

# **Coaching, Consultoría y Mentoría**

Hoy en día, las empresas necesitan herramientas que les ayuden a mejorar, crecer y trabajar de manera más eficiente. Tres de las más utilizadas son el **coaching**, la **consultoría** y la **mentoría**. Cada una tiene un propósito diferente, pero todas ayudan a que una empresa o un proyecto funcione mejor. A continuación se explica de forma sencilla qué es cada una y cómo pueden beneficiar a cualquier organización.

## **Coaching**

### **Qué es:**

El coaching es un proceso en el que una persona llamada *coach* ayuda a otra persona o a un equipo a mejorar sus habilidades, establecer metas y encontrar soluciones. El coach no da respuestas directas, sino que hace preguntas para que la persona pueda descubrir sus propias opciones y tomar mejores decisiones.

### **Beneficios para una empresa o proyecto:**

- Ayuda a mejorar el liderazgo.
- Aumenta el rendimiento de los trabajadores.
- Facilita la claridad en los objetivos.
- Mejora el ambiente laboral y la motivación.

## **Consultoría**

### **Qué es:**

La consultoría es cuando un experto analiza una empresa o proyecto, identifica problemas y propone soluciones concretas. El consultor sí da recomendaciones directas basadas en su experiencia y conocimiento.

### **Beneficios para una empresa o proyecto:**

- Permite conocer problemas internos que no se habían visto.
- Ofrece soluciones prácticas listas para aplicarse.
- Ayuda a ahorrar tiempo, recursos y dinero.
- Mejora la eficiencia y la organización.

# **Mentoría**

## **Qué es:**

La mentoría consiste en que una persona con más experiencia, llamada mentor, guía y apoya a alguien con menos experiencia. El mentor comparte consejos, conocimientos y aprendizajes que ha obtenido a lo largo de su trayectoria.

## **Beneficios para una empresa o proyecto:**

- Acelera el crecimiento y aprendizaje de las personas.
- Permite aprender de la experiencia real del mentor.
- Reduce errores y dudas en tareas importantes.
- Ayuda a desarrollar habilidades personales y profesionales.