

Coragem para mudar

Da inquietude à ousadia estruturada – e impulsionada – pelo coaching

Na vida, por vezes somos compelidos a mudanças abruptas, provocadas por fatores alheios à nossa vontade. Um problema de saúde, a demissão repentina, questões de ordem familiar, tudo isso pode desencadear a necessidade de buscar alternativas de vida e carreira. Há, no entanto, um tipo de transformação movida por uma força interior, que se instala devagar e, aos poucos, vai ocupando mais e mais espaço. Dessa inquietude surge o questionamento, tão mais intenso quanto maior a normalidade aparente. O que leva, por exemplo, um executivo de sucesso, que atua em uma empresa de primeira linha e se sente motivado e reconhecido, a colocar em xeque algumas questões a ponto de romper com o status quo e empreender novos caminhos? Os processos de coaching têm trazido à tona histórias do gênero, e as experiências bem-sucedidas vão servindo de parâmetro e de estímulo àqueles que, determinados a mudar, querem fazer a travessia de forma estruturada e com maiores chances de sucesso. >> **Thais Aiello** (painel.executivo@abril.com.br)

CIBELE CASTRO

Vice-presidente de Gestão e Pessoas da AES Brasil

"Em determinado momento da carreira, comecei a sentir uma inquietação, um desejo interno e verdadeiro de explorar novas possibilidades. Ocupava posição destacada em uma empresa que é um ícone mundial, com processos muito estruturados e um histórico de formação de lideranças. Havia realizado mudanças dentro da organização e, diante de novos desafios, conseguia navegar com tranquilidade ante uma cultura empresarial bem estabelecida. Como ousava, então, sentir essa inquietude? Optei por trabalhar essa sensação em um processo de coaching, o que me ajudou a procurar respostas e manter o foco, sem desperdiçar energias. Partindo dos meus valores, fiz um planejamento de curto, médio e longo prazo, definindo inicialmente o que eu não queria. Em certo momento, meu coacher me estimulou a avaliar o mercado. Fui descobrindo que havia outras possibilidades em empresas igualmente interessantes como a que eu atuava. A inquietude foi o ponto de partida, mas por si só ela não leva à mudança. É preciso coragem, foco e planejamento."



Cláudio Campos / Realphoto

“Coaching ajudou a procurar respostas e manter o foco, sem desperdiçar energias”

ANDRÉA VILLAS BOAS

Sócia-diretora da Mentis & Meios

"Depois de mais de 20 anos como executiva, dez deles no mercado financeiro, resolvi mudar a história de vida, passando de protagonista a autora de minha trajetória profissional. Em um processo de imersão, fiz um planejamento estratégico de carreira, descobrindo que o que eu queria não estava disponível no mercado. Teria de empreender para dar vazão ao que descobri como missão neste mundo: ajudar as pessoas a ser mais felizes no trabalho e na vida. É a isso que tenho me dedicado como consultora em empresas e como coacher. Dizem que os indivíduos não gostam de mudar. No dia-a-dia, percebo que não é bem assim. As pessoas apreciam a mudança quando elas decidem pela transformação, e isso pode ocorrer mesmo quando tudo está aparentemente muito bem. A insegurança quanto ao desconhecido é natural, podendo levar a uma certa resistência. O piloto automático e a zona de conforto falam muito alto nessa hora, mas o incômodo interior por vezes ganha uma força que fica impossível ignorá-lo. As mudanças cobram seu preço. Resta-nos fazer os cálculos e decidir se vale a pena mudar."