

Flash Interview

Alexandra Barosa Pereira, Diretora Geral da ABP Corporate Coaching

«Não consegui ficar indiferente ao fascínio do coaching.»

Texto: Mário Sul de Andrade

Com duas décadas de experiência profissional, Alexandra Barosa Pereira trabalhou em aconselhamento, formação, mudança comportamental e gestão de carreiras. Desde 2007 está centrada no 'coaching' corporativo e executivo e em formação e desenvolvimento do talento e da liderança. É certificada pela International Coaching Federation (ICF) como 'professional coach' e pela International Coach Academy, de que é formadora. É ainda certificada como 'mentor coach'. Escreveu o livro «Coaching em Portugal: teoria e prática» (Sílabo, 2007).

Acha que o período que vivemos trouxe novos desafios ao coaching?

O 'coaching' assume-se como atividade profissional devido, precisamente, aos novos desafios do período em que vivemos. Com a era da informação surge uma mudança de paradigma, em que já não é tão necessário saber gerir o trabalho mais mecânico mas é fundamental saber gerir o capital intelectual. As pessoas, muito mais qualificadas, acumulam uma série de recursos ao longo da sua vida e têm fácil acesso a informação, a uma escala global e em tempo real. Surge então um 'gap' que as outras práticas de desenvolvimento pessoal e profissional, como a formação ou o 'mentoring', não conseguem preencher – não se trata de adquirir mais conhecimento teórico ou prático, existe sim a necessidade de se aprender a gerir todos os recursos e informação adquiridos. O 'coaching' preenche esse 'gap', facilitando o processo de tomada de consciência dos recursos, dos potenciais, das dinâmicas e das direções pretendidas, promovendo o movimento para a ação.

Ser 'coach' mudou algo no seu horizonte profissional?

Globalizou-me. Mudei algumas perspetivas, proporcionou-me olhar para um mercado sem limites geográficos, ao mesmo tempo que estimulou em mim um maior respeito pelas características específicas de cada cultura e pela singularidade de cada pessoa. Iniciei uma parceria com a International Coach Academy, através da qual dou 10 horas de formação por semana durante todo o ano. Na interação com pessoas em todo o mundo – chego a ter em «sala» pessoas de todos os continentes em simultâneo –, percebi que os desafios são globais e não locais, e que a sabedoria está em saber gerir os recursos – materiais e/ou intelectuais. Compreendi também que a necessidade de desenhar projetos de vida é comum, mas que a singularidade deverá ser identificada e rentabilizada, para que cada um saiba viver plenamente o projeto que desenhou.

Como surgiu o 'coaching' na sua vida?



Estava no mestrado em «Psicologia do Desenvolvimento Profissional» na Universidade de Évora, quando o professor Nuno Rebelo dos Santos falou numa nova temática, e desafiou-nos a desenvolvermos investigação na área. Comecei a ler sobre o tema e rapidamente percebi que tinha tudo a ver com os meus 15 anos de percurso profissional até então. Concluí a primeira dissertação em 'coaching' em Portugal e não consegui ficar indiferente ao fascínio que me provocou. Na ocasião – setembro de 2006 –, apresentei a carta de demissão e mergulhei numa nova vida onde o 'coaching' passou a ser o tema central. Procurei uma qualificação, que concluí em 2007, e porque uma qualificação não é uma certificação – esta deverá ser atribuída por um grupo de profissionais e não por uma escola de formação –, associei-me à International Coach Federation (ICF), pela qual consegui uma certificação em 2010, após um longo trabalho de desenvolvimento pessoal e profissional e da obtenção de mais de 750 horas em clientes. O percurso continua, e a investigação em 'coaching' também, sendo que estou a concluir uma investigação em 'cross-cultural coaching' no âmbito de um programa de doutoramento, com o apoio do professor Luís Martins, do ISCTE-IUL.

O que é que o 'coaching' lhe ensinou de mais importante? Desenvolvimento de competências de comunicação eficaz e 'feedback', compromisso, auto-responsabilização, promoção e envolvimento na ação para objetivos comuns, dar mais importância ao que é dito e à forma como é dito. Ensinou-se que não há positivo ou negativo, bom ou mau, errado ou certo, há o que há e é sobre isso que temos que refletir como funciona e como nos serve em determinados momentos. Ter a noção exata do que serve e como serve contribui para a sua utilização sensata e eficaz, promovendo resultados. ®