

## *“A ICF e as suas competências: a gratidão” \**

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

Quando a Maggie João me convidou para escrever este artigo, disse-me que iria ser lido por Coaches.

Neste sentido, como Coach, vou lançar a pergunta:

*“Se vocês tivessem de escolher um valor, que ajudasse a compreender as competências da ICF qual seria, e porquê?”.*

No meu caso, escolhia a gratidão, que não é geralmente imediata, mas consequência de uma vivência.

Cada um de vós têm experiências que vos podem conduzir à gratidão. No meu caso a gratidão é consequência duma descoberta profunda de mim mesmo, da qual falo um pouco.

Quando era jovem ensinei catequese e pensava que a felicidade era evangelizar, dizendo a um Homem que era amado por Deus e fazendo-o descobrir que nele havia algo maior e mais nobre, despertando assim uma nova consciência de si próprio

Na altura fazia todo sentido e ainda faz, mas confesso que era um *“pau de dois bicos”*: por um lado libertava-me, na medida em que ajudava o outro; por outro sentia que este conhecimento teológico muitas vezes pouco alimentado pela oração, podia também ser um alimento do meu ego, pelo meu saber.

Esta visão é a origem de todas as guerras internas e externas onde deixo de me libertar da palavra para ser escravo dela.

É por isso que assumo o Coaching como missão de vida onde, no caminho que percorro, deixo todos os meus papéis e saberes para estar com o outro completamente, sem ruído, para a sua descoberta.

Somos educados para fazer algo que nos traga resultados. Devemos por exemplo estudar para tirar um curso, ou apreender grandes conhecimentos para sermos alguém. Temos de ter resultados, que por sua vez nos vão tornar socialmente bem-sucedidos.

Esta maneira de pensar-fazer para ter está tão enraizada, que quando se quer passar do ter para o ser, sem fazer, temos de pagar um preço pela correção.

Quando alguém nos facilita o ter ou o fazer ficamos agradecidos por esse contributo que nos ajuda a alcançar de um modo mais rápido o nosso objetivo.

Para entendermos melhor o ponto onde quero chegar, vou começar com uma curta análise das hierarquias de *Maslow*.

Segundo *Abraham Maslow*, as nossas necessidades estão dispostas numa pirâmide hierárquica, que começa pelas necessidades mais básicas que tem que ser satisfeitas em primeiro lugar, a estas seguem-se outras mais elevadas.

Esta pirâmide de *Maslow* é uma teoria psicológica, que procura entender as motivações humanas. De acordo com este psicólogo humanista, as nossas ações são motivadas no sentido de satisfazer certas necessidades. Quando as mais básicas são satisfeitas, desenvolvemos outras necessidades e outros desejos.

Começando pelas necessidades fisiológicas, seguem-se as necessidades de segurança, as necessidades sociais, as necessidades de status ou estima e no topo da pirâmide, as necessidades de autorrealização.

*“A ICF e as suas competências: a gratidão” \**

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

Ao debruçarmo-nos sobre estas últimas, acabamos por encontrar e analisar uma necessidade de busca de nós mesmos, que se encontra com a dimensão espiritual, onde o fazer, o ter, e o ser dão lugar a uma certeza de Ser onde o fazer e o ter perdem importância.

Nasce daí uma autoconsciência de que somos todos cocriadores.

Sempre que há um gesto que me torna consciente desta realidade, deixo de ser limitado pelo que tenho ou faço, para apenas ter consciência do que sou.

Encontramos esta mesma consciência recorrendo à Bíblia.

Quando S. Paulo diz: *“Já sou eu [...] Vivo para Cristo em mim”*, ou quando o próprio Cristo afirma: *“Eu e o Pai somos um”*, são exemplos desta consciência.

Sáímos da mediocridade que nos centra no nosso ego, ou nos sujeita à pressão externa e surge um mundo interior de oportunidades e experimentamos o mesmo que Paulo e Cristo.

Já não conta o que faço ou tenho, e sou cada vez mais consciente desta realidade, que me vai revelando o mistério de mim mesmo e apenas sou. E agradeço porque sou, estou, crio e tenho, mas deste agradecimento evoluímos para o sentimento de gratidão

Nunca se falou tanto da gratidão como agora, mas sinto que o conceito é pouco claro. A gratidão emana da experiência de sermos criadores de tudo e não vítimas das circunstâncias.

Após uma experiência de vida, move-me agora, a cada instante, a paixão pelo Ser Humano e a Missão de fazer despertar nos outros o que têm de melhor, para se realizarem nas várias áreas da vida.

Segundo a doutrina cristã, devemos amar-nos uns aos outros; esta filosofia apesar de ter de lidar com a pressão externa é um bom princípio, mas a prática deste amor universal é impelida por uma pressão vinda do meu interior. Quando me unifico com o outro, já não importa o ter ou não ter, mas observamos o que temos ou não temos, e fazemos por viver com isso da melhor forma.

Numa sessão de Coaching, o Coach leva o cliente a encontrar-se, a tomar consciência do que quer, do que o impede de progredir e a trabalhar tudo o que o impede de chegar onde pretende. Ele sente a responsabilidade de ajudar o cliente a atingir os seus objetivos com qualidade, eficácia solidez e rapidez.

Abordei aqui o sentimento da gratidão, porque numa sessão de Coaching sinto-me muito ligado ao Criador que me dá a consciência que o outro é cocriador.

E é desta profundidade que brotam em mim todas as competências e valores da ICF, e sinto-me agradecido ao cliente.

Para o cliente sou um técnico como outro qualquer, mas ele sente gratidão por ter sido ajudado a atingir a profundidade que precisava. Pessoalmente também me sinto como missionário, mas a minha missão, após percorrido este caminho na gratidão, deixa de ser transmitir algo ao outro, mas dar-lhe consciência das maravilhas que ele possui e que o impelem para aquilo que pretende.

***“A ICF e as suas competências: a gratidão” \****

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

**Sobre o Autor:**



**Daniel Santos**

*“Move-o a cada instante a paixão pelo Ser Humano e a Missão de fazer despertar nos outros o que têm de melhor, por forma a realizarem-se nas várias vertentes da vida”.*

Uma paralisia cerebral, provocada por um parto demorado, afetou a sua coordenação motora.

Desde cedo aprendeu a tirar partido dos problemas que esse facto acarretou e desenvolve as capacidades de entender a vida de um modo mais profundo e mais grato.

Esta sensibilidade é bem evidente nos três livros que o Daniel escreveu e editou.

Fez a sua formação de Coaching na International School of Professional Coaching – ISPC.

Como Coach, essa profundidade aplicada às suas funções de formador e mentor tem-lhe permitido no meio, uma carinhosa aceitação e procura, tanto em Portugal como no Brasil.