

**Escola de Governo
do Distrito Federal**

**Secretaria de
Fazenda, Planejamento,
Orçamento e Gestão**



Curso

***Coaching* com autoliderança**

Apresentação – 1º dia

Governador do Distrito Federal

Ibaneis Rocha

Secretário de Fazenda, Planejamento, Orçamento e Gestão

André Clemente Lara de Oliveira

Diretor-Executivo da Escola de Governo do Distrito Federal

Alex Costa Almeida

Escola de Governo do Distrito Federal

Endereço: SGON Quadra 1 Área Especial 1 – Brasília/DF – CEP: 70.610-610

Telefones: (61) 3344-0074 / 3344-0063

www.egov.df.gov.br

Curso

Coaching com autoliderança

Wagre Furtado Gomes

Escola de Governo
do Distrito Federal
Secretaria de
Fazenda, Planejamento,
Orçamento e Gestão



Objetivo do curso

Desenvolver habilidades e competências comportamentais dos servidores públicos do Distrito Federal com o objetivo de gerar transformação pessoal e profissional com melhoria da comunicação e, conseqüentemente, da qualidade de vida.

Escola de Governo
do Distrito Federal

Secretaria de
Fazenda, Planejamento,
Orçamento e Gestão



Conteúdo

1. O que é *Coaching*;
2. *Coaching*, consultoria e *Mentoring*;
3. Tipos e modalidades de *Coaching*;
4. Inteligência emocional e liderança;
5. Estratégias eficazes de comunicação;
6. *Feedback* e retroalimentação;
7. *Rapport* e empatia;
8. Crenças e valores;

9. Missão e visão;
10. Metas e objetivos;
11. Introdução à Programação Neurolinguística (PNL);
12. Administração do tempo;
13. Pensamento crítico;
14. Autodesenvolvimento e motivação.

Contrato de trabalho



Apresentação e expectativas

Quem sou:

- Nome;
- Formação;
- Conhecimento do assunto.

O que espero:

- do curso;
- dos colegas;
- do multiplicador.



Primeiras definições

- *Coaching* – processo;
- *Coach* – profissional certificado;
- *Coaches* – plural de *coach*;
- *Coachee* – cliente.

Primeiras definições

- *Coaching*;
- Consultoria;
- *Mentoring*.

Primeiras definições

Coaching

X

Terapia

O que é *Coaching*?

“Trata-se de uma metodologia de mudança destinada a ajudar as pessoas (e através delas, as empresas) a aprender, a desenvolver-se e a dar o melhor de si.”

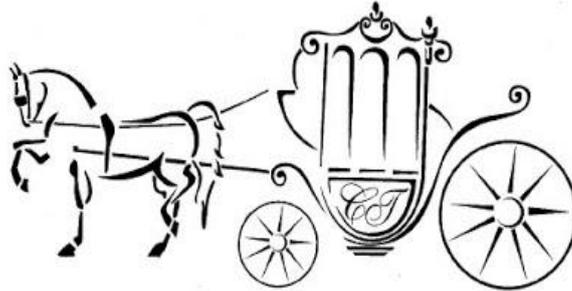
(Andrea Lages e Joseph O’Connor)

“É um processo sistemático colaborativo, focado na solução, orientado para resultados, em que o *coach* facilita a melhora de desempenho de trabalho, da experiência de vida, do aprendizado autodirecionado e do crescimento pessoal do cliente.”

(Association for Coaching)

Origem da palavra *coaching*

- *Kocs* (cidade da Hungria).
- *Coche* (palavra francesa).
- Ambas têm como tradução a CARRUAGEM.



Objetivo do *Coaching*

Levar algo/alguém de uma ponto a outro.



História do *Coaching*

- Instituto Esalem;
- Abraham Maslow, Carl Rogers, B. F. Skinner, Deepak Chopra, Timothy Gallwey bem como três das mais importantes influências da Programação Neurolinguística: Gregory Bateson, Flitz Perls e Virginia Satir.

