

COACHING

Brasil

Supere seus desafios 2019 | fevereiro | Ed. 69

O Thinking Environment
na teoria e na prática

Cultivando coragem

O Thinking Environment
como filosofia de vida e
suas múltiplas aplicações

Aplicando o Thinking
Environment no design de
experiências

THINKING ENVIRONMENT



Luciano Lannes
Editor

Caros leitores,

nos caminhos que percorremos nesta vida, muitas supostas coincidências acontecem. Digo supostas, pois precisamos levar em conta a tal da sincronicidade do universo. Há os acreditam nela e os que não, mas o fato é que após muitos anos afastado de um universo que me é muito querido, o da Cooperação, no final de 2018 participei do FICO, Festival Internacional da Cooperação, onde pude rever amigos e mentores muito significativos em minha jornada como pessoa e como profissional. Também foi uma oportunidade para conhecer pessoas novas e, dentre estas, conheci Steffen, um alemão residente no Brasil, casado com Ana, e que residem em Curitiba. Steffen e Ana trabalham com uma metodologia que me encantou: o Thinking Environment. Embora vários de seus elementos também permeiem meu trabalho, a metodologia possui uma lógica peculiar, que lhe dá uma incrível sustentação.

O Thinking Environment é uma metodologia desenvolvida por Nancy Kline, cuja finalidade é oportunizar ao ser humano experimentar uma conexão muito profunda com o outro, em uma esfera e intensidade nunca antes experimentados. São vários os elementos que a compõem e existe uma lógica para que assim seja. Não vou utilizar este espaço para citá-los, embora o deseje, pois a riqueza dos artigos irá dirimir suas dúvidas e convidar você a vibrar uma oitava acima.

Aliás, ao longo das edições da Revista Coaching Brasil, tem sido comum este convite, de romper modelos estabelecidos, de experimentar formas inusitadas de olhar o mundo, escutar as pessoas, interagir, e agora, com o Thinking Environment, um convite para observar como estão nossos pensamentos, sua qualidade, sua vibração, sua profundidade, e explorarmos as fronteiras que alcançamos hoje, e sentirmos que, ao contrário do que pensávamos, podemos ainda ir muito além, antes de precisarmos do outro para avançar.

A construção de um ambiente saudável para que o pensar aconteça é fundamental para a qualidade do que vamos gerar.

Este é nosso convite, para que você se encante com mais esta metodologia, que penso ser antes de mais nada uma filosofia, um novo modo de ser, para cultivar um pensar mais saudável, responsável, orgânico, integrado e ético.

Damos também as boas vindas a nosso novo colunista, o querido amigo Gustavo Boog, que inaugura sua coluna, "Mais velhos, mais sábios".

Tenha uma excelente leitura.

Luciano Lannes
Editor

- 4 Um outro olhar - Claudia Miranda Gonçalves
- 6 Papo Rápido - A vertigem do crescimento - Mariana Felipe
- 8 Apresentação do Dossiê - Thinking Environment - Steffen Münzner
- 10 Dossiê - O Thinking Environment na teoria e na prática - Ana Lúcia Münzner
- 14 Dossiê - Thinking Environment Um salto no meu trabalho com PNL e Coaching - Valter Vieira Ribeiro
- 18 Dossiê - Cultivando coragem - Trisha Lord
- 22 Dossiê - Contratação no Ambiente para Pensar - mantendo o cérebro em mente - Steffen Münzner
- 26 Dossiê - O Thinking Environment como filosofia de vida e suas múltiplas aplicações - Angela Vega
- 30 Dossiê - Aplicando o Thinking Environment no design de experiências - Marcelle Xavier
- 34 Coaching de Carreira- Quando seu Coachee está desanimado com o trabalho e pretende mudar, o que fazer? - Maurício Sampaio
- 38 Ferramentas de Produtividade - Deixe seu Coachee escolher online - o melhor dia para a sessão dele - Cesar Campos
- 42 Coaching de Saúde e Bem-Estar - A Entrevista Motivacional no Coaching em Saúde e Bem-Estar- Daniele Kallas
- 46 Mais velhos, mais sábios - Meu sobrenome sumiu! O coaching pode ajudar? - Gustavo G. Boog
- 48 Eu, cada vez melhor - Não-violência como caminho de autodesenvolvimento - Debora Gaudencio

Expediente

Revista Coaching Brasil

Publicação mensal da

Editora Saraswati

ano VI – num. 69 – fevereiro 2019

Diretor Editorial

Luciano S. Lannes

lannes@revistacoachingbrasil.com.br

Diretor Operacional

Marcelo Costa

Coordenação Editorial

Nathália Grespan

Projeto gráfico e editoração

Estúdio Mulata

daniilo@estudiomulata.com.br

www.estudiomulata.com.br

Projeto de Site

Mind Design

marcelo@minddesign.com.br

Editora Saraswati

www.editorasaraswati.com.br

Todas as edições da Revista

Coaching Brasil estarão disponíveis no site para acesso exclusivo dos assinantes.

