



# Uma ideia que colou

O 'coaching' se espalha e hoje há instrutores que prometem dar jeito em tudo: gastar menos, fazer sucesso e até emagrecer. **PSO**

# PARA TUDO, UM 'COACH'

COM DEFINIÇÃO AMPLA E SEM REGULAÇÃO, ATIVIDADE ATRAI TODO TIPO DE CLIENTE E NÃO PARA DE CRESCER NO BRASIL

POR EMILIANO URBIM  
emiliano.urbim@globo.com.br

— p30 —



A BANDA HALF LORE E SEU COACH, JOÃO BORBA.



RODRIGO SCHWEITZER E SUA CLIENTE MICHELLE MOREIRA.



PAULA ABREU COMANDA EVENTO EM HOTEL DE COPACABANA.

**PARA TUDO, UM 'COACH'**

Em um ambiente de paredes claras, decoração suave e iluminação adequada, um sujeito em pé fala para outros cinco, sentados. Ele veste camisa, calça e sapatos sociais; eles têm coturnos, roupas escuras e penteados estilosos. Além de muitos acessórios e tatuagens. Usando uma TV, o palestrante aponta para quatro fotos de animais, símbolos de perfis psicológicos revelados por um teste.

— A água cria. O tubarão age. O golfinho sente. O lobo pensa. Um tipo tende a dominar, mas temos um pouco de cada — resume João Borba.

— Vou buscar o tubarão dentro de mim — diz o baixista Michel Harley, recebendo a aprovação do baterista Rapha e do guitarrista Junior (seus filhos), bem como do também guitarrista Rick Zena e do vocalista Fabrício St. James.

Postos e nomes artísticos dão a dica: o quinteto é um grupo de rock, o Half Lore. Há dois meses, João Borba é seu coach.

Mas o que faz um coach? E o que faz uma banda com um coach? Cada caso é um caso, como você vai ver nas próximas páginas. No original em inglês, *coach* é o treinador de uma equipe esportiva — exemplo: até o fechamento desta edição, Dunga era o *coach* da seleção brasileira. Aos poucos, o termo passou a ser usado nos Estados Unidos (onde mais?) para designar orientadores do setor corporativo e também tutores de "pessoas físicas" em busca de metas pessoais.

O que nos deixa com uma definição ampla: *coach* é um instrutor que ajuda um cliente a evoluir em alguma área da vida. O caso clássico é o do executivo que busca redirecionar sua carreira, mas pode ser também o de um sedentário buscando perder peso, um procrastinador cansado de adiar projetos, um atleta sonhando com uma medalha ou uma banda de rock tentando entrar no ritmo.

Estes objetivos variados são trabalhados em sessões estruturadas que costumam

durar de três a seis meses — diferentemente da psicanálise e da terapia tradicional, em que o fim está em aberto, combinando um prazo para atingir resultados. O processo caminha com exercícios de autoconhecimento como o citado na abertura do texto. O leitor cético pode ter ressalvas, mas o *coach* João Borba garante que saber "que bicho você é" revela muito sobre a dinâmica dos indivíduos em um grupo.

Um *coach* tem à sua disposição metodologias, técnicas e ferramentas variadas. Variadas mesmo: a atividade não é regulamentada, ou seja, não existe um órgão oficial que diga o que é *coaching* e quem pode praticá-lo (ver glossário na página 34). Independentemente disso (ou por causa disso) a profissão vive um boom no mundo e no Brasil. Segundo a International Coaching Federation (ICF), o número de brasileiros com formação na área passou de sete mil em 2012 para 25 mil em 2015, e a previsão é de que a expansão continue acelerada.

**PARA TUDO, UM 'COACH'**

Após dez anos de muita estrada e pouca recompensa, a Half Lore era uma banda em conflito.

— O João veio para a gente matasse uns outros — brinca o vocalista St. James.

— A pergunta era: "O que um *coach* pode acrescentar?" — recorda o baterista Rapha. — O cara tem cliente em presídio, concursário, atleta, gente regada, com horário, vida certinha, alimentação saudável, e a gente... A gente é o oposto, faz tudo errado. Mas ele respeitou nossa personalidade.

Vencida a resistência inicial, João tem aplicado conceitos japoneses como o *kaizen* (melhoria contínua) e o *ganbatte* (algo como "dê o máximo de si") para ajudar a banda a buscar seus objetivos, do mais simples (não acabar) ao mais complexo (fazer sucesso). Formado também em Psicologia, ele fala sobre outros clientes:

— A evolução é para todos. Atendo músicos e artistas, mas também executivos, empresas. O criativo e o corporativo podem ter foco na carreira.

