

DIFERENCIAS ENTRE 'COACHING' Y 'MENTORING'

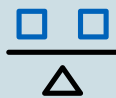
'COACHING'



Trabaja un **tema muy concreto** dirigido al rendimiento en el **puesto de trabajo actual**.



Todo el proceso —que se prolonga entre cinco a siete sesiones— se focaliza en la **tarea**.



La relación que se establece es de **igualdad profesional**.



El **coach** escucha, plantea preguntas, marca objetivos, inspira potencia el autoconocimiento y **otorga autonomía a la hora de tomar decisiones**.

El *coaching* y el *mentoring* comparten la **figura de un entrenador que acompaña durante todo el proceso** de aprendizaje y crecimiento personal. Sin embargo, son técnicas diferentes a la hora de trabajar y se utilizan con fines distintos.



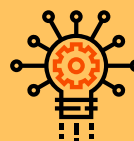
El *mentoring* moldea al profesional pensando en el **medio y largo plazo dentro de la empresa**.



La relación que se establece es de **maestro-discípulo**: el mentor aconseja y es un referente.



El *coaching* se recomienda para afrontar **procesos de mejora y consolidación**.



Todo el proceso —que se prolonga más en el tiempo que en el *coaching* para generar el clima de confianza necesario— se focaliza en la relación, **siendo una de las personas la que cuenta con la experiencia y los conocimientos**.



La principal motivación del mentor es **ayudar a otra persona**, y lo hace a través de consejos y recomendaciones.



El mentor busca **mejorar las capacidades del trabajador** a través del diálogo y la observación.

'MENTORING'