

**MINISERIE PODCAST POR: RTC Y TDR GLOBAL LAC**  
**La mentoría como herramienta para el desarrollo profesional y el fortalecimiento de las redes de investigación en salud**

**EPISODIO 3: DESARROLLO PROFESIONAL CENTRADO EN SOLUCIONES**

**Karen Linares (KL):** Nos alegra saludarlos en un nuevo capítulo de esta serie podcast en la cual buscamos fomentar la Mentoría como un instrumento ideal que aporta significativamente al desarrollo de carrera dentro del complejo campo de la investigación.

El material que compartimos con ustedes está basado en el workshop *Mentoring for success* (Mentoría para el éxito), de la coach experta Antoinette Oglethorpe, quien nos acompaña como invitada a lo largo de la serie.

En el episodio anterior, destacamos algunos aspectos que los mentores y *mentees* deben tener en cuenta al iniciar un proceso de mentoría, y la importancia del enfoque centrado en soluciones para el abordaje de los retos que se presenten en el proceso. *[Encuentra más información sobre cómo diferenciar el enfoque en problemas y el enfoque en soluciones, al final de este documento]*

Este método fue desarrollado por los doctores Mark McKergow y Paul Z. Jackson y busca ayudar a las personas a alcanzar sus metas mediante técnicas orientadas a objetivos. Lo anterior, se recoge en el libro *“The Solutions Focus, transforming change for coaches, leaders and consultants”* publicado por primera vez en el año 2002.

Señalamos, además, que este abordaje busca generar un cambio de mentalidad en el *mentee*, llevándolo a ser activo y dinámico en la búsqueda de soluciones que le permitan avanzar con mayor confianza en sus propósitos.

Hoy conoceremos algunas herramientas prácticas para facilitar su aplicación en el contexto del desarrollo profesional.

Es fundamental que el *mentee* sea consciente de que el timón para conducir su carrera siempre está sus manos, no en las del mentor, por lo tanto, debe estar dispuesto a cambiar y a buscar alternativas que le acerquen a aquello que desea lograr.

Entonces ¿qué tiene que ver esto con el enfoque en soluciones? Pensemos en este enfoque como un inventario interno de los recursos con los cuales contamos y de habilidades que no sabíamos que teníamos. Reconocer nuestras fortalezas es necesario para amplificarlas y alcanzar nuestros objetivos, esto nos permite avanzar incluso ante los obstáculos más difíciles y que pueden parecernos insuperables a través del EMPODERAMIENTO, y esta es la pregunta esencial del enfoque en soluciones: **¿cómo podemos progresar?**

Una de sus grandes ventajas, es que nos conduce a desarrollar las habilidades de liderazgo necesarias para tomar las riendas de nuestro crecimiento. Sin embargo, en un escenario tan complejo como el desarrollo profesional donde nos encontramos con muchas variables que debemos resolver, podemos vernos perdidos o tal vez somos tímidos, e inseguros y preferimos esperar a que alguien nos diga qué hacer. Con relación a esto, le preguntamos a Antoinette cómo podemos desde la mentoría fortalecer esas habilidades de liderazgo.

**Antoinette Oglethorpe (AO):** Creo que un mentor experto puede realmente llegar a conocer a la persona y ver fortalezas que el individuo podría pasar por alto por sí mismo, por lo que, dentro de esa timidez, verá que todavía es un líder por derecho propio y también habrá reconocido que utilizamos el enfoque centrado en soluciones en nuestra mentoría y parte de ese enfoque centrado en soluciones se trata de identificar lo que ya está ahí, lo que ya funciona y hacer más de eso.

Entonces, un mentor hábil podría, por ejemplo, preguntarte Karen si fueras su *mentee*, ¿cuándo organizas a la gente? ¿cuándo eres la persona a la que la gente recurre? Puede ser que en tu círculo social demuestres mucho liderazgo, eres la mariposa social, o eres el organizador, o eres la persona a quien la gente recurre para pedir consejo cuando está molesta, y todas las anteriores son demostraciones de liderazgo. El papel que puede desempeñar un mentor en eso es ayudarte a identificar que ya tienes estas habilidades. En realidad, se trata de llevarlas a un nuevo contexto y cómo puedes hacerlo de una manera que sea auténtica para ti porque el liderazgo tiene que ser auténtico.

Liderazgo es una de esas palabras que dan miedo y que todo el mundo piensa que es algo imposible y para lo cual hay que hacer muchos cursos de formación. El liderazgo consiste en tener una visión clara de lo que se quiere conseguir y que la gente nos apoye para conseguirlo. Ya sea para organizar una fiesta familiar o poner en marcha una estrategia comunitaria, es el mismo concepto, así que creo que una de las cosas que puede hacer el mentor es ayudar a las personas a desarrollar su autoconciencia, su autoconocimiento y la valoración de sus propias fortalezas, y después, ayudarles a aplicarlas en nuevos contextos.

**KL:** Entonces ¿cómo adoptar un enfoque centrado en soluciones para el desarrollo profesional y fomentar habilidades de liderazgo?