Quando o *coaching* desembarcou no Brasil, nos anos 1990, foi de termo e gravata. Com a virada do século, grandes empresas sentiram necessidade de treinar seus funcionários em habilidades como comunicação, resiliência, motivação, inteligência emocional, gestão de tempo e, de quebra, encurtar o tempo de realização de projetos.

Surfando na onda "coachizadora", surgiram escolas como a Sociedade Latino-Americana de Coaching (SLAC), a Sociedade Brasileira de Coaching (SBC) e o Instituto Brasileiro de Coaching (IBC). Com sede em São Paulo e filiais pelo Brasil, os três são os principais *players* do mercado.

Estela Fernandes, da SBC, explica que, com clientes corporativos, não há tempo a perder, e as metas são claras:

— O que queremos de um grupo ou de um líder é que eles estejam mais maximizados — engajamento, foco nos resultados — diz a *coach*. — Ao longo dos encontros, você nunca pergunta

em sete meses. E o mais importante: dois anos depois, não voltou a engordar.

— Quando a gente estava terminando, a minha ex-viúva para mim e disse: "Você é um guru de 40 anos que nunca vai emagrecer". Foi quando eu decidi mudar minha alimentação e fazer exercícios. Quando eu fraquejava, aquela frase voltava e era um motivo para continuar — conta Rodrigo, que, já magro e malhado, venceu este ano a competição do programa "Hell's Kitchen", do SBT.

Assim que começou a perder peso, Rodrigo conta que passou a prestar uma espécie de consultoria para amigos e conhecidos. Os poucos, a informalidade se profissionalizou. Hoje, tem até uma equipe de profissionais parceiros (nutricionista, ortomolecular, preparador físico) — já indicia para seus clientes.

— Já emagreci uns 150 quilos. No meu programa, adivão se a pessoa tem foco, aí dou a direção. Estou magro, mas sempre fui gordo. Sei como cabeça de gor-

do funciona — afirma Rodrigo, que diz estar disponível "24 horas" no WhatsApp para que clientes como Michelle Moreira não caiam em tentação (ela já perdeu oito quilos e quer se livrar de mais quatro).

Se um *coach* de alimentação sem formação em *coaching* causa estranheza, está dentro do padrão que o *coach* de uma banda não entenda de música. Como o *coach* João Borba explica, o que lhe interessa na Half Lore são as relações pessoais:

— Confesso que de bate-pronto eu posso até confundir o instrumento de cada um. O que eu posso ajudar é no processo de reconhecimento de crenças e valores.

Quem indicou João para os roqueiros foi a mulher do líder do grupo, Michel, ex-aluna de João no Instituto Internacional de Profissionais de Coaching. Além da desconfinação inicial, o *coach* precisou encarar um trauma: o grupo tinha sido dispensado do programa "SuperStar", da TV Globo, ainda no processo de seleção.

# PARA TUDO, UM 'COACH'



ANDREA DEIS CRITICA BANALIZAÇÃO DO TERMO 'COACH'.

**PARA TUDO, UM 'COACH'**

Surgido no esporte, o *coaching* retorna a ele para tratar não de esquemas táticos, mas da cabeça dos atletas. Paulo Vieira está fazendo o que pode para levar a dupla de vôlei de praia Larissa e Talita à medalha de ouro na Rio 2016:

— Não vou ensinar a jogar vôlei, mexo com as crenças. Elas hoje se veem como vencedoras, capazes de chegar lá e merecedoras da medalha de ouro.

Diferentemente do *chef* e *coach* autodidata Rodrigo Schweitzer, a partir de certa ponto da carreira, a médica nutróloga Liliane Oppermann sentiu necessidade de procurar uma formação em *coaching* para ajudar seus clientes a emagrecer. Os cursos a ajudaram a ter uma visão global, mas, para dar conta do entendimento, ela trouxe para dentro de sua clínica uma especialista: Regiane Silva, que, após 10 anos se especializou em *coaching* com programação neurolinguística. Regiane fala a respeito:

— Tenho facilidade para acessar as informações do meu cliente e faço com que eles entendam o que quero. Teve uma vez que acreditava que precisa esvaziar o prato mesmo que já estivesse satisfeita. Na terapia, isso envolveria perder o pai, a mãe. No *coach*, o objetivo é fazer o mesmo dizer: tenho 40 anos, vou comer o que me satisfaz. É simples assim? Sim, é simples assim.

