

# Coaching para lideranças de impacto social



COM PAOLA MARINONI  
[paolamarinoni.com](http://paolamarinoni.com)



# COACHING INTEGRAL

## CORPO, MENTE E EMOÇÕES INTEGRADOS

Existem diferentes metodologias e processos para um programa de *coaching*. Adoto a abordagem integral que atua simultaneamente nas múltiplas dimensões do ser humano, contemplando aspectos físicos, mentais, emocionais e espirituais.

Abordagem que leva em consideração a complexidade do indivíduo, seu meio e a interdependência de tudo.

A metodologia do Coaching Integral foi desenvolvida pelo Integral Coaching Canada™ e é fundamentada nos princípios da Teoria Integral de Ken Wilber.

O programa é desenhado de acordo com as necessidades de cada cliente e seu mapa integral, o que garante que a mudança seja contínua e duradoura.

**Através deste método você se torna mais consciente do seu jeito atual de abordar determinadas situações, passa a enxergar novas possibilidades e a desenvolver gradativamente novas competências para superar questões importantes para você.**

## O COACHING

É um **processo estruturado** num método de desenvolvimento humano que conduz pessoas (coachees) na superação de desafios ou limitações pessoais que estão gerando frustração e impedindo-as de alcançar seu potencial.

Ter consciência dos próprios desafios ou limitações e desejar superá-los nem sempre é suficiente. É preciso levar em consideração quem você é, o contexto, o ambiente em que está inserido(a), como age e sente, e quais são as suas crenças ou pressupostos que fazem com que você reaja às situações em determinadas maneiras. É neste ponto que um profissional de coaching (coach) pode ajudar.



## O PROCESSO

O programa de coaching integral ocorre ao longo de 4 a 5 meses com 10 encontros quinzenais virtuais, exercícios práticos e *journaling* (diário de coaching).



### 1. QUESTÃO

No primeiro encontro, exploraremos o tópico ou a questão que você deseja superar.



### 2. PROGRAMA

Aqui eu apresento o **seu programa de coaching personalizado**, incluindo as competências que vamos desenvolver. Juntos vamos consolidar o desenho de seu programa para começar.



### 3...9. DESENVOLVIMENTO

Aqui entramos nos **ciclos de desenvolvimento**. Você receberá exercícios práticos e elaborados sob medida. Essa experimentação vai auxiliar o desenvolvimento da 'musculatura' necessária para transcender o seu tópico. Você também registrará seu processo em seu diário de coaching, uma ferramenta para incorporar os aprendizados. O diário é seu, e seu conteúdo não precisa ser compartilhado. Nos encontros vamos conversar sobre esses aprendizados e definiremos a próxima experimentação.



### 10. ENCONTRO FINAL

No encontro final fazemos uma retrospectiva com a consolidação do seu processo e conversamos sobre como seguir seu desenvolvimento.





# QUEM TE ACOMPANHA

## PAOLA MARINONI

Master Integral Coach certificada pelo Integral Coaching Canada™ e Associate Certified Coach pelo International Coach Federation.

Formada em Administração de Empresas com especialização em Marketing, trabalhei pouco mais de 25 anos como executiva, inicialmente nas áreas de Planejamento Estratégico e Marketing para empresas multinacionais e, a partir de 1999, no terceiro setor. Fui Gerente de Marketing e Captação de Recursos América Latina para a Special Olympics Inc., Consultora Sênior no IDIS – Instituto para o Desenvolvimento do Investimento Social Privado e Diretora Executiva do ICE – Instituto de Cidadania Empresarial. No final de 2011 fiz mais uma transição profissional, deixando a vida de executiva para fazer a formação em coaching e, desde então, venho buscando um contínuo autodesenvolvimento pessoal e técnico na área.

Desde 2013 atuo como coach e cofacilitadora de processos de mudança para indivíduos, grupos e organizações.

Fiz a formação em Teatro da Presença Social (MIT/Presencing Institute), abordagem que cultiva o autoconhecimento intuitivo e ancorado no corpo. Integro ferramentas e abordagens da Teoria Integral, Eneagrama, Teoria U, Mindfulness e “Sujeito-Objeto” do R. Kegan para potencializar os processos de coaching que acompanho.



“Acredito na força das organizações da sociedade civil, para o desenvolvimento social, econômico e ambiental do nosso país. E, são os indivíduos que fazem as organizações acontecerem! Indivíduos complexos, únicos que trazem consigo sua própria biografia, crenças, fortalezas, fragilidades, que precisam ser acolhidos e apoiados no seu processo de autoconhecimento e auto-desenvolvimento de maneira a poderem fazer sua jornada mais verdadeira e alinhada ao seu potencial.”



# QUEM JÁ FEZ CONTA

“

A minha curva de crescimento acelerou demais. Eu imagino se eu não tivesse tido todo esse processo, com certeza eu não estaria no cargo que eu estou hoje, não teria estrutura de estar no cargo fazendo as entregas que eu tenho feito hoje.”

“

Essa experiência tem um grande valor para mim porque fez com que eu parasse, olhasse mais para mim enquanto pessoa, enquanto ser humano. Fez com que eu entendesse que, para atender o outro, eu tenho que estar bem comigo, entender os meus sentimentos, me compreender, me acolher. Assim eu posso oferecer e proporcionar a mesma coisa para o outro.”

“

Receber um problema e não ficar sozinha com ele, foi um treino importante, antes eu vivia muito sozinha com a batata quente, e foram exercícios de entender, que apesar de estar na minha mão, eu não estava sozinha, tinham pessoas ali e um sistema que me ajudava a sustentar isso.”

“

Eu estava em um processo de achar que tinha que entregar tudo perfeito, e estava com uma sobrecarga gigantesca, eu absorvia tudo da equipe, porque eu tinha que entregar tudo perfeito, tudo 100%. Então foi um processo de entender isso e priorizar coisas, quais atividades que não são tão importantes, que não precisam ser entregues no nível tão acima, tem atividades que se eu gastar duas horas nela é suficiente, ou seja, colocar a energia necessária em cada demanda, entendendo o resultado que ela pode dar.”

# Entre em contato

VAMOS CONVERSAR

paola@paolamarinoni.com  
11 97275 7919

paolamarinoni.com

**Paola Marinoni**

integral master coach

