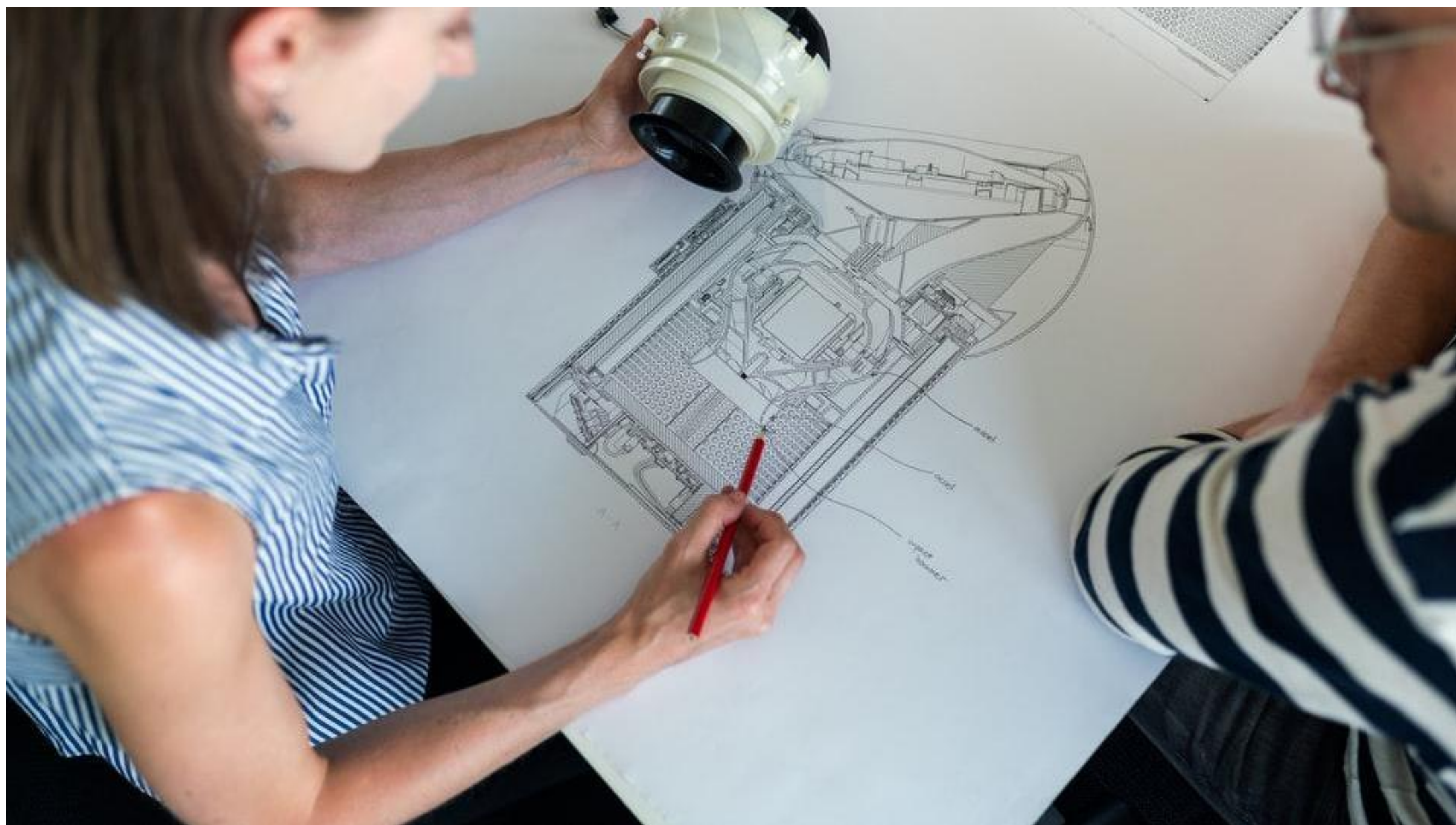


2.5

La persona como centro de la mentoría



La mentoría centrada en la persona es aquella en que la mentoreada es recibida por completo en la pareja con una consideración positiva incondicional, en sus propios términos, y tiene el alcance y la autodirección para trabajar en asuntos personales y profesionales. La mentoreada establece la agenda con respecto a qué temas son prominentes en la discusión y tiene libertad para cambiar de dirección, rechazar y desarrollar ideas.





La mentora/ mentor se cuida de **no exhibir ninguna influencia excesiva**; la mentoría no se trata de contarle a alguien la historia de su vida y su historia profesional y hacer que reproduzca partes de ella en su propio viaje. Tu experiencia puede ser en parte relevante, pero no debe asumir que la mentoreada esté enfrentando los mismos problemas o que esté trabajando en el mismo contexto. Aprecia y escucha su situación única y brinda una nueva perspectiva a la situación.





