

O QUE É COACHING?

Por: Impulsione sua Vida



Coaching é um processo com foco 100% em solução, visa apoiar a pessoa que busca um desenvolvimento seja, com foco pessoal ou profissional.

Há diversas teorias sobre a origem do termo "coach" no contexto do desenvolvimento de pessoas, mas, em algum lugar da história, ele compartilha um ancestral comum com o verbo em inglês "coax", que significa persuadir. O profissional de coaching atua como um estimulador externo que desperta o potencial interno de outras pessoas, usando uma combinação de flexibilidade, insight, perseverança, estratégias, ferramentas pautadas em uma metodologia de eficácia comprovada e, então, o Coach (Profissional) acompanha seu Coachee (Cliente), demonstrando interesse genuíno (às vezes chamado de carisma) para apoiar os seus clientes de Coaching (Coachees) a acessar seus recursos internos e externos e, com isso, melhorar seu desempenho.



Além dessa definição, há outras interpretações sobre a função, o comportamento e as características de um coach. Dependendo das circunstâncias, é possível que o coach precise adotar estilos muito diferentes a fim de atender às necessidades de seus coachees. Entre os fatores que podem influenciar na abordagem de coaching estão a complexidade da meta, os riscos de erro na realização da tarefa, o nível inicial de disponibilidade para o coaching por partes dos integrantes da equipe, sua autoconfiança e capacitação para a tarefa e o nível de maturidade para a aprendizagem demonstrado pelo coachee (até que ponto ele se mostra capaz de cogerenciar o processo de coaching).



O processo de coaching busca aprimorar o desempenho das pessoas e sua capacidade de aprender. Implica fornecer feedback, mas também usa outras técnicas, como motivação, questionamentos eficazes e a adequação do estilo de gerenciamento do coach à prontidão dos coachees para dedicarem-se a uma determinada tarefa. Esse processo baseia-se em ajudar o coachee e se ajudar por meio de uma interação dinâmica – o coaching não depende de só uma pessoa que diz o que ou como fazer e que dá as instruções. Max Landsberg.

Destrava o potencial da pessoa para maximizar o próprio desempenho, ajudando-a a aprender em vez de ensinar-lhe alguma coisa. Sir Jonh Whitmore.



Desenvolve as habilidades e o conhecimento de uma pessoa para que melhore seu desempenho profissional, a fim de que sejam alcançados os objetivos da organização. Tem como propósito efetivar um alto nível de atuação e progresso no trabalho, embora também possa ser impactado na vida privada do indivíduo. Geralmente tem curta duração e focaliza habilidades e metas específicas. Marian Thier.



Na publicação norte-americana Coaching Insider, encontramos muitas outras definições, tais como as seguintes:

Forma de treinamento na qual o supervisor ou o gerente modela ou demonstra um comportamento ou tarefa e usa feedback para orientar o empregado enquanto ele pratica o comportamento ou realiza a tarefa.

É o processo de fornecer instruções, diretrizes, feedback e apoio a fim de aprimorar o desempenho e os resultados.



O coach fornece apoio, encorajamento e ajuda na conquista de habilidades para a vida diária. Fornece diretrizes, feedback e orientação para assegurar um bom desempenho.

Estratégia usada para ajudar o coachee a realizar plenamente seu potencial e atingir suas metas. O coach, primeiro, ajuda a definir as metas e, depois, apoia o coachee para que ele possa alcançá-las, implementando uma estratégia e assistindo-o para que se mantenha dentro dela. O processo de coaching ajuda a equilibrar trabalho, vida familiar e obrigações sociais, como o lazer e as práticas espirituais.



O processo de coaching é essencialmente uma conversa, um diálogo que envolve você e eu, num contexto produtivo e orientado a resultados. Nessa conversa, que procede com a formulação de perguntas relevantes em momentos críticos, posso encorajar e apoiar o coachee para que enxergue as situações por novos ângulos e seguindo estratégias diferentes.

Coaching está relacionado a manifestar seu melhor desempenho por meio da assistência individual e privada, ministrado por alguém que irá desafiá-lo, estimulá-lo e orientá-lo a continuar crescendo.



O processo de coaching oferece um contexto seguro no qual os coachees podem identificar o que está funcionando e o que não está, experimentar novos comportamentos e aprender com suas experiências.

O coach ajuda as pessoas a identificarem metas específicas e a alcançá-las mais rápida e facilmente. Fornece ao coachee as ferramentas, as perspectivas e as estruturas necessárias para realizar mais, dentro de um processo de responsabilização. Realinha as crenças e estabelece um ponto sobre o qual o coachee deverá refletir.



Coaching é um processo sistemático, colaborativo, focado em soluções e orientado a resultados no qual o coach facilita a evolução do desempenho, do bem-estar, da aprendizagem dirigida à própria pessoa e do desenvolvimento particular de indivíduos, grupos e organizações que não apresentem problemas mentais clinicamente significativos ou níveis anormais de padecimento psicológicos. Serviço Psicológico de Coaching.

Autor: Sullivan França

Atual Presidente da Sociedade Latino Americana de Coaching, Sullivan França é Master Coach Trainer por meio da International Association of Coaching Institutes.