

Artigo de Opinião

Pistas para um Percurso profissional em Coaching

Aida Chamiça

Num contexto em que proliferam empresas e coaches independentes - uns com qualificações e outros sem elas – está na ordem do dia o desafio da diferenciação e da construção de uma identidade profissional sólida e credível.

Apresento neste artigo de opinião as etapas que hoje são claras para mim, quando olho para trás.

Trata-se de uma visão muito pessoal, que tenho partilhado com amigos e conhecidos e conhecidos de conhecidos que me procuram com o propósito de ter algumas pistas para um percurso profissional em coaching. Costumo responder que não sei a resposta. Sei apenas partilhar o que aprendi. E isso faço com muito prazer. Se servir a uma pessoa que seja, já valeu a pena.

Convido-vos a ler a partir de um espaço de grande conexão convosco próprios, em que naturalmente irão incorporar o que vos servir e deixar cair o que não ressoar.

Pistas para um Percurso profissional em Coaching

por Aida Chamiça

Etapa 1 – Formação ACTP

A formação em coaching, num curso acreditado ACTP pela International Coach Federation, é a primeira etapa do caminho.

Em Língua Portuguesa há uma boa oferta de cursos ACTP presenciais. Há também alternativas on-line, mas noutras línguas, designadamente em Inglês. Encontrará mais detalhes no site da ICF Portugal em www.icfportugal.com ou então no site da ICF internacional em:

<http://www.coachfederation.org/credential/landing.cfm?ItemNumber=2106&navItemNumber=579>

Estes cursos têm um mínimo de 125 horas em sala (presencial ou virtual) e horas de treino em coaching como parte da formação inicial do Coach. Todos os alunos têm também *mentoring* e obtém *feedback* sobre a sua prática de coaching, havendo no final do curso um exame teórico e prático.

A conclusão, com sucesso, do Curso ACTP é condição indispensável para iniciar a carreira que poderá conduzir a cada um dos níveis de certificação da ICF: Coach Associado (ACC), Coach Profissional (PCC) e Coach Master (MCC).

Etapa 2 – “Estágio Profissional”

É comum o Coach concluir o ACTP e ter elevadas expectativas de começar de imediato uma prática profissional intensa. Não é o que a realidade demonstra, salvo raras exceções.

O risco de abandonar a atividade profissional e abraçar uma carreira de coaching, assim que conclui a formação, é muito elevado. Construir uma carreira e uma reputação profissional leva tempo. A não ser que tenha uma escola de coaching ou uma empresa que lhe assegure algum volume de trabalho, tenha em conta que terá de angariar os seus próprios clientes e fazê-lo pode levar tempo.

A minha recomendação é que olhe para o seu primeiro ano de atividade, como um ano de estágio. É um período de grande aprendizagem e pode ser uma etapa muito gratificante. Está a ganhar musculatura, confiança em si e no processo e a confrontar-se com desafios novos. É natural sentir dúvidas, inseguranças e até questionar-se sobre se terá tomado uma boa decisão. Este estágio faz parte de qualquer início de carreira.

Esta é uma etapa cheia de possibilidades, em que estará a explorar, a definir-se, a fazer os seus projetos de futuro, a rasgar alguns rascunhos até o projeto ficar amadurecido. Pode ser uma boa opção contratar um programa de coaching para o suportar neste percurso. Na formação teve muitas vezes a experiência de ser coachee, mas fazer um processo completo com um profissional mais experiente poderá ajudá-lo a configurar o seu próprio modelo de coaching, para além de o apoiar na definição do seu projeto profissional.

Durante esta fase, pode ser uma boa ideia fazer um desconto comercial, para aumentar o número de clientes e praticar, praticar, praticar. E, claro, para poder alcançar o número mínimo de 100 horas de coaching para se candidatar ao nível ACC, se for um objetivo seu.

A candidatura a qualquer dos níveis de certificação da ICF requer o preenchimento de um *coaching log*, com as horas de coaching que fez, o contacto do cliente e a duração do programa. Comece a preenchê-lo desde logo. Acredite que lhe vai poupar muitas dores de cabeça e horas de trabalho mais tarde. O site da ICF disponibiliza um formulário para o *coaching log* em:

<http://coachfederation.org/credential/landing.cfm?ItemNumber=2144&navItemNumber=3433>.

Caso tenha entre os seus clientes, pessoas com quem tem maior proximidade e confiança, pode ser uma boa ideia pedir autorização para gravar as sessões, que pode vir a partilhar com o seu mentor. No pedido de autorização pode querer explicitar esta possibilidade, mesmo que não tenha ainda um mentor a acompanhá-lo. Estas gravações poder-lhe-ão ser muito úteis no processo de aprendizagem. Ouvir as sessões é um excelente exercício de melhoria contínua. Recomendo que este acordo com o cliente seja feito por escrito e tenha uma cláusula de confidencialidade explícita – mesmo que seja redundante com o Código de Ética da ICF que terá partilhado com o cliente na fase inicial do programa de coaching.