O conteúdo dos anúncios publicados é de responsabilidade dos anunciantes.

A responsabilidade pelos artigos assinados é dos autores.

A Revista é um veículo aberto para a expressão de ideias e conceitos.

Fale conosco

Publisher

lannes@revistacoachingbrasil.com.br

Administrativo

costa@revistacoachingbrasil.com.br

Editorial

contato@revistacoachingbrasil.com.br

Publicidade

midia@revistacoachingbrasil.com.br

Apresentação do Dossiê:

Thinking Environment



Coordenação de Steffen Münzner

Coach, consultor e treinador de Thinking Environment e de desenvolvimento integral.

Ajudando a fazer sentido e criar significado.

steffen@munzner.co

A primeira vez que fiz uma sessão de *Thinking Environment* foi chocante!

Era uma tarde na casa de um amigo que Ana e eu visitávamos na Cidade do Cabo. Falávamos sobre abordagens de transformação pela consciência. “Quer fazer uma sessão de pensamento?” – ele ofereceu. Concordei, pois fiquei curioso para conhecer. Após as instruções, ele me deu 20 minutos para pensar sem interrupção. Foi perturbador e difícil manter o foco no meu pensamento que, em alguns momentos, parecia parar. Ele não me interrompia nem dava conselhos, só me incentivava a continuar pensando. Pela primeira vez entendi o significado do “pensar por si mesmo.”



Com a experiência, fui vendo a beleza e a verdade desse processo. Cada tema pensado, decisão tomada e ações elaboradas me empoderavam de tal maneira que era mais fácil depois implementá-las e monitorá-las.

É uma alegria ver crescer uma comunidade de profissionais de coaching, consultoria, mentoria e facilitadores comprovando o valor de criar um Ambiente para Pensar. Se acreditarmos que a mente que tem o problema também tem a solução, o que nós, coaches, podemos oferecer de melhor para que o cliente possa encontrar por si mesmo a solução?

O *Thinking Environment* é a forma menos intrusiva de coaching que já vi. O cliente é totalmente responsável pelo processo. Nessa edição da Revista Coaching Brasil, vamos tratar dessa abordagem em sua forma mais pura e também quando combinada com outras abordagens de coaching ou trabalhos de grupo.

Minha parceira de vida e colega, Ana, oferece uma visão geral sobre o *Thinking Environment* e seus Dez Componentes, a partir do que aprendeu bem próxima da fonte original do trabalho.

Trisha Lord, nossa mentora, é membro do *Global Faculty* do *Time to Think*, organização global que certifica coaches, consultores e facilitadores ao redor do mundo. Ela descreve uma sessão

de pensamento e o poder da *pergunta incisiva* para remover pressupostos limitadores.

Valter Ribeiro é coach muito experiente e treinador de PNL. Ele descreve como foi sua experiência em uma sessão de pensamento e o que mudou para ele após conhecer o *Thinking Environment*.

Em meu artigo, dei ênfase à questão da contratação para o coaching em *Thinking Environment*. Percebemos, com nossa experiência, o que é importante explicar ao cliente para que possa desfrutar da sessão, acessando seu pensamento de forma independente.

Nossa colega Angela Vega dá uma narrativa sobre o que mudou para ela ao incorporar o *Thinking Environment* como coach e facilitadora. De uma forma bem autêntica, ela descreve várias aplicações e traz uma visão peculiar sobre o *Thinking Environment* como uma escolha da vida.

Marcelle Xavier oferece a perspectiva do *Thinking Environment* no trabalho com grupos, mas que pode funcionar também no trabalho individual. Ela compõe com várias abordagens e ressalta o efeito surpreendente da escuta e dos componentes.

Bons pensamentos!

Com sincero agradecimento,
Steffen Münzner 



Steffen Münzner
Coach, consultor e treinador
de Thinking Environment e de
desenvolvimento integral.
*Ajudando a fazer sentido e criar
significado.*
steffen@munzner.co

 Leia em 12 min

Contratação no Ambiente para Pensar MANTENDO O CÉREBRO EM MENTE

- Por favor, sinta-se à vontade e pense por si mesmo!
- O quê? O que é isso?

