



Mind News

Informativo para seu bem-estar emocional – n° 4

Preciso de coaching e mentoria?

Apesar de serem praticados a muito tempo, o coaching e a mentoria ainda são pouco conhecidos de alguns. O coaching é um processo individual (às vezes pode ser em grupo), confidencial, que apoia o cliente a lidar melhor com alguma situação que esteja vivenciando, como por exemplo a estagnação em sua carreira, relacionamentos difíceis, qualidade de vida baixa, conflitos interpessoais ou tensões em momentos de transição (p. ex. do técnico para gestão, ou do trabalho remunerado para a aposentadoria).

O coaching e a mentoria trabalham com três perguntas: Onde estou hoje? Aonde quero chegar? Como chegar lá? A duração do processo é de 5 a 10 reuniões semanais de uma hora cada. Às vezes apenas uma reunião é suficiente. As reuniões podem ser virtuais, presenciais ou híbridas. O cliente pode ser pessoa física ou jurídica. Apoiam o processo a abordagem sistêmica das Constelações, questionários e reuniões.

O coach conduz as reuniões com perguntas que ampliam as perspectivas do cliente, a quem cabe buscar as respostas e implementá-las. Na mentoria o mentor apresenta ao cliente suas experiências anteriores e discute os prós e contras de cada decisão. Situações difíceis do cliente são discutidas, ampliando assim as possibilidades de solução.

Uma das informações errôneas do coaching e mentoria é que são processos caros. Quando comparados com os custos de decisões erradas, da paralisia decisória ou das incertezas do rumo a tomar, o investimento apresenta uma alta relação benefícios x custos.

Os grandes benefícios do coaching e mentoria são a maior clareza de onde estou, dos meus potenciais e aspectos que podem ser melhorados, o que quero alcançar e como chegar lá. O coaching e a mentoria fortalecem o cliente e o tornam mais livre para tomar suas decisões. Se você busca em coach ou mentor, considere o curriculum do profissional, sua formação e experiência, seu prestígio no meio profissional e as referências que apresenta.

O coaching, a mentoria e a terapia ajudam muito nos processos de desenvolvimento, trazendo benefícios muito maiores que os custos de estar adiando soluções.

Quer mais? Ofereço gratuitamente o E-Book “Caminhos do Coaching e da Mentoria”, é só ingressar no link <https://www.boog.com.br/livros/> e fazer o download.



Gustavo G. Boog é coach, mentor, escritor e consultor na Boog Consultoria. É Engenheiro, Mestre em Administração de Empresas e acadêmico de Psicologia. Especializado em Coaching Sistêmico (Constelações). Conduz projetos de desenvolvimento para que o potencial das organizações e de cada pessoa possam se realizar.



+ 55 (11) 99137-7691



gustavo@boog.com.br