

Artigo de Opinião

As opiniões expressas neste artigo são da exclusiva responsabilidade do seu autor e não representam necessariamente a opinião da ICF Portugal.

“I doubt therefore I coach”

Acedi sair da minha zona de conforto e aceitar o desafio de escrever um artigo para o site da ICF Portugal. Não que a escrita me provoque alergia, mas sim, talvez uma certa dúvida face a tão bons e pertinentes artigos que aqui pude encontrar.

Resolvi então pegar nesta característica que sinto (quem sabe, por crença) e transporta-la, juntamente com outras, para este palco de reflexão: a dúvida, a vulnerabilidade e o receio.

Escolhi este tema porque o considero importante, presente e peça fundamental no desenvolvimento da maturidade profissional de um coach, independentemente dos anos de experiência que transporta consigo.

Ao longo dos processos de coaching que co-construímos com os nossos clientes, certamente que ocorrem momentos críticos suficientes que valham a pena ter espaço de reflexão pela nossa comunidade profissional.

- Se somos coaches por que razão temos dúvidas sobre as nossas práticas de coaching?
- Qual a melhor forma de aprender a partir dos nossos próprios momentos críticos?
- Como podemos relacionar-nos bem com esta vulnerabilidade profissional fazendo dela uma aliada dessas mesmas práticas?

Todas as pessoas têm dúvidas, todos os dias, e isto acontece porque a vida é repleta de incógnitas e possibilidades logo, ninguém é imune. Atrevo-me mesmo a afirmar que não existe nada como uma “bela dúvida a acicar-nos a mente, para termos um furo na nossa tranquilidade”. E ter dúvidas a proliferarem na nossa mente não faz de nós, nem um “*doubtaholic*” (viciado em dúvidas), nem um “*doubder*” (especialista em dúvidas), antes, encoraja-nos e estimula-nos a repensar um facto, uma pessoa ou uma questão. Ou seja, a melhorar!

Esta reflexão transporta-me inevitavelmente para um conto judaico que muito aprecio e que partilho agora convosco:

“Havia um rabino que era adorado por toda a sua comunidade. Sempre que falava, todos ficavam encantados com a sabedoria espelhada nas suas palavras. Todos, menos Isaac que não perdia uma oportunidade para o contradizer, apontar falhas às suas interpretações ou desafiar as suas certezas. Os restantes membros da comunidade mostravam-se sempre muito revoltados com Isaac, mas não conseguiam demovê-lo da sua atitude.

Um dia Isaac morreu. Durante o enterro a comunidade notou que o rabino se encontrava profundamente triste.

- Qual a razão para tão profunda tristeza? – Questionou alguém. – Isaac passava o tempo a questionar e a por em causa tudo aquilo que o senhor dizia...

- Sabes, não lamento a partida do meu amigo, que hoje está no céu. – Respondeu o rabino. – Lamento por mim mesmo. Enquanto todos vós me reverenciavam pelo que dizia, ele desafiava-me constantemente e eu era obrigado a melhorar. Agora que ele partiu, tenho medo de parar de crescer.”

De facto, o verdadeiro conhecimento é aquele que permite a discussão e a dúvida. E foi isso que senti e encontrei desde o primeiro dia em que entrei no lindíssimo *Storytailors Store & Atelier* onde participo na série de *workshops* subordinados ao tema “O coach também tem dúvidas”. Tem sido um espaço de aprendizagem profícua e estimulante onde um grupo de coaches se desafia a descobrir onde erra, a estar atentos, a observar e partilhar os momentos críticos que encontramos nas diferentes práticas de coaching que empreendemos junto dos nossos clientes. Os momentos críticos são autênticos momentos de *breakthrough*. Enquanto coaches, com as dúvidas e vulnerabilidades desenvolvemos todo o nosso potencial criativo não só enquanto pessoas mas sobretudo, enquanto profissionais. Pela dúvida, experienciamos o diferente, ousamos questionar e arriscar, aventurando-nos neste universo imenso de possibilidades que é a sabedoria.

Assim, e em jeito de conclusão podemos ter na Dúvida uma forma de arte, “ A arte de bem duvidar”, que todos devemos exercer.

Afinal, como diz Paulo Coelho, “são as dúvidas que nos fazem crescer, porque nos obrigam a olhar sem medo para as múltiplas respostas a uma mesma pergunta.”

Ana Castanho

Sobre a autora



Licenciada em Gestão de Recursos Humanos e MBA em Gestão de Empresas.

Coach ACTP, certificada pela Internacional Coach Federation - ICF, membro da ICF e membro dos Comitês de Eventos e Comunicação e Media do Chapter em Portugal.

A prática da minha actividade profissional tem foco em todas as iniciativas que possam conduzir ao desenvolvimento eficaz das pessoas. Acredito na força da mudança e na responsabilidade que cada individuo tem na construção da vida e da carreira profissional que deseja ter.

Com experiência na área da consultoria e do desenvolvimento do capital humano, considerei que o coaching era o processo que faltava para potencializar a mudança que desejo ver em mim, permitindo-a também aos outros.

Enquanto coach, considero que o meu trabalho me permite fazer aquilo que tenho por vocação, ajudar pessoas a conhecerem-se, a acreditarem nas suas capacidades e potencial criativo permitindo-se, assim, desenvolver percursos de sucesso, tanto a nível pessoal, como profissional.