

IV Jornadas Pedagógicas



**Agrupamento de Escolas
D. Manuel de Faria e Sousa**

COACHING

11 de setembro de 2015

Rolando Costa

O que é coaching?

- Processo
- coach



Profissional com quem vamos desenvolver esse processo

Coachee

Coach

E quem somos nós?

- coachee



A pessoa que
procura o coach

Coachee

Coach

O que é preciso?

- É preciso que queiramos sair de um ponto em que nos encontramos...

(ESTADO ATUAL)

- ...e querer chegar a outro ponto

(ESTADO DESEJADO)

- Objetivo

- Meta

Coachee

Coach

Ou seja, ...

- O que é que eu quero?
- O que é que é importante para mim agora?
- O que é que eu não estou a conseguir fazer?

Coachee

Coach

Pode ser:

**Meta
material**

SONHO

**Meta
pessoal**

Coachee

Coach

ATENÇÃO!

- Qualquer meta que seja possível
atingir...

...e/ou realizar.

<https://www.youtube.com/watch?v=DpmSMYKJJPM&feature=c4-overview-vl&list=PLSrcwiJl3DfkxmUsba5Sp87jNrAttqur>

Então, temos:

- COACH

É um profissional que está “ao lado”
de alguém...

- COACHEE

...que, através de diversas técnicas, vai
ajudar o coachee a atingir as suas metas

COACHING

Coachee

Coach

Em que situações se aplica?

- Em todas!
- O foco é sempre o futuro...
 - ...aquilo que se pretende atingir
 - ...como poderemos lá chegar
 - ...e quando desejamos lá chegar

Mas, há que monitorizar!

Coachee

Coach

COACHING:

É uma ferramenta fundamental para todos os líderes, indivíduos, equipas, organizações, que pretendem atingir alto rendimento, quer seja a nível profissional ou pessoal

<http://www.apcoaching.pt/pt/go/o-que-e-o-coaching>

Coachee

Coach

Capacidades desenvolvidas

- Investigação
- Reflexão
- Consciencialização
- Descoberta pessoal de pontos fortes e de melhoria
- Aumento da consciência de si mesmo

Coachee

Coach

Capacidades desenvolvidas

- Aumento da capacidade de responsabilização da e pela própria vida
- Estrutura
- Feedback realista
- Apoio

Coachee

Coach

Efeito dominó

- Com o aumento da performance, alcançamos níveis positivos de resultados nas diferentes áreas da vida

Maior qualidade de saúde

Ferraz, E. (s/data)

Coachee

Coach

O coaching na educação

- Melhorar o desempenho do professor na sala de aula
- Ajudar a definir objetivos e a atingi-los
- Promover o trabalho de equipa
- Melhorar a comunicação
- Reduzir as situações de tensão e conflito

Coachee

Coach

O coaching na educação

- Melhorar a gestão do tempo
- Ajudar a gerir o stress profissional
- Aumentar a satisfação profissional e o equilíbrio

Coachee

Coach

Branco, M. (2014)

O coaching na família

- Ajuda os pais (das crianças) a viverem melhor consigo próprios...

...a descobrirem recursos, talentos, capacidades

- Os pais preocupam-se...

... colaboradores

Coachee

Coach

Revista Mãe Ideal. (2008)

O coaching no trabalho colaborativo

- Promove a dimensão social
- Promove um ambiente menos competitivo
- Promove a interação
- Promove a perceção, motivação e confiança

Coachee

Coach

Davidson (1990)

IV Jornadas Pedagógicas



**Agrupamento de Escolas
D. Manuel de Faria e Sousa**

COACHING

11 de setembro de 2015

Rolando Costa

Coachee

Coach