



Psicologia Social

## Aconselhamento e *coaching*: Semelhanças e diferenças em tempos de imprevisibilidade


Gabriela Techio<sup>1</sup>

 <https://orcid.org/0000-0002-1887-9303>


Daniela Boucinha<sup>1</sup>

 <https://orcid.org/0000-0002-1584-018X>

Alyane Audibert<sup>1,2</sup>

 <https://orcid.org/0000-0002-4987-2120>

Manoela Z. de Oliveira<sup>1</sup>

 <http://orcid.org/0000-0003-0243-5115>

**Como citar este artigo:** Techio, G., Boucinha, D., Audibert, A., & Oliveira, M. Z. de (2019). Aconselhamento e *coaching*: Semelhanças e diferenças em tempos de imprevisibilidade. *Psicologia: Teoria e Prática*, 21(2), 252-255.

**Submissão:** 27/3/2018

**Aceite:** 10/10/2018



Todo o conteúdo de *Psicologia: Teoria e Prática* está licenciado sob Licença Creative Commons CC – By 3.0

1 Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), Porto Alegre, RS, Brasil.

2 Escola Superior de Propaganda e Marketing (ESPM-Sul), Porto Alegre, RS, Brasil.

As transformações que caracterizam o mundo e as relações de trabalho têm importante impacto sobre as profissões dedicadas à ajuda e ao cuidado das pessoas. Na atualidade, as mudanças não podem mais ser entendidas como eventos isolados, mas como parte do cotidiano desses profissionais e de seus clientes. Sendo assim, é importante que aqueles que trabalham com aconselhamento e *coaching* desenvolvam habilidades para auxiliar seus clientes no enfrentamento de uma realidade imprevisível, marcada por iniquidade, migrações, competitividade e precariedade.

Considerando esse contexto, o livro *Counseling and coaching in times of crisis and transition* foi produzido. A obra, editada por Laura Nota e Salvatori Soresi (2018), aborda alguns modelos e boas práticas que podem ajudar as pessoas a lidar com desafios futuros. Representa, portanto, uma contribuição importante para profissionais e pesquisadores que se ocupam da temática do aconselhamento e do *coaching*. O livro é organizado em três partes e tem 16 capítulos, além de uma seção de conclusão, ao longo dos quais apresenta modelos e práticas inovadores de aconselhamento e *coaching* que – com baixos custos – podem ajudar as pessoas a lidar com os desafios ao longo da vida.

O livro defende que a prática do aconselhamento de carreira e do *coaching* seja baseada na perspectiva construtivista, fazendo uso da narrativa. Narrar a própria trajetória de carreira permite que o indivíduo identifique e conecte eventos do passado, presente e futuro, de modo a dar significado à sua história de vida. Os autores introduzem os conceitos de reflexão e reflexividade, consideradas metacompetências essenciais no contexto atual, que permitem ressignificar momentos de dificuldade por meio de conversas internas e com interlocutores. Quando expõem os fatos e se comprometem a compreendê-los por outros pontos de vista, os clientes desenvolvem expectativas de resultados mais positivas e comportamentos mais adaptativos ante um contexto marcado por mudanças e incertezas.

No decorrer do livro, são apresentadas intervenções na área do aconselhamento de carreira e do *coaching* que propõem atividades individuais e em grupos. O objetivo é auxiliar os indivíduos a serem os atores das próprias vidas, enfatizando a importância de agirem de forma autônoma e investindo na implantação de estratégias que estimulem as definições e realizações de metas profissionais. Com base nisso, os autores abordam a Teoria de Carreira Social Cognitiva e o novo modelo de Autogerenciamento de Carreira, que se destina a delinear mecanismos de agência pessoal. Apesar do enfoque dado ao público jovem, a obra ressalta a importância de intervenções

precoces, como é o caso da construção da coragem na infância, enfatizando o seu papel no desenvolvimento humano como um recurso crucial para o bem-estar psicossocial do indivíduo. Destaca ainda que as intervenções com crianças, bem como com estudantes, são mais eficazes quando o trabalho envolve pais e professores.

