

Erick Brevighieri Moreira do Nascimento

## Conteúdo e Conceitos Ensinados e Demonstrados Durante o Curso

### Fundamentos do Coaching e Desenvolvimento Pessoal

- 01 - O Que é Coaching e Como o Coaching Funciona
- 02 - Distinção de Coaching e Outras Abordagens
- 03 - Foco no Ser: SER - FAZER - TER
- 04 - Competências: Conhecimentos, Habilidades e Atitudes (CHA)
- 05 - Comunicação: Modelo Merabian
- 06 - Inteligência Emocional e Crenças
- 07 - Motivação I: VALORES
- 08 - Motivação II: MISSÃO e VISÃO
- 09 - Introdução à Neurociência e Análise DISC
- 10 - Coaching e Programação Neurolinguística (PNL)
- 11 - Estruturação de Metas e Planejamento
- 12 - Tomada de Decisões
- 13 - 7 Princípios de Realinhamento Para o Sucesso

### Competências - International Coaching Federation (ICF)

#### A. Estabelecendo os Fundamentos

- 01 - Cumprindo as Diretrizes Éticas e Padrões Profissionais
- 02 - Estabelecendo o Acordo de Coaching

#### B. Co-criando o Relacionamento

- 03 - Estabelecendo Confiança e Intimidade Com o Cliente
- 04 - Presença em Coaching

#### C. Comunicando-se De Maneira Efetiva

- 05 - Escuta Ativa
- 06 - Questionamento Instigante
- 07 - Comunicação Direta

#### D. Facilitando o Aprendizado E Resultados

- 08 - Criando Conscientização
- 09 - Desenvolvendo Ações
- 10 - Planejamento e Definição de Metas
- 11 - Gestão de Progresso e Responsabilização

### Ferramentas de Coaching

- 01 - A Grande Jornada: Instrumento de visão geral de desenvolvimento;
- 02 - Janela de JOHARI: Como instrumento de autoconhecimento;
- 03 - Modelo de Conversa de Coaching (6 W's): Como Estrutura de Conversa;
- 04 - Perfil DISC: Como instrumento de autoconhecimento;
- 05 - Reescrevendo Suas Crenças (Exercício Escrito Modelo A-F): Crenças;
- 06 - Meta SMART: Como instrumento de boa elaboração e definição de metas;
- 07 - Rota de Ação: Como instrumento de planejamento;
- 08 - SWOT Pessoal: Como instrumento de geração de ações;
- 09 - Perdas e Ganhos: Para apoio à tomada de decisões;
- 10 - Roda da Vida: Para apoio à tomada de decisões;
- 11 - Missão e Visão: Como instrumento de motivação;
- 12 - Roda da Realização: Como instrumento de autoconhecimento e realinhamento para o sucesso.

### Técnicas de Coaching

- |                                  |                                   |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| 01 - Rapport                     | 14 - Como Se                      |
| 02 - Recaptulação                | 15 - Quem Consegue                |
| 03 - E o que mais? E o que mais? | 16 - Ensaio Mental                |
| 04 - Perguntas com Escala        | 17 - Ensaio Dramático             |
| 05 - Patrocínio Positivo         | 18 - Modelo A-F Contestar Crenças |
| 06 - Reforço Positivo            | 19 - Reenquadramento              |
| 07 - Feedback Perfil DISC        | 20 - Ressignificação              |
| 08 - Feedback Lei de Pareto      | 21 - Uso de Metáforas e Histórias |
| 09 - Feedback Lei do CHA         | 22 - Âncoras Externas e Internas  |
| 10 - Feedback Sanduíche          | 23 - Associado/Dissociado         |
| 11 - Feedback Coaching           | 24 - Relaxamento e Centramento    |
| 12 - Posicionamento              | 25 - Quebra de Estado             |
| 13 - Pergunta Coringa            | 26 - Morder a Língua              |

O participante recebeu este certificado por ter preenchido corretamente um mínimo de 75% das palavras-chave de chamada, faladas no início e final de cada uma das 10 aulas, que tiveram um mínimo de 2,5 horas de duração cada uma. Não foi feito nenhum tipo de teste e avaliação sobre o aprendizado do conteúdo.

[www.brunojuliani.com](http://www.brunojuliani.com)

