

Competências de Líder-Coach para alto desempenho

Desenvolva as suas competências profissionais e chegue mais longe!



Competências de Líder-Coach para alto desempenho

Power by MA Consulting & Sbogarim Coaching e Formação

DESTINATÁRIOS:

Executivos e diretores com responsabilidades de gestão e a todos os profissionais que necessitem desenvolver as suas competências profissionais a diversos níveis como liderança, gestão de stresse, comunicação e desenvolvimento de equipas.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

Módulo I – Coaching e Líder Coach:

- O poder do Individuo;
- Estrutura Básica do Coaching;
- Objetivos poderosos
- Plano de Ação e Planeamento;
- Perguntas Poderosas.

Prática com técnicas e ferramentas:

Roda da Liderança e Ponto de Alavancagem; Plano de Ação e Planeamento a curto, médio e longo prazo; Perguntas Poderosas.

- Diferentes tipos de líderes;
- Características de um Líder Coach;

Módulo II - Motivação:

- Conceito de motivação/ Auto motivação;
- O que nos motiva - Valores vitais; Características de uma pessoa motivada;
- Capacidade de desenvolver a coesão de equipa;

Prática com Técnicas e Ferramentas:

Módulo III - Liderar e Gerir com Inteligência Emocional:

- Cérebro emocional vs Cérebro Racional;
- O que são as emoções; identificar as emoções primárias;
- Competências necessárias para construir IE;
- Autoavaliação para as competências de IE;
- Estratégias de autocontrole;

Prática com técnicas, ferramentas e dinâmicas de grupo.

**PEDIDO DE
PROPOSTA**

DURAÇÃO: 21 horas – 3 dias

OBJETIVOS:

- ✓ Entender estrutura básica do coaching e as suas ferramentas: Objetivos de sucesso, plano de ação, perguntas poderosas;
- ✓ Entender conceito de motivação e o que nos motiva;
- ✓ Definir valores vitais e descobrir características de uma pessoa motivada;
- ✓ Entender as diferenças do cérebro emocional e o racional;
- ✓ Desenvolver estratégias de gestão emocional;

FORMADORA: Sofia Bogarim



Master Coach com Certificação Internacional em Coaching e Practitioner em Programação Neurolinguística (PNL), Hipnose e Facilitadora Transpessoal.

Há 8 anos que se dedica ao desenvolvimento pessoal nas áreas de Coaching de Vida e Coaching Executivo.

Dá especial ênfase nas suas sessões ao trabalho à programação e desprogramação da mente, com o objectivo de obter resultados efetivos e eficazes, na reprogramação ao nível do inconsciente. Tem como o objetivo de trabalhar o comportamento humano de acordo com a abrangência da última corrente da psicologia, potenciando o ser humano, nas vertentes de corpo, mente e espírito.

Detém o Certificado de Competências Pedagógicas (CCP) e tem vindo a desenvolver diversos projetos de formação na área de competências comportamentais, em temas como Liderança, Líder-Coach, Comunicação Eficaz, Gestão da Mudança, Competências Emocionais, Gestão de Stresse, Gestão de Tempo.

A sua formação base é Ciências da Comunicação – Relações Públicas e Marketing. No início de carreira esteve 10 anos na área de organização de eventos e marketing.

Considera-se em constante desenvolvimento pessoal, por acreditar que esse é o seu propósito de vida.