Nos acercamos a la pareja **respetando la dignidad**; a veces la mentoreada puede tomar decisiones con las que tu no estés de acuerdo, pero tiene derecho a tomar decisiones, tomar riesgos y hacer las cosas a su manera.

Nos acercamos a la pareja **respetando los pensamientos**, las ideas y los planes de la mentoreada. Podemos ayudarla a probar los planes de manera objetiva y a explorar posibles problemas y desafíos, pero en última instancia, si elige un camino que nosotras/os no tomaríamos, le damos el alcance para hacerlo. Nuestro objetivo es apreciar sus valores y validar su experiencia escuchándola y acompañándola en su camino y trayectoria de vida.



Como mentora o mentor, habrá momentos en que necesites ofrecer compasión, apoyo y calidez. Veremos en el diagrama en la siguiente diapositiva, que las necesidades emocionales de una mentoreada (lado derecho del diagrama) pueden requerir un enfoque en el que la escuches, la aconsejes, la apoyes y la cuides en tiempos difíciles. Evaluarás cada situación e identificarás si su enfoque debe ser directivo o no directivo.



Los cuatro estilos básicos de ayudar

Las líneas diagonales que atraviesan los cuadrantes muestran hasta qué punto el mentor/ mentora requiere un enfoque más activo o pasivo. Por ejemplo, si la mentoreada quiere un modelo que le sirva de fuente de apoyo, el mentor/mentora debe proporcionar algunos elementos de apoyo y dirección.

Es posible combinar muchos de estos enfoques y roles dependiendo del tema y las necesidades que se estén tratando.

LOS CUATRO ESTILOS BÁSICOS DE AYUDAR

(Klasen and Clutterbuck, 2002)



Empatía en lugar de simpatía.

Es más útil mostrar empatía en lugar de simpatía. Con empatía puedes apreciar los sentimientos de otra persona sin entrar en ellos. Con simpatía, puedes identificarte completamente con los sentimientos. Si alguien está angustiada, atorada o enojada, no puedes ayudar si también experimentas esos sentimientos. Tu papel es tratar de aportar algo de objetividad y movimiento a la situación.



Visión positiva incondicional

La visión positiva incondicional es un concepto desarrollado por Carl Rogers (Rogers, 1956) que implica un aprecio y aceptación totales de las personas cuando se trabaja con ellas en la mentoría, el coaching y la consejería. El enfoque implica estar presente para la persona, independientemente de lo que diga o haga. En los contextos de mentoría, incluye el enfoque centrado en la persona.



En lo que se refiere a tu comportamiento como mentor o mentora

Como hemos visto en el Módulo 2.3 significa que debes:

- Escuchar con atención, interés y entusiasmo.
- Abstenerte de formular juicios sobre las acciones o afirmaciones de la mentoreada; pero sí puedes manifestar curiosidad y hacer más preguntas para comprender su punto de vista.
- Abstenerte de compartir opiniones personales y de hacer sugerencias directas.
- Evaluar si la mentoreada se está poniendo en riesgo con sus acciones, explorar los puntos a favor y en contra, y ayudar a que tome sus propias decisiones.



Mentoría - una relación de ayuda útil

La mentoría es una relación de ayuda útil, por lo cual se te invita a que...

- Acompañes a la persona.
- Muestres curiosidad.
- Muestres interés.
- Ofrezcas apoyo.
- Escuches, permitas que se prueben ideas.
- Seas abierta, explores y tengas un sentido de indagación.

Los humanos somos teleológicos: interesados en metas, en propósitos, significados, en el progreso, en el desarrollo y aunque a veces nos sentimos truncados nos gusta mejorar y auto-actualizarnos- siempre a partir de cómo lo defina la mentoreada.



Estudio de caso

Andrea es una ingeniera que trabaja en el campo de las tecnologías de energía eólica a escala industrial. Ella está liderando un proyecto que perfecciona el diseño de turbinas para maximizar su eficiencia y confiabilidad, trabajando con una universidad y un fabricante líder en su campo. Eventualmente, el objetivo es crear diseños a escala humana para uso doméstico y en ubicaciones adecuadas.

