

Confidencialidad y confianza

Generar confianza es clave para una relación de mentoría sólida. Esta actividad te ayuda a reflexionar sobre la confidencialidad, hablar sobre su importancia y crear acuerdos claros con tu mentorizada para garantizar un espacio de mentoría seguro y respetuoso.

Proceso:

1. Reflexión sobre el fomento de la confianza (10-15 min)

- En grupo: Sentaos en círculo y compartid ejemplos de ocasiones en las que se respetó o se violó la confidencialidad (sin nombrar a personas concretas).
- Discusión: ¿Cómo afectó la confidencialidad a la confianza? ¿Qué se podría haber hecho mejor?
- Individualmente: Reflexionad sobre una situación en la que la confidencialidad fuera importante en un entorno de mentoría o profesional. Escribid las lecciones aprendidas y cómo se vio afectada la confianza.

2. Definir la confidencialidad en la mentoría (5-10 min)

- Discutid o reflexionad sobre: ¿Qué significa la confidencialidad en vuestra relación de mentoría?
- Identificar los temas clave que deben permanecer privados (por ejemplo, retos personales, preocupaciones profesionales).

3. Crear un acuerdo de confidencialidad (5-10 min)

- En grupo: Trabajad juntos para crear un acuerdo de confidencialidad que describa lo que se mantendrá en privado y cómo se mantendrá la confianza. Puede ser escrito o visual (por ejemplo, un póster).
- Individualmente: Redacta una declaración de confidencialidad sencilla para ti mismo y discútela con tu mentorizada en la próxima sesión.

Pregunta para la reflexión:

- «Piensa en un momento en el que alguien depositó su confianza en ti. ¿Qué medidas tomaste para mantener la confidencialidad y el respeto?».
- Diario o debate:
 - Escribe tus reflexiones personales en un diario.
- Debatid en parejas o en grupos para compartir ideas y estrategias clave para fomentar la confianza.