A crença nos poderes dos *coaches* não enche só consultórios, mas auditórios. Paula Abreu, do evento Detox de Dinheiro (voltado a quem tem dificuldade em lidar com o vil metal), diz que preferiu fazer um evento menor, para 250 pessoas, e reunir "sua turma".

— É gente que me acompanha, faz meus cursos, lê meus livros — diz Paula, que, entre piadas de stand-up, separando o que é "toso", "ok" e "tá na vida", chamava a menuzina da plateia por nome, sobrenome e procedência.

A linha de Paula combina técnicas ortodoxas de *coach* com um viés místico. Um dos livros que ela recomenda, por exemplo, é "As sete leis espirituais do sucesso", de Deepak Cho-

pra, guru indiano que mistura medicina alternativa com física quântica.

— Eu era uma advogada de sucesso, mas não tinha felicidade. Em 2012, resolvi ser *coach* que me encontrei. Mas não sou a *coach* careta, de *tailleur* e *lencinho*. Inclusive fiz tatuagens para garantir que não seria novamente contratada por um escritório de advocacia. Deus me livre voltar a ser cozinheira!

Tânia Zambon, fundadora do Instituto Tânia Zambon (além, uma das duas escolas de *coaching* no Shopping Downtown, na Barra), detém um recorde brasileiro: maior treinamento de *coaching* de equipes. Foram 4.068 presentes no evento Celebration Power Life, realizado entre 27 e 28 de setembro de 2014, em Gramado (RS). Tânia foi fisioterapeuta de Uti, onde diz que aprendeu sobre poder da mente ao presenciar recuperações milagrosas. De Orlando, na Flórida, onde foi dar um curso, ela descreve seu método:

Nesses dias, eu peço essa turma e acontece algo de outro mundo, de arrepiar, é fantástico. Cerca de 90% do curso é oficina, a gente dá as técnicas e eles começam a exercer ali mesmo. Ao longo do ano, quem participou tem um acompanhamento e volta mostrando casos de sucesso — exclama Tânia, que sonha transformar sua vida em filme com Giovanna Antonelli no seu papel.

Para a psicoterapeuta Cynthia Verri, é preciso cautela com as soluções fáceis que o *coaching* promete:

— De uma maneira geral, a gente tem que ter cuidado com essas fórmulas instantâneas. Somos seres complexos, com problemas complexos, que nem sempre vão se resolver rapidamente graças à última tendência.

Andrea Deis, *coach* com mais de 15 mil horas de atendimento e palestras no currículo, tem por sua profissão:

— Todo mundo que fica no céu hoje em dia quer ser *coach*. A coisa está se vulgarizando. O cara sem nenhum talento para a coisa faz um curso de fim de semana e acha que pode dominar o mundo. Por isso, logo vou preferir ser chamada de gestora de carreiras. ■

**“VOCÊ NÃO PERGUNTA 'COMO ESTÁ A TAREFA?', QUE DÁ MARGEM PARA DESCULPAS, MAS 'COMO ESTÁ O RESULTADO DA TAREFA?', QUE FORÇA UMA RESPOSTA CLARA DO CLIENTE”**

ESTELA FERNANDES  
Sociedade Brasileira de Coaching

**“TODO MUNDO QUE FICA NO ÓCIO HOJE EM DIA QUER SER 'COACH'. A COISA ESTÁ SE VULGARIZANDO. POR ISSO, LOGO VOU PREFERIR SER CHAMADA DE GESTORA DE CARREIRAS”**

ANDREA DEIS  
Master coach

**“COMO ESTÁ A TAREFA?”, porque isso dá margem para desculpas. Melhor é dizer: "Como está o resultado da tarefa?", o que força uma resposta clara. A melhor ferramenta do *coach* é a pergunta. O presidente do IBC, José Roberto Marques, diz que deu uma certa tropicalizada dos conceitos gínguos.**

— Fiz, minhas especializações e as adotei, criando diversas ferramentas de acordo com nosso povo, mais emocional e menos racional que o americano médio — diz José, que vê com bons olhos o surgimento de *coaches* especialistas. — Acredito que seja muito importante essa segmentação, pois o *coach* atuará naquela área e em que ele tem mais conhecimento e estará sempre se aprimorando.

— p34 —