



SECOVI SP
O SINDICATO DA HABITAÇÃO
Desde 1946

**COACHING PROFISSIONAL
E PESSOAL**

Josiane Barbieri

Coaching: o que é?

A International Coaching Federation – ICF define coaching como: “uma parceria continuada que estimula e apóia o cliente a produzir resultados gratificantes em sua vida profissional.”

Este processo irá aprofundar e expandir a capacidade do indivíduo de aprender e de se aperfeiçoar, elevando sua qualidade de vida.



Coaching: o que é?

O coaching contribui para que as pessoas e os grupos se transformem, reflitam a respeito de sua visão de mundo, de seus valores e crenças, aprofundem sua aprendizagem, incorporem novas habilidades e capacidades, expandam sua prontidão para agir.

É uma forma de provocação construtiva, de desafio e estímulo para o desenvolvimento e a aprendizagem contínuos.



Coaching: o que NÃO é?

O coaching, não deve ser confundido com outras abordagens, principalmente com terapia. Essa, por sua vez, procura entender o problema do cliente buscando no passado as razões de seus conflitos e dilemas.

Já o coaching, **foca o presente e estabelece estratégias para o futuro, enfatizando metas e meios de mudança.**



À quem se destina?

Foco profissional:

- A gerentes que precisam melhorar sua comunicação e suas técnicas de gestão.
- A gerentes importantes que têm problemas com sua equipe ou com outros gerentes.
- A organizações que estão em fase de transição.
- Complementar treinamentos que não foram suficientemente eficazes, para o qual os participantes precisam de apoio contínuo no seu trabalho.
- Empreendedores que pretendem abrir uma empresa.



À quem se destina?

Foco pessoal:

- Àquelas pessoas que têm dificuldades nos seus relacionamentos.
- A pessoas que querem ganhar mais financeiramente.
- Àqueles que estão insatisfeitos com sua vida e não sabem o por quê.
- Àquela sensação de que tudo está bem, mas podia estar melhor.
- Àqueles que buscam desafios, e querem sugestões para suas carreiras.



À quem se destina?

Foco pessoal:

- Àqueles que querem desenvolver suas habilidades de comunicação.
- A pessoas que querem desenvolver suas competências rapidamente.
- Àqueles que sentem que estão perdidos e querem dar um rumo para sua vida.
- A pessoas que estão em fases de transição.



Como funciona?

Após a fixação dos objetivos e metas, o processo de coaching irá analisar os fatores comportamentais presentes nas ações do indivíduo, visando a eliminação de bloqueios que impeçam a obtenção dos resultados esperados.





Como funciona?

No coaching, o indivíduo escolhe a versão ideal de vida ou carreira e desenvolve uma visão e uma missão alinhadas com este ideal.

Coloca os pensamentos, conhecimentos, sentimentos, atitudes, comportamentos e emoções voltados para este ideal de vida ou de carreira. Assim, ele constrói o seu sucesso.

Como funciona?

O processo de coaching identifica bloqueios, crenças e atitudes e procura impedir que estes sejam limitadores das ações do cliente.



Na prática:

Podemos estabelecer 4 etapas:

1. Relação de confiança e autoconsciência.
2. Criação de uma visão de futuro, sobre o que o cliente deseja realizar.



Na prática:

3. Os valores e as crenças são revelados. O limite, os medos, as inseguranças e as ansiedades do cliente se tornam evidentes.

4. Plano de ação: o cliente apresenta a visão de futuro, os resultados pretendidos, análise do que falta, as ações estratégicas, pessoas envolvidas, prazos e agenda de acompanhamento.





SECOVI SP
O SINDICATO DA HABITAÇÃO
Desde 1946

Coaching Profissional e Pessoal

“O Coaching é um relacionamento continuado de alto nível que auxilia as pessoas a produzirem resultados extraordinários em suas vidas, carreiras, negócios ou organizações. Através dele, os clientes aprofundam seus conhecimentos, aumentam sua performance e aprimoram sua qualidade de vida.”





SECOVI SP
O SINDICATO DA HABITAÇÃO
Desde 1946

Coaching Profissional e Pessoal



Referências:

ARAÚJO, Ane. **Coach: um parceiro para o seu sucesso.** São Paulo: Editora Gente, 1999.

KRAUSZ, Rosa R. **Coaching Executivo: a conquista da liderança.** São Paulo: Nobel, 2007.

PORCHÉ, G., NIEDERER, J. **Coaching: o apoio que faz as pessoas brilharem.** Rio de Janeiro: Elsevier, 2002.