

## Coaching Pessoal e Coaching Profissional

Normal 0 21 false false false MicrosoftInternetExplorer4      Melhores resultados? Liderança? Qualidade de Vida? Uma vida com menos estresse?      Com certeza todos nós; fizemos algumas destas perguntas. Apresento-lhes o Coaching, que é uma ferramenta poderosa para termos resultados positivos para as questões acima.      O QUE É COACHING? Coaching é o processo que, por meio de metodologias, ferramentas e técnicas, tem como objetivo levar o cliente (indivíduo ou empresa) ao aumento de performance, a busca de novos entendimentos, alternativas e opções capazes de fazer com que amplie suas realizações e obtenha mais resultados positivos.      COMO É REALIZADO? No [Coaching](#), o tanto do Coaching Pessoal quanto o Coaching Profissional.      COACHING PESSOAL Produz mudanças significativas e profundas na qualidade de vida, nível de satisfação, realizações e conquistas do cliente.      BENEFÍCIOS DO COACHING PESSOAL:

- Aumento do equilíbrio e harmonia interior.
  - Aumento do nível de conquistas, felicidade e plenitude.
  - Aumento da disposição, energia e saúde.
  - Melhoria nos relacionamentos e na comunicação.
  - Melhoria nos resultados financeiros e de prosperidade.
  - Aumento da auto percepção e do autoconhecimento.
  - Melhoria nos focos, planejamento e administração do tempo.
  - Aumento da percepção, criatividade e intuição.
  - Mais eficácia no controle das emoções.
- COACHING PROFISSIONAL O Coaching em empresas é uma realidade. O Coaching promove evolução na carreira ou negócios do cliente. Auxilia o executivo a desenvolver um conjunto de atitudes e competências que resultarão em novas maneiras de enxergar, perceber e agir diante das complexas situações do universo organizacional.      BENEFÍCIOS DO COACHING PROFISSIONAL:

- Aumento dos resultados da empresa.
- Aumento da produtividade.
- Melhoria no nível de satisfação com o trabalho.
- Melhoria no trabalho em equipe.
- Melhoria nas habilidades interpessoais, comportamentos e crenças.
- Melhoria na liderança.
- Aumento do autoconhecimento e da percepção dos outros.
- Aumento de responsabilidade pelas ações.
- Redução do nível de stress.
- Desenvolvimento ou melhoria de competências e habilidades como: liderança, comunicação, pensamento estratégico, planejamento, resolução de problemas e conflitos, vendas, entre outras.
- Desenvolvimento ou estímulo de qualidades ligadas ao sucesso: capacidade cognitiva, capacidades sociais, estilos de personalidade, motivação, conhecimento e especialização.      Ser que depois de aprendermos como conseguir nossos resultados, iremos fazer algo diferente para termos um resultado diferente? Eis a questão ...

## Sobre o Autor

Rafael Lobo é Palestrante e Sócio-Diretor da empresa Conceito Zen - Consultoria em SIPAT (palestras, teatros e massagens), Treinamentos Corporativos e Coaching.