The inner game of tennis

- 1974 – livro *The inner game of tennis*;
- “Era preciso trabalhar menos a parte técnica e mais a parte interior.”;
- Quanto menos ele ensinava, mais os alunos aprendiam;
- O tenista enfrenta dois adversários: um externo e outro interno;
- Graham Alexander e John Whitmore;
- Levaram a metodologia para o mundo dos negócios.

Método Sócrático

- Podemos afirmar que Sócrates foi um dos precursores do *Coaching*, e o seu método de fazer perguntas com a finalidade de evocar respostas ainda conserva seu nome (Método Sócrático).
- Sócrates: o mais sábio de todos os homens.
- “Conhece-te a ti mesmo.”
- Nosso *Coach* não interroga as pessoas sobre assuntos de grande magnitude, como os deuses ou a origem do mundo, mas sobre eles mesmos bem como sobre sua relação com os deuses e com o mundo.

- As pessoas respondem de boa-vontade àquele que, fingindo ignorância, dá-lhes razão quando começam a responder, fazendo-lhes, de imediato, outras PERGUNTAS, sempre INGÊNUAS e EVIDENTES.
- Essas PERGUNTAS se encadeiam, PREENCHENDO, de forma imperceptível, as LACUNAS antes não percebidas, incitando as pessoas até que estas, confusas e desorientadas, admitam sua própria ignorância e reconheçam não saberem nada.
- Dessa forma, segundo Sócrates, o sistema de VALORES do indivíduo desmorona-se bruscamente, fazendo-o alcançar a sabedoria.

- Nesse momento, após algumas deduções seguidas de consentimento afirmativo, Sócrates aprofunda mais e mais a mesma pergunta antes de passar à seguinte. Como resultado, preconceitos, crenças e convicções são derrubados. A conversa se abriu na mente a partir de um interrogatório banal.
- Ao se fazer de ignorante, Sócrates se recusa a posicionar-se como um mestre, fazendo de suas PERGUNTAS inocentes flechas imperceptíveis e desconcertantes que acertam o âmago, deixando ao interlocutor toda a RESPONSABILIDADE pela própria tomada de CONSCIÊNCIA, que pode chegar à conversão filosófica.

Fundamentação central

Quatro disciplinas:

- Psicologia humanística;
- Filosofia oriental;
- Construtivismo;
- Estudos linguísticos.

Psicologia humanística

- Uma das principais raízes do *Coaching*;
- Abraham Maslow e Carl Rogers;
- Visão otimista do ser humano;
- Trata o cliente como o especialista da sua própria experiência;
- Aceita e valoriza o cliente, não emite julgamentos.

Filosofia oriental

- Ressurgimento do budismo;
- Coincide com o nascimento da psicologia humanística e do movimento pelo potencial humano;
- A abordagem ocidental que enfatizava o TER e a abordagem oriental que enfatizava o SER;
- As pessoas buscam encontrar seu próprio significado em si mesmas.

Construtivismo

- Construimos o nosso mundo a partir de nossas experiências;
- Atores principais do teatro da vida;
- Não vemos o mundo como ele é, mas como nós somos;
- Tudo é apenas uma representação criada a partir de nossas experiências;
- O *coach* não fornece respostas ao cliente.

Estudos linguísticos

- Os limites estão nas palavras, não no mundo;
- A linguagem possui papel fundamental na construção de nossa realidade;
- Quando estamos usando a linguagem para a comunicação, estamos apresentando nosso modelo (de mundo) aos outros.

Principais modalidades de *Coaching*

- *Coaching* de Origem – o jogo interior;
- *Coaching* com PNL;
- *Coaching* Integral;
- *Coaching* Ontológico;
- *Coaching* com Psicologia Positiva;
- *Coaching* Comportamental;
- *Coaching* Sistêmico;
- Neurocoaching.

Principais aplicações do *Coaching*

- *Coaching* de Vida (*Life Coaching*);
- *Coaching* Executivo;
- *Coaching* de Vendas;
- *Coaching* de Emagrecimento;
- *Coaching* de Concursos;
- *Coaching* de Relacionamento;
- *Coaching* Esportivo.

Ferramentas de *Coaching* – Roda da vida



Avaliação do dia