Muitas coisas podem ser ditas sobre o uso do *Thinking Environment* como sua abordagem de coaching (ou, na linguagem que usamos: uma Sessão de Pensamento). Mas um dos pontos mais desafiadores e interessantes é como você explica ao seu cliente o que é a Sessão de Pensamento e como ela difere de outras abordagens de coaching. E isto é normalmente feito na fase de contratação do processo de coaching. Esse artigo explica como contratar e como usar o *Thinking Environment* como sua abordagem principal ou combinado com outras abordagens e técnicas de coaching.

Por que o *Thinking Environment* pode ser tão útil em coaching para executivos? Pesquisas (por exemplo: Pillans & Corporate Research Forum, 2014) mostram que especialmente executivos de *C-level* muitas vezes não têm tempo para pensar por si mesmos. Eles entram no modo "metralhadora de decisões", disparando grande quantidade de decisões em curtos períodos de tempo, baseando-se em relatórios e recomendações que normalmente foram elaborados por outros. Muitas



vezes, eles não têm tempo para pensar antes de tomarem suas decisões. É claro que a capacidade de tomar decisões é muito importante para um executivo, mas como garantir a qualidade dessas decisões? E como seria se pudessem ouvir as recomendações, explorá-las, encontrar tempo para se conectar com o todo, ouvir cuidadosamente o seu sentimento intuitivo e examinar as suposições implícitas?

Há muitos estudos que mostram porque o coaching funciona. Por exemplo, Pillans & Corporate Research Forum (2014) descrevem 6 razões pelas quais o coaching é tão eficaz em ambientes de negócios. Uma dessas razões é que os executivos são capazes de fazer uma pausa, refletir e esvaziar a cabeça em uma sessão de coaching. Eles consideram o tempo que passam com o coach como seguro e sagrado, algo que os executivos raramente têm em suas vidas ocupadas. As Sessões de Pensamento são uma forma efetiva de usar essas pausas para refletir e pensar por si mesmos, o que é possível ao se aplicar um princípio fundamental do *Thinking Environment*: Nunca interrompa o Pensador!

A interrupção, mesmo que na forma de uma pergunta, torna difícil para o Pensador (Coachee) ter uma visão completa do tópico em questão. Já David Bohm (1994) dizia que não é da natureza do ser humano fazer auto-reflexão (ele cunhou este fenômeno de "propriocepção"). Em vez de obter todo o quadro, o que acontece naturalmente é uma fragmentação dos pensamentos. A fragmentação é um fenômeno natural (dado que, de fato, há muita informação a ser processada), mas também é desencadeada pela interrupção durante o processo de reflexão e atribuir sentido.

É um desafio compreender o todo em um mundo cada vez mais complexo, incerto e volátil, ainda mais como executivo perante uma infinidade de demandas o tempo todo. Apenas poucos executivos conseguem, nestes momentos, relaxar e se manterem atentos para usar a sabedoria por trás de seus conhecimentos, experiências e sentimentos intrínsecos. A conexão mente-corpo ajuda a criar sentido dos dados e fatos. É mais fácil abordar um problema com padrões de pensamento aprendidos ao longo de toda a vida, o que faz com que atuemos em situações parecidas usando de forma automática esses padrões aprendidos. Em muitos casos, agir desta forma é bom e útil, mas não em todos.

E como diferenciar quando não é mais útil?

É possível sair de hábitos e padrões aprendidos quando começamos a analisar nossos padrões de pensamento e pressupostos. É «pensar sobre o pensar», que é, segundo o neurocientista David Rock (2006), o primeiro de seis passos para transformar o desempenho dos líderes e subordinados. Por isso, podemos usar o potencial da neuroplasticidade que nosso cérebro tem para criar novos padrões de pensamento e hábitos.



Em um *Thinking Environment*, chamamos esses padrões e hábitos de “Pressupostos Limitadores”. Eles nos fazem pensar como pensamos, sentir como sentimos e, eventualmente, agir como agimos. Parece não ser possível sair dos limites do caminho já conhecido, enxergar além e expandir esses limites. Dessa forma, continuamos a ter uma visão fragmentada e parcial da realidade e, conseqüentemente, acessamos as soluções também dessa forma.

