



# O papel do coach no processo de desenvolvimento humano

Ana Elisa Moreira-Ferreira

Fga. Ma. Coach e Consultora em Comunicação Humana  
Diretora Executiva da Univoz

Você provavelmente já deve ter ouvido a palavra coche. Trata-se de um empréstimo da língua francesa para designar uma carruagem bastante comum no séc. XIX e início do séc. XX. Bom, a palavra coach, do inglês, significa a mesma coisa. Acontece que a vida das palavras é algo muito curioso. Os coches não mais são utilizados, mas o significado permaneceu solto. Figurativamente, coach passou a significar tutor, mentor, treinador, orientador, ou seja, de alguma forma continuou sendo aquele que leva alguém a algum lugar.

Acontece que no *coaching*, o coach (profissional) não leva sozinho o seu coachee (participante do processo) até sua meta e, sim, divide com ele essa responsabilidade, pensando juntos em novos caminhos, auxiliando a rever novas rotas, e ajudando ele a enxergar quais são as melhores opções. Na Univoz, sempre que inicio um processo de *coaching*, tenho que pensar em como vou contribuir para o futuro do meu coachee. Para onde ele irá e como eu o acompanharei nesse processo. Por isso, não se trata de transportar e, sim, de contribuir.

Sempre penso no *coaching* como um exercício de compreender o presente para planejar o futuro. A psicoterapia, por exemplo, faz o caminho inverso: é um exercício de rever o passado para compreender o presente, para saber quem você é (também pensa no futuro). O *coaching* é um processo de desenvolvimento humano, para se chegar onde se planeja. Sua função é a tomada de consciência sobre você mesmo e sobre onde você quer chegar, estabelecendo compromissos fortes com a mudança necessária e as estratégias para que elas aconteçam. Essa é uma ideia fundamental, pois é ela que irá permear todo o processo.

Sendo assim, para mim, o *coaching* é um processo de aperfeiçoamento e transformação de diferentes dimensões humanas, o qual contribui para os desafios que estão por vir, para que você atinja uma meta e esteja sempre focado em suas realizações. Pode ser aplicado como **coaching executivo** ou coaching de **liderança**, geralmente com foco em aperfeiçoar o modo como você lidera uma equipe, desenhar os passos e metas para que você mude de cargo e cresça na carreira, e saber equilibrar seus interesses pessoais com as necessidades de sua empresa. Ou como **coaching de comunicação** com foco grande nas habilidades de relacionamento interpessoal, estilos de comunicação para que você se torne um profissional melhor e mais bem percebido dentro das organizações. Esses são apenas alguns exemplos de como o *coaching* pode funcionar para uma pessoa.

Para atingir esses objetivos, o *coaching* é pensado de um modo que tire você da zona de conforto e te coloque num foco positivo, isto é, que você perceba para onde está indo, sem pensar exclusivamente nos contratempos ou nos problemas que esse objetivo pode trazer. Por isso, o processo todo é construído

a partir de um projeto de desenvolvimento. Esse projeto é pensado geralmente com 12 encontros, em cada um deles coach e coachee estruturam as metas e as tarefas que ajudarão a cumprir a meta planejada, e o coachee passa a executar determinadas tarefas ou comentar resultados de tarefas anteriores, justamente para que o coach possa apoiá-lo e incentivá-lo na manutenção dessa rota, acompanha-lo em seu progresso e contribuir para os realinhamentos necessários para se atingir os objetivos pretendidos.

Um ponto muito importante nesse processo é este projeto de desenvolvimento, mas ele não é pensado de modo hierárquico. Quer dizer, o coachee irá ajudar a estabelecer os caminhos de uma forma que combine com ele, com os seus objetivos e, é claro, com suas características. Assim, o projeto pensa na autonomia do coachee, tanto para descobertas, quanto para mudanças. Nesta etapa, o coach se torna um catalisador dessas mudanças, ele orienta, apoia, contribui para que o coachee encontre as melhores opções, sem induzi-lo, sem convence-lo de que aquela é a melhor opção, mas incentivando a percorrer caminhos positivos.

O processo de Coaching traz resultados rápido e mensuráveis para sua comunicação, liderança e desempenho profissional. Quer saber mais? Fale com a Univoz sobre nossa consultoria para o Desenvolvimento de Líder e Coaching Executivo e o processo de Coaching de Comunicação.