

Portal do Ser

## A relação entre coach e coachee

**Texto:** Fátima Matos

Numa sessão de 'coaching', a relação entre 'coach' e 'coachee' (cliente) é basilar.

É fundamental que seja criado um clima de empatia, de disponibilidade, de isenção, de abertura, de confiança e de conexão.

O 'coach' deverá ter a «arte» de comunicar com o 'coachee', onde ele está, no seu quadro de referência, sem julgar, criticar ou avaliar; deverá ser apenas «espelho» daquilo que o 'coachee' traz.

Este ambiente é potenciador do sucesso de uma sessão de 'coaching'. O 'coachee' sente-se acolhido, escutado, seguro e compreendido.

É também importante salvaguardar as questões de ética e confidencialidade. O 'coachee' deve sentir-se livre para expressar-se sobre qualquer dimensão da sua vida.

Ambos, 'coach' e 'coachee', devem integrar bem os respetivos papéis.

O 'coach' inspira no 'coachee' a convicção genuína na sua capacidade para alcançar os seus desafios. Esta inspiração motiva o 'coachee' a olhar de frente os seus objetivos e a superar-se.

O 'coach' deve ter equilíbrio pessoal, maturidade, vocação, presença de qualidade, abertura para a mudança e domínio da técnica do 'coaching'.

O 'coachee' faz o pedido, está orientado para objetivos, sabe que tem as respostas, assume a responsabilidade, tem disponibilidade para a auto-reflexão e abertura para a mudança.

Nestas condições, a comunicação entre 'coach' e 'coachee' é uma comunicação integral, abrangendo, além de outros, o nível da consciência, o nível da expressão verbal e não verbal e o nível energético.

Assim, numa sessão de 'coaching' as perguntas colocadas pelo 'coach' são as perguntas do 'coachee', no sentido em que são as perguntas que o 'coachee' «pede» e de que precisa naquele exato momento.

Os silêncios que se fazem numa sessão de 'coaching' (confortáveis para ambos quando existe uma relação de 'coaching' a fluir natu-

ralmente) são tempos preciosos para auto-reflexão, sintonização e auto-descoberta do 'coachee'.

Neste enquadramento e com esta conexão, o 'coachee' faz um percurso de consciencialização, conseguindo uma maior lucidez para a sua vida como um todo. Fica mais focado, mais presente, ganhando uma energia mobilizada para a ação consciente e comprometida.

O 'coach' inspira no 'coachee' a convicção genuína na sua capacidade para alcançar os seus desafios. Esta inspiração motiva o 'coachee' a olhar de frente os seus objetivos e a superar-se.

Ao sentir-se acompanhado a um nível profundo, em cada etapa do processo de transformação, o 'coachee' fica confiante, entusiasmado, responsabilizado e naturalmente comprometido.

O 'coachee' assume-se como criador da sua própria vida, dominando novas estratégias para lidar consigo próprio e com o mundo.

A relação entre 'coach' e 'coachee' é, acima de tudo, uma relação de confiança, baseada na ética e na competência profissional do 'coach' e na abertura consciente para a mudança e na predisposição para a auto reflexão por parte do 'coachee', potenciando para este importantes avanços nas várias áreas da sua vida. ©

A empresa Portal do Ser – Centro de Desenvolvimento Pessoal é um 'licensed training center' da International School of Professional Coaching (ISPC). Os seus fundadores e atuais responsáveis são os 'coaches' Viana Abreu e Fátima Matos.

[www.portaldoser.com](http://www.portaldoser.com)



Fátima Matos é diretora do Portal do Ser