En el workshop *Mentoría para el Éxito*, Antoinette nos recomienda cuatro herramientas en las cuales podemos apoyarnos para lograrlo, estas son: **Career Platform** (Plataforma de carrera), **Future Success** (Éxito futuro), **Career Kitbag** (Bolsa de herramientas para la carrera), y **Small Steps** (Pequeños pasos).

Les compartimos una breve descripción de cada una:

**Career Platform** nos pide hacer una evaluación general del estado en el cual nos encontramos en nuestro camino profesional, esto nos permite tener claridades sobre lo que va bien y deseamos conservar, y aquello que queremos que sea diferente. Algunas preguntas orientadoras para hacer esta evaluación son:

- ¿Qué es lo que va bien en tu puesto actual?
- ¿Qué es lo que no te gustaría cambiar?
- ¿Qué te gustaría que fuera diferente y para lo cual estás dispuesto a tomar medidas?
- ¿Qué beneficio obtendrías de esos cambios?
- ¿A quién más afectaría?

La segunda herramienta, “**Future Success**”, propone ver más allá más allá de las metas y los objetivos, es decir, pensar en cómo será tu vida laboral una vez que los hayas logrado. Para ello puedes imaginar que tienes una varita mágica y al agitarla logras desarrollar tu carrera exactamente de la manera que te gustaría. Ahora que has logrado el éxito que siempre deseaste, pregúntate:

- ¿Qué harías día a día?
- ¿Dónde trabajarías?
- ¿Con qué tipo de personas trabajarías y para qué?
- ¿Qué entregarías o producirías y para quién?
- ¿Por qué es eso importante para ti?

Continuamos con “**Career Kitbag**”. Todos tenemos habilidades, cualidades y conocimientos que podemos aprovechar para impulsar nuestra carrera, sin embargo, muchas veces no reconocemos todas las capacidades que están en nosotros mismos. Ten presente que tienes más recursos de los que probablemente te imaginas, identifica y céntrate en todo lo que te ayude a progresar, tus experiencias, logros, habilidades, cualidades. En ese sentido puedes preguntarte:

- ¿Qué experiencias útiles te han ayudado a llegar donde estás hoy?
- ¿Qué habilidades valiosas has desarrollado?
- ¿Qué cualidades positivas y talentos te ayudarán a progresar?
- ¿Qué aportes haces a dentro de tu equipo de trabajo, organización o institución que te diferencian de los demás?

Finalmente, es muy importante que tengas presente que los “**Small Steps**” (Pequeños pasos), pueden generar grandes avances. Comprométete con acciones factibles que te ayuden a progresar por pequeñas que sean. En este punto puedes evaluar:

- ¿Qué acciones emprenderás en los próximos meses que te conduzcan a avanzar hacia tus metas a corto plazo?
- ¿Cuáles son los primeros pasos pequeños para lograrlo?
- ¿Qué apoyo necesitas? y ¿Quiénes pueden ayudarte?

Si deseas afianzar tus habilidades de liderazgo, debes considerarte un experto en tu propia vida y carrera, porque en realidad lo eres. Busca las habilidades, fortalezas, talentos y experiencias que te ayuden a avanzar; evalúa la información y los recursos que te brindan las personas a tu alrededor y

saca el mayor provecho de ellas. **“El cambio se produce constantemente. Nuestro papel (como dueños de nuestras propias carreras) es darnos cuenta de los cambios ÚTILES y amplificarlos”.**

De esta manera finalizamos este episodio, esperamos que las herramientas que hemos brindado hoy les sean de mucho provecho para impulsar sus carreras y fomentar procesos de mentoría en sus instituciones. Agradecemos a Antoinette Oglethorpe, nuestra experta invitada quien muy amablemente nos ha compartido estos valiosos conocimientos. En el siguiente episodio continuaremos explorando más recursos para empoderar y fomentar el liderazgo y lograr relaciones de mentoría sólidas. ¡Hasta la próxima!

\*\*\*

### Información Adicional: Enfoque en problemas vs. Enfoque en soluciones

Si encuentras dificultades para saber cuándo estás aplicando el enfoque en problemas o el enfoque en soluciones, traemos un paralelo con preguntas que te ayudará a identificar las diferencias entre ambos enfoques:

| Preguntas “centradas en el problema”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Preguntas “centradas en la solución”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>→ ¿Cuál es el problema?</li> <li>→ ¿Desde cuándo es un problema?</li> <li>→ ¿Cuándo ha sido el peor momento del problema?</li> <li>→ ¿Cuáles son las principales causas de este problema?</li> <li>→ ¿De quién es la culpa?</li> <li>→ ¿Cuáles son los obstáculos para el éxito?</li> <li>→ ¿Cómo vas a resolver este problema?</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ ¿Qué quieres conseguir?</li> <li>→ ¿Qué pasaría si las cosas fueran perfectamente?</li> <li>→ ¿Qué estás haciendo bien?</li> <li>→ ¿Qué es lo mejor que has hecho?</li> <li>→ ¿Qué salió bien en esa ocasión?</li> <li>→ ¿Qué pequeño(s) paso(s) podrías dar para aprovechar ese éxito?</li> <li>→ ¿Cómo podrían saber los demás que las cosas están mejorando?</li> </ul> |