INFORME DE MENTORÍA INDIVIDUAL, INTEGRANTES DE LA MESA DE AGUA, SANEAMIENTO Y SERVICIOS PÚBLICOS DE BUENAVENTURA - MASSBUEN

CONTRATO No. 920 DE 2024

MINISTERIO DE VIVIENDA, CIUDAD Y TERRITORIO

Lorena Campaz

Beta Group

INFORME DE MENTORÍA INDIVIDUAL

1. Información general de la mentoría individual
2. Objetivos de la sesión y tema tratado
3. Resultados de la mentoría
4. Seguimiento y próximos pasos
5. Observaciones adicionales

Anexos

1. Información general de la mentoría individual.	
Nombre del mentor	Harold Lizarazo
Nombre del mentee	Lorena Campaz
Entidad u organización representada	Vallecaucana de Agua S.A. - ESP.
Fecha de la sesión	11/20/2024
Duración de la sesión	40 minutos
Número de la sesión	6

2. Objetivos de la sesión y tema tratado.

2.1. Objetivos propuestos para la sesión y cómo fueron alcanzados.

Ayudar a Lorena a desarrollar habilidades de gestión emocional para mejorar su bienestar personal y profesional, enfocándose en cómo reconocer, comprender y regular sus emociones, y cómo utilizar esta habilidad para liderar equipos de manera más efectiva tanto en la Mesa de Agua como en otros proyectos.

Los objetivos fueron alcanzados mediante una introducción a las emociones y cómo afectan nuestra toma de decisiones y nuestra interacción con los demás. Se exploraron técnicas como la autorregulación emocional, la empatía y la comunicación asertiva. Lorena participó en ejercicios prácticos que involucraron la identificación de emociones en diferentes situaciones y la aplicación de técnicas para manejarlas de manera constructiva.

2.2. Temas tratados, preguntas o problemas planteados durante la sesión.

Se discutieron los componentes clave de la gestión de emociones, como la autoconciencia emocional, la regulación emocional y la empatía. Lorena planteó preguntas sobre cómo manejar las emociones en momentos de alta presión y cómo mantener un equilibrio emocional mientras lidera a su equipo. También discutieron la importancia de la comunicación asertiva para expresar emociones de manera saludable.

3. Resultados de la mentoría.

3.1. Habilidades desarrolladas o fortalecidas, decisiones tomadas o compromisos acordados y retos identificados durante la sesión.

Se fortalecieron las habilidades de Lorena en autorregulación emocional, empatía y comunicación asertiva. Lorena se comprometió a aplicar las técnicas de gestión emocional en situaciones de estrés o conflicto, tanto en su trabajo como en su vida personal. Un reto identificado fue cómo gestionar las emociones de los demás en su equipo, especialmente en momentos de crisis o alta tensión.

4. Seguimiento y próximos pasos.

4.1. Acciones a realizar por el mentee y por el mentor para la próxima sesión individual.

Lorena debe practicar la autorregulación emocional en situaciones de alta presión, utilizando las técnicas aprendidas para mantener el equilibrio emocional. El mentor revisará cómo Lorena maneja las emociones en situaciones reales y proporcionará retroalimentación sobre cómo mejorar su capacidad para gestionar tanto sus emociones como las de su equipo.

5. Observaciones adicionales.

5.1. Evaluación del mentor.

La sesión fue productiva para ayudar a Lorena a comprender la importancia de la gestión de emociones y cómo aplicarlo para mejorar su liderazgo. Como mentor, observé que Lorena mostró una actitud reflexiva y un deseo genuino de mejorar su inteligencia emocional. Será necesario un

seguimiento para asegurarse de que Lorena pueda integrar estas habilidades en su vida diaria y liderar de manera efectiva.

5.2. Otras observaciones.

Lorena está haciendo progresos en la comprensión y aplicación de la gestión emocional. Se recomienda que continúe reflexionando sobre sus emociones en diversas situaciones y que se enfoque en mejorar la empatía hacia su equipo. La práctica constante le ayudará a desarrollar una mayor conciencia emocional, lo que le permitirá liderar con más eficacia y tener un impacto positivo en su equipo.

Anexos.

https://storage.tally.so/private/Sesion-lorena-6.png?id=9QAX95&accessToken=eyJhbGciOiJIUzI1NiIsInR5cCI6IkpXVCJ9.eyJpZCI6IjlRQVg5NSIsImZvcm1JZCI6IndvZHhCYiIsImlhdCI6MTczMjkwMzQ0MX0.7s1nLOqpZswM24FH_refm6hAPseONCDPfMjGjoImKUM&signature=53ace0897312657851117ed28ea0367311f6d6ffa70e25e7d1069c38b50b939c1