente o Tradicional

Un empleado senior guía a uno junior. Transferencia de conocimiento de arriba hacia abajo.



Inverso

Un empleado junior comparte conocimientos con uno senior, especialmente en tecnología o tendencias emergentes.



Grupal

Un mentor guía a varios mentees simultáneamente, fomentando el aprendizaje colaborativo entre ellos.





BIBLIOGRAFÍA (Artículos o e-books con referencias en formato APA)

- Administrar proyectos (Sin fecha). Qué es el coaching y ejemplos para comprenderlo mejor. <https://administrarproyectos.com/que-es-coaching-y-ejemplos/>
- Álvaro A. (Sin fecha). Coaching, coach y coachee: ¿Qué son? ¿Qué diferencia hay?. <https://positivalia.com/coaching-coach-coachee-diferencia/>
- Clemente S. (06 de abril 2022). ¿Qué es un coach? Diferencias con un psicólogo. <https://lamenteesmaravillosa.com/que-es-un-coach/>
- Guerri M. (18 de mayo de 2023). Coaching ¿qué es? Conceptos básicos. <https://www.psicoactiva.com/blog/coaching-que-es-conceptos-basicos/>
- Megaron (10 de abril de 2022). Mentoring como herramienta desarrolladora de talento. <https://www.megaron.com.mx/mentoring-como-herramienta-desarrolladora-de-talento>
- Muñoz J. (14 de noviembre de 2024). La mentalidad de coach: Una clave para el liderazgo inclusivo y empático. <https://www.cocora.io/post/la-mentalidad-de-coach-una-clave-para-el-liderazgo-inclusivo-y-emp%C3%A1tico>
- Plaza Chimalhuacan (Sin fecha). El coaching y su impacto en la mentalidad de empoderamiento. <https://www.cocora.io/post/la-mentalidad-de-coach-una-clave-para-el-liderazgo-inclusivo-y-emp%C3%A1tico>
- Universidad de La Rioja (sin fecha). Mentoring o cómo desarrollo de talento. <https://www.unir.net/revista/marketing-comunicacion/mentoring/>
- Yosen (15 de septiembre de 2024). Habilidades de coachig: Definición, importancia y aplicaciones. <https://saludvital.cl/habilidad/habilidades-de-coaching-definicion-mportancia-y-aplicaciones/>





En Línea

#DesarrollaTuNivelTop



SEMANA 25 COMPLETADA
¡Felicidades!
Éxito en tu evaluación



©Top Learning Online, S.C., 2025.

Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción, difusión o uso sin autorización escrita.