Não aconselho que faça sessões de coaching gratuitas. Essa opção acaba muitas vezes por ser contraproducente, por reduzir o nível de compromisso e empenho do coachee no processo, podendo colocar em risco os resultados do coaching.

O recurso a um programa de mentoring será indispensável se planeia candidatar-se durante este período ao nível ACC. O mentoring foca-se em apoiá-lo na análise da sua prática profissional, fornecendo-lhe feedback valioso para melhorar a performance global e as competências-chave da ICF onde está menos à vontade. Há já muitos coaches em Portugal que oferecem excelentes serviços de mentoring profissional, veja a lista de mentor coaches registados na ICF Portugal em <http://icfportugal.com/torne-se-membro/mentor-coaches-registados/>

Etapa 3 – Profissional de Coaching! :-)

Se se autorizou a ter o seu período de estágio, acolhendo o *não saber* como estímulo para a descoberta, acredite que chegará muito mais depressa a esta sensação interna, de ser verdadeiramente um profissional de coaching.

Os medos e inseguranças estarão muito mais pacificados. Terá feito descobertas significativas que o ajudam a ter uma identidade própria como Coach. Sentir-se-á preparado para o próximo desafio. Crescer, crescer muito, crescer sempre. As 11 competências chave estarão agora interiorizadas. Estará consciente das suas competências mais fortes e naturais. Estará vigilante e a fortalecer as competências que não estão ainda no nível de excelência que pretende alcançar.

Se alcançar o nível de certificação PCC ou MCC faz parte dos seus planos, comece desde logo a analisar os critérios de candidatura e a reunir os requisitos, para estar pronto quando chegar o momento.

Esta tabela que se encontra publicada no site da ICF Portugal pode ser uma boa ajuda: <http://icfportugal.com/wp-content/uploads/Matriz-das-competencias-EN.pdf>

A inserção num grupo de Supervisão ou a contratação de um Supervisor para sessões individuais poderá ser uma opção, caso queira ampliar a eficácia do seu trabalho e entrar num percurso de melhoria contínua, de que sairá profissional e pessoalmente muito beneficiado. As sessões de Supervisão permitir-lhe-ão refletir sobre a sua prática de forma distanciada, com o apoio de um Coach mais experiente ou Supervisor e aprender também com a reflexão do grupo (se fizer supervisão em grupo), num quadro de confidencialidade e encorajamento para aceder ao seu potencial e ao potencial do coletivo, para aceder a outros níveis de consciência e de recursos de coaching.

A International Coach Federation incorporou esta recomendação no seu site, ao constatar que em diversos países, são as próprias empresas que incluem no processo de contratação de serviços de coaching, este requisito: o Coach está em Supervisão? Quem é o Supervisor?

O país mais avançado nesta matéria é o Reino Unido e vamos seguramente aprender muito com a sua prática de muitas décadas. Acredito que mais cedo que tarde, esta tendência de mercado irá chegar a Portugal. E faz-me todo o sentido. A “SUPER Visão” é um espaço de crescimento e expansão, que permite dar saltos de qualidade muito significativos de performance de qualquer Coach, por muito experiente que seja.

As Escolas de Coaching que têm programas de formação certificados pela ICF, para além de formarem profissionais de excelência, encorajam e suportam o

desenvolvimento pessoal inerente às qualidades de ser que um Coach precisa de ter, para dar o seu melhor.

Depois da formação, está totalmente por sua conta. Aproveite bem esse tempo. Invista em si e na qualidade do coaching que faz.

E aprecie a viagem, em muito boa companhia!

Aida Chamiça, MCC

Sobre a Autora:



Executive e Team Coach (MCC), iniciou a sua carreira como Coach em 2003, contando com mais de 5000 horas de experiência em clientes empresariais de diferentes indústrias (banca; consultoria; saúde; construção civil; telecomunicações; administração pública), em Portugal, Angola e Brasil, bem como coaching à distância com executivos expatriados.

Aida Chamiça frequentou formação avançada e contínua em coaching skills, nomeadamente no Masterful Coaching Training Program, College of Executive Coaching, Califórnia, USA, e em Organization & Relationship Systems Coaching, Augere CTI, Madrid, Espanha.

É Diretora de Formação (Cursos certificados ACTP pela ICF) na International Coach Academy – escola de coaching on-line, sediada na Austrália. Foi formadora em cursos de formação em coaching certificados ACSTH e ACTP pela ICF (Coaching de Indivíduos, Equipas e Organizações) em Portugal desde 2012.

Foi Senior Manager na Accenture até 2003 (Responsável da Área de Competência de Human Performance and Organization no sector das Telecomunicações da organização).

Contactos: LinkedIn [Aida Chamiça](#)