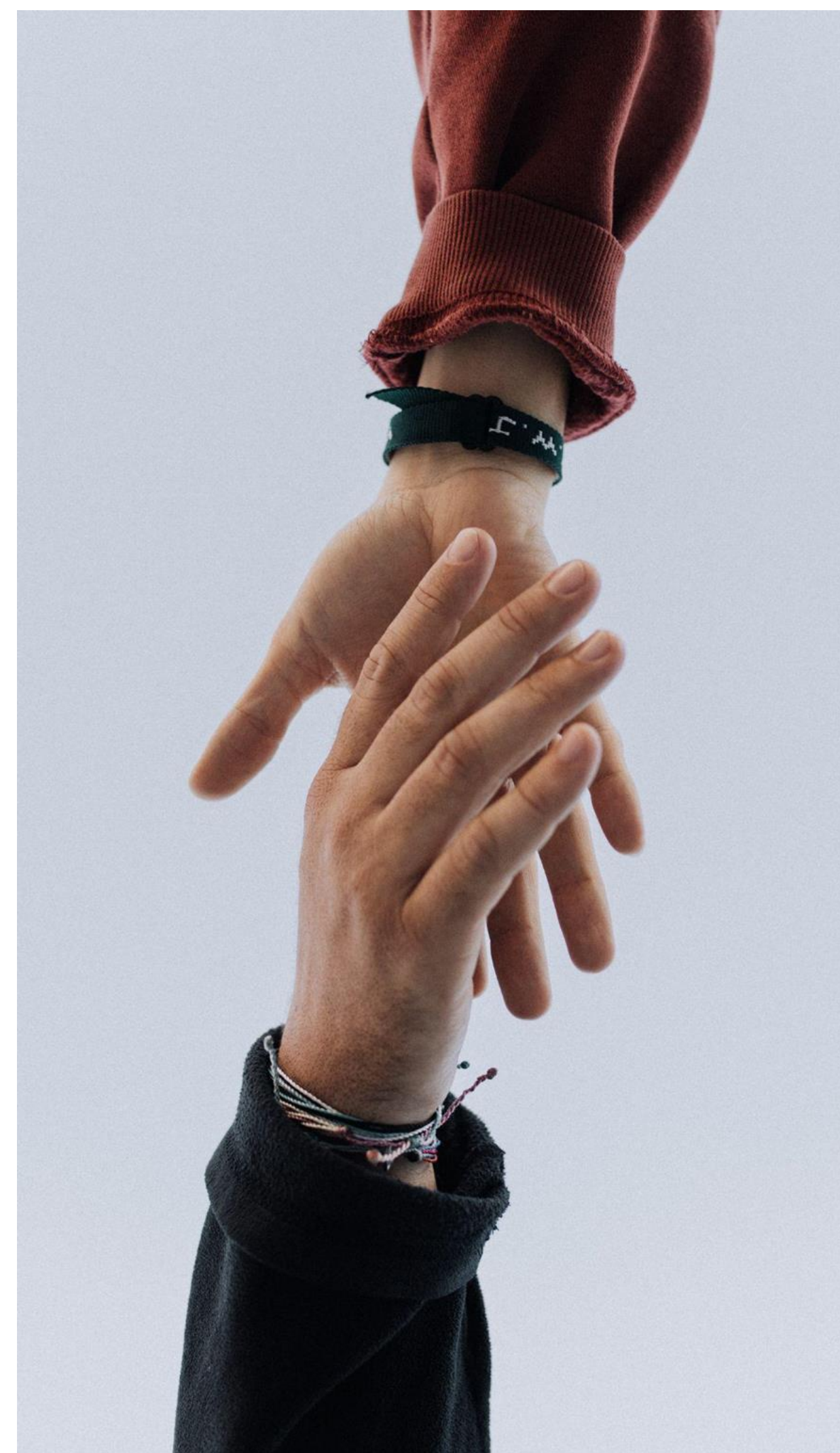
Ella viene a su primer encuentro con su mentora/mentor y llega muy deprimida. Tiene un nuevo gerente que parece echar a perder sus ideas y que no parece apoyar su investigación. Ella siente que el trabajo de dos años ha sido en vano y piensa en irse. Si se marcha, también pondría en peligro todo el proyecto y posiblemente limitaría su carrera.



El rol de la mentora/mentor centrado en la persona

Como mentora/mentor, es posible que puedas ayudar a:

- Despertar la ambición y el impulso.
- Identificar una gama de posibles opciones.
- Brindar apoyo para salir de una zona de confort.
- Ayudar a respaldar los cambios para maximizar la satisfacción laboral.
- Planificar el cómo superar los sentimientos de malestar e insatisfacción.
- Ayudar a alguien a "hacer una pausa y planificar" en lugar de hacer cambios rápidos como una reacción instintiva.



**Gracias al apoyo
generoso del
British Council**

en colaboración con

**CONCYTEC (Perú)
Inova Consultancy
(Reino Unido)**

