



ORIENTAÇÕES PARA AS ESPECIALIDADES

Processo de Equiparação

Categoria

Coaching Psicológico

Documento

Janeiro 2018

| Coaching Psicológico

Especialidades Avançadas de Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

| CONSIDERAÇÕES GERAIS

Na avaliação favorável das candidaturas às três especialidades avançadas de Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações (Coaching Psicológico, Psicologia Comunitária e Psicologia da Saúde Ocupacional) considera-se imprescindível a vinculação direta dos(as) candidatos(as) com essas áreas específicas em termos de intervenção prática, ou seja, a realização de atos psicológicos nesta área (não sendo suficiente a docência, investigação e direção/gestão de instituições e de projetos se essa vertente prática não estiver documentada em tais atividades na candidatura). O candidato deve demonstrar experiência profissional onde tenham sido desenvolvidas competências específicas no âmbito da especialidade avançada. Deve ser sempre referido o número de horas de exercício profissional dedicadas a atividades no âmbito da especialidade avançada, quando a descrição envolver atividades de outros âmbitos.

Atender-se-á, também, à vinculação da formação e dos outros elementos com cada uma dessas três especialidades avançadas, exigindo-se relevância e complexidade, enquanto suportes à atribuição do título de especialista avançado em qualquer uma dessas três áreas de intervenção. Para os diversos elementos de formação, apenas são considerados elementos específicos da área avançada. Por exemplo, elementos como Congressos, Conferências, Workshops ou Seminários só serão validados se corresponderem à formação na área específica da especialidade avançada. Elementos mais amplos de Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações quando fundamentada a pertinência para a área avançada.

| COACHING PSICOLÓGICO

As seguintes orientações têm como objetivo facilitar o processo de candidatura à Especialidade Avançada de *Coaching* Psicológico. Estas orientações, não sendo exaustivas, permitem ao candidato a especialista ter indicações úteis para a escolha dos elementos curriculares.

No entanto, não dispensam a leitura do [Regulamento Geral de Especialidades Profissionais da OPP](#), das [questões frequentes](#) e do [Documento de Apoio à Candidatura](#).

| EXERCÍCIO PROFISSIONAL

O *Coaching* Psicológico consiste numa relação de ajuda, assente em teorias e modelos psicológicos oriundos das correntes humanista, cognitivo-comportamental e da psicologia positiva. É um processo que promove a reflexão e a autodescoberta, recorrendo a uma metodologia de questionamento e de incentivo que contribui para a libertação do potencial do *coachee*.

- ☑ O foco da ação está centrado na produção de mudanças (atitudes e comportamentos), a curto-prazo, por parte do *coachee*. Partindo de uma dinâmica de autoconsciência e da construção de uma relação de confiança e empatia, são estabelecidas metas e colocados em prática planos de ação, em que o *coach* e especialista em *Coaching* Psicológico é o facilitador que favorece uma dinâmica de transformação pessoal no cliente, ajudando-o a realizar um percurso entre a sua realidade atual e o estado desejado.
- ☑ No *coaching* o foco é na solução e não no problema. Um psicólogo e/ou psicoterapeuta que pretenda ser *coach*, terá de “despir o fato” do analista de problemas, de traumas e de conflitos passados, para “vestir o fato” do pragmatismo interventivo focado na facilitação de soluções a curto-prazo, que aporem sentido e valor para o *coachee*.
- ☑ Pode ser considerada a prática profissional em diferentes contextos institucionais e em regime de prática privada, desde que comprovado tratar-se de um processo de *coaching* efetivo e não de outro processo de desenvolvimento de competências no âmbito de projectos formativos - um processo standard de *coaching* envolve 12 sessões quinzenais, o que constitui um acompanhamento do psicólogo-*coach* durante cerca de 6 meses, o tempo mínimo para sustentar mudanças ocorridas.
- ☑ O especialista em *Coaching* Psicológico pode possuir e demonstrar experiência em diferentes modalidades de *coaching* (e.g. *coaching* de vida, *coaching* para executivos, *coaching* de equipa).
- ☑ Enquanto *coach*, o psicólogo pode assumir diferentes papéis: a) *coach* interno – um membro da organização cujo papel é fazer *coaching* a pessoas que nela trabalham; b) *coach* externo – uma pessoa exterior à organização, que faz *coaching* a membros da mesma.

| FORMAÇÃO

- ☑ A formação específica para esta especialidade avançada inclui:
 - *Coaching*
 - Psicoterapia
 - Desenvolvimento pessoal
- ☑ Um mestrado ou doutoramento em Psicologia Clínica poderá ser aprovado para a especialidade avançada de *Coaching* Psicológico, desde que comprovados os conteúdos curriculares transversais às duas áreas.

| OUTROS ELEMENTOS

- ☑ Experiência em processos de *mentoring* ou em sessões de diagnóstico e/ou feedback individuais poderão ser validadas como outros elementos, desde que comprovada a realização de planos de acção ou outras componentes comuns a estas intervenções e ao *Coaching* Psicológico.

- ☑ Podem ainda ser considerados como outros elementos, por exemplo, a monitoria de formações breves, comunicações e redacção de artigos neste âmbito, actividades de supervisão ou intervisão também neste domínio e a organização de eventos ligados ao *Coaching* Psicológico.