



TREINAMENTO

Autoconhecimento

Ementa

Através da abordagem Coaching, trazer o *trained* à consciência de que somente o conhecimento e domínios técnicos, não garantem o autodesempenho e a realização pessoal e profissional. O autoconhecimento é o principal fator para qualificação, motivação e o empoderamento pessoal e profissional.

Para um perfil profissional, muito desejado no mercado de trabalho, é necessário ser um Profissional Cabal, ou seja, “... *é o profissional completo! Aquele que tem conhecimento generalista dentro do universo corporativo, mas que também possui a sua área de especialização. Ele deve possuir visão holística e pensamento sistêmico que o torna capaz de assimilar, com maior rapidez e precisão, toda a complexidade do ambiente corporativo e mercadológico.*”. (Fonte: Prof. Ruberval Machado - <https://profruberval.com.br/profissional-cabal/>).

Além desse perfil, o profissional precisa possuir quatro habilidades básicas e fundamentais, são elas:

- **Habilidade Empreendedora**, ser capaz de pensar sempre a frente em seu negócio, ser ousado, dinâmico, inovador, confiante e seguro.
- **Habilidade Administrativa**, pensar de forma organizada, disciplinada e estratégica. Entender e saber conduzir as obrigações burocráticas para que dê base e sustentação ao negócio.
- **Habilidade Técnica**, precisa pensar em seu negócio como um processo. Dominar os aspectos construtivos das suas atividades, buscando qualidade e eficiência produtiva.
- **Habilidade Humana**, dominar as nuances do comportamento humano. Ser capaz de entender seus próprios potenciais e seus limites, assim como dos demais membros da equipe. Desenvolver a capacidade de compreender, tolerar e conduzir a si próprio e todos a sua volta com padrões aceitáveis de controle emocional.

Para as habilidades administrativas e técnicas podemos dizer que apesar de, muitas vezes complicadas, elas podem ser desenvolvidas com estudos, pesquisas e dedicação.





São as atividades perfeitamente previsíveis dentro de um contexto empresarial e mercadológico.

Já as habilidades empreendedora e humana, são consideradas mais complexas. Estão inseridas no contexto da imprevisibilidade, pois dependerá do controle emocional do indivíduo. Desta forma, dependerá, quase que totalmente, do seu autoconhecimento e autodesenvolvimento. Domínio sobre seus comportamentos, atitudes e pensamentos.

Visto que, às habilidades, empreendedora e humana, não se ensinam academicamente, ela precisa ser desenvolvida individualmente. E assim, sugerimos a Abordagem Coaching como meio mais eficaz e assertivo para ser alcançada pelo pretendido profissional.

Portanto, segue abaixo o conteúdo mais adequado para o desenvolvimento destas capacidades.

Objetivo

Criar consciência do potencial individual que possuímos, dando-lhe total condições para que siga por caminhos de prosperidade e abundância, alcançando o sucesso nas realizações dos mais diversos sonhos.

Público-alvo

- Qualquer pessoa que procura respostas para os seus questionamentos.
- Aplicável a todos os níveis hierárquicos da organização.

Programa - Conteúdo Proposto

Teórico

- **Hábitos** – Expor ao *trained* o mecanismo dos nossos hábitos para que possa identificar seus próprios hábitos, sendo capaz de eliminar os indesejados e construir hábitos saudáveis que estejam alinhados ao seu perfil profissional.
- **Autosabotadores** – Mostrar ao *trained* o que são os autosabotadores e como eles agem contra nós. Propor que execute o teste para saber como usa o seu tempo para as coisas produtivas e para que tome posse de quais sabotadores mais o influencia, para em seguida aprender como lidar com eles aumentando sua produtividade pessoal e profissional.





- **Crenças** – Propõe conceituar as crenças para que o *trained* saiba identificar em si quais a estão limitando e impedindo de alcançar o sucesso pessoal e profissional.
- **Valores** – A melhor forma de se conhecer é através dos nossos valores. São eles que definem nossos comportamentos, pensamentos e atitudes. Montar uma escala de valores dentro das prioridades individuais e projetando quais seriam os novos valores a serem desenvolvidos para ser o que se deseja ser no futuro.
- **Talentos** – Ferramenta a ser aplicada para que o *trained* possa descobrir seus verdadeiros talentos e usa-los como aliados para o alcance dos seus objetivos.
- **SWOT** – Ferramenta para autoconhecimento. Identificação dos pontos de fortalecimento e enfraquecimento pessoal interno para que sejam devidamente trabalhados para potencializar as oportunidades e neutralizar as ameaças externas.
- **Ideia e Criatividade** – Mostrar ao *trained* como a criatividade pode ser desenvolvida após a identificação e compreensão da Equação das Ideias.
- **Planejamento e Metas** – Definir objetivos e metas, assim como planejar o caminho que se deseja seguir.

Prática

- A partes práticas estão imbutidas em cada atividade tema abordada.

Participantes por Turma

- Cada turma terá o limite de 25 participantes

Carga Horária

- 16 horas/aula





Recursos Necessários

- WiFi com boa velocidade
- Data Show
- Equipamento de Som
- *Flip Chart* + Caneta Apropriada
- Blocos de notas e canetas esferográficas

Material Fornecido

- ✓ Material Didático e Certificado

