



Numa indústria avaliada em mais de 1 bilião de dólares nos Estados Unidos, prova-se que cada vez mais pessoas procuram um *coach*.

Os benefícios pessoais do *coaching* são muito amplos e inúmeros clientes relatam que a experiência do *coaching* impactou positivamente ao nível das suas carreiras, mas também nas suas vidas, contribuindo para aumentar a sua autoconfiança e o seu desenvolvimento pessoal.

Por outro lado, cada vez mais as organizações valorizam o impacto do *coaching* nos seus colaboradores e equipas, verificando-se frequentemente que este cria uma mudança fundamental na abordagem do trabalho, alterando comportamentos e atitudes, como maior resiliência e assertividade, aumento da capacidade de assumir responsabilidades, melhoria do desempenho individual e de equipa, desenvolvimento de talento e sentimento de pertença.

Esta ação tem o objetivo de dar a conhecer o que é o *coaching* e o que não é, que tipos de *coaching* existem, quais os seus benefícios e que ferramentas de *coaching* podemos utilizar no dia a dia.

Conteúdo Programático

- 01 > Definição de *coaching* - O que é um *coach* e qual o seu papel
- 02 > Objetivos e benefícios do *coaching*
- 03 > *Coaching* individual - definição e aplicação
- 04 > *Coaching* equipas e organizações - definição e aplicação

Formador | Filipa Jordão

Data | 30 de janeiro

Horário | 14h30 às 18h30

Local | Escola de Hotelaria e Turismo de Lisboa

Rua Saraiva de Carvalho, 41 – Lisboa

