

# Perguntas facilitadoras de Coaching

Daniela Forgiarini Pereira

# “Coaching

é um processo que contribui para que as pessoas e os grupos se transformem, reflitam a respeito de sua visão de mundo, de seus valores e crenças, aprofundem sua aprendizagem, incorporem novas habilidades e capacidades, expandam sua prontidão para agir de forma coerente e eficaz.”

(Krausz, 2007, p.26).

# Coaching

**Coaching não é**

Treinamento  
Gerenciamento  
Liderança  
Aconselhamento  
Terapia  
*Mentoring*  
Consultoria

Logo, o *coach* não é um:

TUTOR  
INSTRUTOR  
CONSULTOR  
MENTOR

O termo *coaching* representa o processo em si;

O termo *coach* (plural *coaches*) representa o profissional que faz *coaching*;

*Coachee* é a pessoa que recebe o *coaching*.

# Papel do Padrinho

- O padrinho é alguém que você confia e que vai ajudá-lo a “lembrar” de suas metas de desenvolvimento.
- Nessa atividade, o padrinho vai ajudá-lo a definir um plano de ação, a partir de perguntas facilitadoras utilizadas na Metodologia de Coaching.

# Perguntas facilitadoras

1) Estabelecer objetivo:

- O que parece mais urgente para você?
- O que realmente você quer?

# Perguntas facilitadoras

## 2) Descobrir oportunidades:

- Quais as saídas possíveis?
- O que você já viu funcionar com outras pessoas?
- Que outras alternativas existem?

# Perguntas facilitadoras

## 3) Planejar a meta:

- De todas as opções, qual é a mais interessante?
- O que é preciso fazer primeiro?
- Como você vai fazer para isso funcionar?
- O que você precisa para atingir a sua meta?



# Perguntas facilitadoras

## 3) Remover dificuldades

- Que dificuldades você pode encontrar?
- O que está faltando?
- Que outros obstáculos você pode encontrar?

# Perguntas facilitadoras

## 4) Resgatar o que precisa ser feito

- Resuma: o que você vai fazer e quando?
- Até o final do módulo, o que você vai fazer e quando?
- Como eu posso lhe apoiar nisso?