

# Life Coaching HIGH RISE®

O Coaching é uma prática objetiva que utiliza técnicas e ferramentas para facilitar a tomada de decisões e promover a expansão da consciência sobre quem somos e obter clareza sobre os objetivos que queremos atingir. Trabalha-se organização de tempo, dinheiro, relacionamentos e experiências para obtenção de resultados positivos mensuráveis em 12 áreas da vida.

O processo é um desafio pessoal e uma oportunidade para encontrar as próprias respostas e viver como uma versão melhor e mais avançada de nós mesmos. O Coaching nos conduz através dos sonhos dando as ferramentas e a orientação para que eles sejam realizados. Ele promove a conquista de uma vida plena e sob controle. Com ações e emoções controladas, ficamos 100% responsáveis e comprometidos com nossas escolhas, e nenhum sonho é distante demais para ser alcançado!

Nossa empresa desenvolveu o único método de Life Coaching em grupo do Brasil, caracterizado por troca de contatos úteis, aprofundamento das relações, autoconhecimento e ganho expressivo de autoconfiança e clareza sobre projetos de vida. Com o uso das técnicas nos tornamos seguros, inovadores, escolhemos nossas conexões e nosso significado num processo evolutivo consciente que contribui pra que o mundo seja melhor depois de nós.

Esta é uma oportunidade privilegiada porque Coaching em uma abordagem de Vida e Relações Humanas como a nossa, pode oferecer direcionamento e principalmente, despertar nosso senso de urgência e responsabilidade, tornando-nos atuantes, realizadores, pessoas em constante lapidação e evolução, preparadas em suas emoções e habilidades, líderes capazes de transmitir luz a quem convive e aprendem com ele.

## [BENEFÍCIOS]

Alguns dos benefícios que as empresas atingiram ao realizar coaching com executivos e funcionários de empresas em processos diferenciados e contínuos de Coaching. Veja quais as melhorias foram relatadas pelos próprios executivos em:

- Produtividade (53%)
- Atendimento ao cliente (39%)
- Redução de queixas dos clientes (34%)
- Retenção dos executivos que receberam coaching (32%)
- Redução de custos (23%)
- Lucro final (22%)
- Relacionamento com a equipe (77%)

- Relacionamento com os líderes imediatos (71%)
- Trabalho em equipe (67%)
- Relacionamento com os pares (63%)
- Satisfação no trabalho (61%)
- Redução de conflitos (52%)
- Comprometimento organizacional (44%)
- Relacionamento com os clientes (37%).

O Coaching mostra aos participantes como absorver e desenvolver recursos pessoais e qualidades para:

- Entender diferenças entre personalidade e consciência;
- Organizar o tempo por valores;
- Desconstruir e construir conceitos e relações;
- Viver com equilíbrio emocional;
- Voltar a confiar;
- Descobrir propósito de vida;
- Validar pessoas e situações;
- Lidar com pessoas “difíceis”;
- Ser significativo;
- Obter segurança e autoconfiança
- Valorizar e aprimorar qualidades de liderança;
- Criar e atingir objetivos pessoais e profissionais;
- Apoiar e acelerar o desenvolvimento pessoal e profissional;
- Diagnosticar impulsionadores de ação e fontes de inspiração;
- Aumentar a satisfação em 12 áreas da Vida;
- Aumentar a fonte de propósito e motivação;
- Vencer com satisfação, felicidade, prazer, segurança, tranquilidade, evolução, transparência e contribuição efetivas.

## [ESTRUTURA DO CURSO]

O Curso Coaching de Vida, que chamamos de High Rise<sup>®</sup> tem carga horária de 40 horas em dois formatos: Curso Extensivo e Curso Intensivo. O Extensivo que acontece em 10 encontros, em um dia específico da semana no período vespertino ou noturno e mais 9 encontros que chamamos de monitoria, onde os participantes tem a chance revisar as ferramentas e esclarecer dúvidas que aparecem no decorrer da semana. Existe também possibilidade dos horários serem definidos pelo

grupo de alunos, no caso de ser um número grande de participantes (partindo de 35 pessoas). O Intensivo com mesma carga horária e conteúdo acontece em dois finais de semana em período integral. Abaixo nosso calendário 2011 de turmas do Extensivo e Intensivo de Life Coaching <sup>AL</sup>.

### [PROGRAMAÇÃO LIFE COACHING EXTENSIVO – 2011]

Acesse nossa **agenda de programação**.

### [PROGRAMAÇÃO DE LIFE COACHING INTENSIVO – 2011]

Acesse nossa **agenda de programação**.

### [LOCAL E HORA DOS CURSOS]

Endereço: FGV UNICA/ SOCIESC

Rua: Salvatina Feliciano dos Santos, 525 – Itacorubi – Florianópolis/SC

Sala 401 – Bloco A – 4º andar

### HORÁRIO EXTENSIVO

Das 19h até 22h30

### HORÁRIO INTENSIVO

Sábado e domingo das 9h às 19h.