O envolvimento de terceiros nos processos de aconselhamento de carreira e de *coaching* também é recomendado em casos da área da saúde. O livro traz dois capítulos que apresentam a importância do aconselhamento nessa área e seu potencial impacto para a adesão a tratamentos e cuidados paliativos e para lidar com doenças graves, como o câncer. Os autores descrevem ações que podem contribuir para aprimorar a comunicação com pacientes e familiares, a habilidade para lidar com as emoções e as tomadas de decisão, e a capacidade para ajudar as pessoas a estarem atentas aos seus sentimentos sobre a própria saúde, doenças, deficiências, tratamentos, vida e morte. Portanto, o objetivo é a promoção de um espaço seguro onde o cliente possa expressar suas preocupações e emoções referentes ao diagnóstico e que auxilie indivíduos e famílias na compreensão da doença e no manejo da situação.

O livro também ressalta a contribuição dos profissionais que trabalham com o tema de carreira para os grupos excluídos socialmente e sugere intervenções pautadas na busca pela qualidade de vida. O foco está na prevenção e promoção de saúde psicológica e física, apostando no desenvolvimento pessoal e profissional. Os autores propõem ações preventivas que incluam a sociedade como um todo e se comprometam com a redução de danos e o empoderamento dos cidadãos. Essas ações buscam afastar a influência dos discursos que desencorajam as pessoas a assumir espaços que não estejam de acordo com as expectativas sociais. Ainda atribuem ao aconselhamento de carreira e *coaching* o papel de viabilizar um espaço de diálogo e inovação, encorajando uma visão otimista por meio de uma abordagem que promova a reflexividade e o desenvolvimento de espaços inclusivos. Os temas abordados são a desigualdade de gênero, a inclusão de pessoas com necessidades especiais no ensino superior e nas organizações, o treinamento de pais de crianças com deficiência e a problemática das minorias em um contexto multicultural. Nesses casos, o aconselhamento de carreira e o *coaching* trabalham a capacidade de adaptação a mudanças, o reconhecimento da rede de apoio e a desconstrução de estereótipos que dificultam a criação de contextos de igualdade.

Ao abordarem o uso do aconselhamento de carreira e do *coaching* como ferramenta de desenvolvimento pessoal e profissional, os autores apontam suas dife-

renças e similaridades, e salientam a importância da separação dos bons processos daqueles que não são. O livro apresenta a Teoria da Construção de Carreira, sugerindo que ambas as práticas devem se sustentar a partir desse modelo. Enfatiza ainda que se encoraje a integração das práticas, gerando novos modelos, ferramentas e métodos para dar suporte aos profissionais que se dedicam a auxiliar os indivíduos em seus desafios ao longo do ciclo vital. Para melhorar o desempenho profissional, é importante obter *feedbacks* das intervenções realizadas durante e depois do trabalho prestado. Além do retorno dos clientes, é preciso que haja momentos de troca entre os próprios profissionais, a fim de comparar sua efetividade e identificar novas habilidades e intervenções a serem desenvolvidas.

O objetivo da obra foi convidar interessados em aconselhamento e *coaching* a olhar para suas práticas à luz da necessidade de inovação, propondo inúmeras reflexões e possibilidades de intervenções, sempre privilegiando o aspecto preventivo. Ademais, fica clara a necessidade de que as ações devem ser adaptadas ao contexto em que serão aplicadas. Por fim, a obra estimula que os pesquisadores e profissionais das áreas do aconselhamento e do *coaching* sejam agentes de mudança introduzindo soluções originais aos desafios que surgirem em uma sociedade caracterizada por constante transformação.

## Referências

NOTA, L., & SORESI, S. (Ed.) (2018). *Counseling and coaching in times of crisis and transition*. Abingdon, UK: Routledge.

## Nota dos autores

**Gabriela Techio**, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS); **Daniela Boucinha**, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS); **Alyane Audibert**, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS) e Escola Superior de Propaganda e Marketing (ESPM-Sul); **Manoela Z. de Oliveira**, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS).

Correspondências referentes a este artigo devem ser encaminhadas para Manoela Ziebell de Oliveira, Av. Ipiranga, 6681, prédio 11, sala 938, Porto Alegre, RS, Brasil. CEP 90619-900.

E-mail: manoela.ziebell@gmail.com