

O QUE É COACHING



Coaching foi definido de muitas maneiras. A essência do coaching é: Ajudar a pessoa a mudar na maneira que ela quer, ajudando-a a caminhar na direção que ela quer ir. O coaching apóia a pessoa em todos os níveis do processo de tornar-se quem ela quer ser e ser o melhor que ela pode.

*O coaching leva a tomada de consciência
Potencializa escolhas e leva a mudanças.
Ele libera o potencial da pessoa para maximizar o desempenho.
O coaching, mais do que ensinar, ajuda às pessoas a aprender.*

Tradicionalmente, o coaching tem sido associado com os esportes. Todo atleta de alto nível tem um coaching. Nos últimos anos, o coaching tornou-se aplicável a outras áreas, como negócios e outros aspectos da vida, bem como nos esportes. Agora está se tornando comum ter um coach para ajudar a atingir metas na vida e no trabalho.

Esta ampla aceitação do coaching pode ser conectada com a influência do livro de Timothy Gallwey, *The inner game of tennis* publicado em meados dos anos 70. Embora, Gallwey fosse um coaching profissional de tênis, ele aplicou as idéias do coaching esportivo de uma maneira muito mais ampla e assim elas se tornaram universalmente relevantes. Ele manteve os melhores aspectos do coaching esportivo: ajudar a pessoa a conseguir o seu melhor desempenho de uma maneira não crítica. Tim Gallwey continuou a escrever outros livros sobre o jogo interno - onde os oponentes reais não são o competidor, mas nossas próprias limitações e fraquezas. O jogo interno é jogado para sobrepujar hábitos mentais que inibem o melhor desempenho.

O coaching é uma parceria entre o coach e o cliente.

O coaching ajuda o cliente a atingir o seu melhor e a produzir os resultados que ele quer na sua vida profissional e pessoal. Coaching assegura que o cliente possa dar o melhor de si, aprender e desenvolver-se da maneira que ele quer.

O coach não precisa ser um expert no campo de trabalho do cliente.

Os Coaches da ICC...

- Compartilham a mesma filosofia e tem linguagem comum para exercer e falar sobre coaching. Este link os conecta com coaches do mundo todo.
- Ajudam a indivíduos e organizações a desenvolver-se mais rápido e produzir resultados mais satisfatórios.
- Focalizam e trabalham com os objetivos escolhidos pelos clientes. Eles modelam seu coaching, para um cliente particular e suas necessidades.
- Focalizam nos valores dos clientes e os ajudam a vivenciar esses valores, enquanto alcançam seus objetivos. Oferecem novas perspectivas à seus clientes.

- Elicitam os recursos e estratégias do cliente. O Coach tem as perguntas, o cliente tem as respostas. O cliente faz o trabalho e alcança seus objetivos. O coach é um recurso.
- Estabelecem confiança e rapport com seus clientes.
- Desenham tarefas para ajudar o cliente à alcançar seus objetivos , superar suas limitações percebidas e testar suas crenças e idéias sobre o mundo, sobre outras pessoas e sobre si próprio.

É útil distinguir entre coaching e atividades similares.

Mentoring

Mentoring é quando um colega sênior, considerado uma pessoa com mais conhecimento e mais sabedoria, dá conselhos e funciona como modelo. O mentoring envolve uma ampla gama de discussões que podem não estar limitada apenas ao contexto do trabalho. Um mentor é um “padrinho” com grande experiência profissional no campo de trabalho do cliente.

Tanto o mentoring como o coaching estão relacionados, principalmente, com realizações no presente e no futuro.

Aconselhamento

Aconselhamento é trabalhar com um cliente que se sente desconfortável ou insatisfeito com sua vida. Ele está procurando direção e conselhos. O conselheiro trabalha de forma remediativa o problema do cliente.

Terapia

Terapia é trabalhar com um cliente que procura alívio para sintomas físicos e psicológicos. O cliente quer a cura emocional e o alívio do sofrimento mental.

O motivo para cliente para entrar em terapia ou aconselhamento, em geral, é livrar-se da dor e do desconforto, mais do que ir em direção aos objetivos desejados. O coaching não é remediativo, ele é generativo. A terapia e o aconselhamento, mais do que o coaching, tendem a se envolver mais com a compreensão e a trabalhar mais com experiências passadas.

Treinamento

O treinamento é o processo de adquirir conhecimento ou habilidade através do estudo, experiência ou ensino. O treinador é, por definição, um expert e o treinamento, provavelmente, tem por alvo habilidades específicas e resultados imediatos. O treinamento, em geral, é de um para muitos em vez de ser um a um.

Consultoria

Um consultor oferece conhecimento e experiência e resolve problemas de negócios, ou desenvolve o negócio como um todo. O consultor lida com a organização como um todo ou com partes específicas e não com pessoas dentro da organização. Os consultores somente indiretamente afetam as pessoas individualmente.

Ensino

O ensino passa o conhecimento do professor para o aluno. O professor sabe algo que o estudante não sabe. O oposto é verdadeiro no coaching. O cliente é o expert e ele tem as respostas, não o coach.