

Coaching...para quê? (5)



Coach: José Castro
Centro Médico e de Enfermagem
<https://www.facebook.com/CoachJoseCastro/>

Estimados leitores

Hoje vamos continuar a esclarecer o conceito de Coaching. Poder-se-á pensar que o Coaching é para ser aplicado meramente quando há “problemas” pessoais, profissionais ou organizacionais, etc.

Não é verdade que o Coaching serve apenas quando existem “problemas.” Depende do tipo de “problemas” pois alguns só devem ser abordados por outras ferramentas, tais como a psicoterapia, mentoria, aconselhamento, etc. O Coaching adequa-se principalmente para quem (não tendo propriamente um “problema”!) quer ir mais longe, em algum parâmetro da sua vida pessoal, profissional ou organizacional. Serve fundamentalmente para elevar os níveis de eficácia/eficiência, concretizando novos objetivos e/ou sonhos (dos acordados). O Coaching distingue-se de todas as outras ferramentas de desenvolvimento e superação pessoal e profissional. Foca-se essencialmente no momento presente e no momento futuro. A questão base é: Como está hoje nesse ponto (objetivo) que deve ser otimizado? Com quer estar, por exemplo, daqui a um ano?

Assim a prática do Coaching direciona-o no sentido de alcançar os seus objetivos, com tarefas claras, que permitem mensurar, quantificar o seu progresso, em direção aos resultados pretendidos.

Caro leitor, permita-se evoluir, permita-se alargar a sua zona de conforto, a ser mais Feliz, numa caminhada que o leve à sua autorrealização.

Não perca o próximo artigo de **“Coaching...para quê?”**

Até lá, aprecie Viver