



Mudar o foco da sua atenção!

A Convirgente acredita nos resultados para as empresas da utilização da ferramenta de Coaching. Os princípios da Psicologia Positiva aplicados ao Coaching permitem a mudança daquilo que nos limita na satisfação pessoal e profissional e nos causa e acciona dor e sofrimento, para aquilo que nos dá energia e nos projecta para a frente.

Só mudamos quando vemos as coisas por nós próprios.

Acreditamos que o Coaching é um modo de promover a mudança positiva de forma mais rápida do que ela aconteceria por conta própria. É uma abordagem estruturada que ajuda as pessoas a pensarem claramente por si próprias e conseqüentemente serem mais criativas, autónomas e responsáveis pelas suas escolhas.

O cérebro adora encontrar respostas para perguntas!

No momento em que encontra uma solução para um problema (insight) o cérebro auto recompensa-se sentindo prazer. Temos uma emoção positiva!*

No entanto, sabemos que nos nossos papéis de gestores, pais, amigos e outros somos muito propensos a oferecer soluções quando alguém nos trás um problema. Muitos líderes acreditam até que é essa a sua função principal, a sua razão de estar onde estão, a sua obrigação. E o nosso cérebro também gosta do prazer que sente quando encontra soluções para os outros!

É importante entender-se que sempre que oferecemos uma solução a alguém lhe negamos o prazer do cérebro dele e a possibilidade de se sentir proprietário da solução e, por conseguinte, limitamos a sua capacidade criativa, a sua autonomia e tomada de decisão.

Mas que fazer com tudo isto? A ambição das organizações por um melhor desempenho pode ou não tirar partido da forma como o nosso cérebro funciona?

Pode.

Como?

Utilizando as técnicas de coach aos mais diversos níveis da empresa.

O último "**ICF - Global Coaching Client Study**" refere que **96%** dos inquiridos repetiriam a experiência de Coaching e que **68%** dos participantes afirmam que houve um retorno do investimento (ROI) positivo.

**Como gestor, poderá:**

1. Alinhar os seus objectivos e os da sua equipa com a visão da empresa o que lhe proporcionará uma maior produtividade, sentido de compromisso e eficiência;
2. Conseguir um melhor relacionamento de trabalho com a sua equipa, os seus chefes e pares, aumentando o seu nível de satisfação para consigo e para com a empresa;
3. Identificar questões que lhe permitem controlar melhor o seu plano de acção futuro.

Como Director de Recursos Humanos, poderá:

1. Conseguir um complemento de desenvolvimento para os seus colaboradores chave e criar um plano de acção global baseado no Coaching que visa o aumento da satisfação individual no trabalho e, conseqüentemente, nos resultados da empresa;
2. Conseguir um alinhamento de objectivos individuais com os da organização, bem como, o aumento da capacidade de liderança, gestão da mudança, produtividade, capacidade de trabalho em equipa, em resumo, um aumento da qualidade de vida no ambiente de trabalho;
3. Utilizar o Coaching como ferramenta para a retenção de talentos na sua empresa e em áreas como geração e comunicação de ideais e no desenvolvimento do poder de influência individual.

As três principais motivações para seguir um programa de Coaching, segundo o mesmo estudo, foram em 40% dos casos, o aumento da auto-estima e da auto-confiança, em 36%, um aumento do equilíbrio entre a vida pessoal e profissional e em 27% dos casos, o desenvolvimento de oportunidades de carreira.

*Estudos de Psicologia Positiva demonstraram o impacto surpreendentemente poderoso que as emoções positivas têm na eficiência pessoal e profissional.