Procurar um novo caminho pode ser estranho e as vezes até assustador. Temos que começar a pensar de forma diferente e procurar novas soluções que antes não eram imagináveis. O que é necessário para que possamos pensar em algo nunca antes imaginado? Como pensar completamente por si mesmo? Sendo Parceiro de Pensamento em uma Sessão de Coaching, que informações devo dar inicialmente para que o Pensador possa pensar por si mesmo?

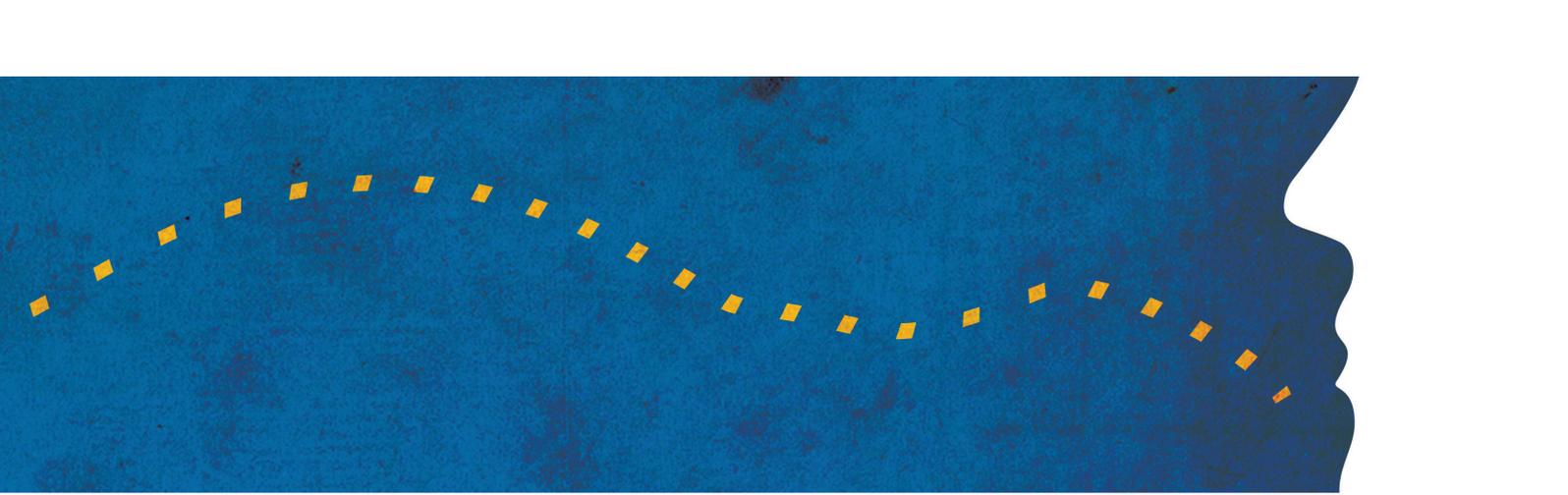
Para muitas pessoas é uma sensação bastante estranha quando fazem a sua primeira Sessão de Pensamento. “Agora, por favor, pense por si mesmo!” Para mim, pelo menos, foi muito estranho na primeira vez – e depois, libertador. Bem, como primeiro passo, você tem que decidir sobre o que quer pensar, portanto, verifique o que é importante e atual naquele momento em particular. E então começar a pensar sobre isso. “Caramba!” E então se

manter comprometido a continuar pensando – sem interrupções por parte do coach.

O coachee precisa de algumas informações na fase de contratação para entender as razões de não ser interrompido, já que em nossas conversações normais, o outro normalmente interrompe, termina sua frase ou faz perguntas. Portanto, você espera que seu coach faça exatamente isso: interromper para dar *inputs*, apontar falhas, sombras ou suposições no que você diz e pensa. Tudo isso é uma boa prática, mas não seria uma Sessão de Pensamento. Para este comportamento “comum” há outro tipo de acordo inicial (que muitas vezes fica silenciosamente implícito, infelizmente).

Isso significa que você, como Pensador, precisa saber desde o início o que normalmente acontece em uma Sessão de Pensamento (seu Parceiro de Pensamento olhando para você com interesse genuíno) e o que não acontece (como interrupção). Você é totalmente responsável pelos seus objetivos na sessão (ou entre os limites que foram definidos e acordados no início de um processo de coaching mais longo). E você se compromete a pensar por si mesmo.

Thinking Environment não é, neste sentido, um processo naturalmente aprendido no coaching (ou na vida em geral), porque não é natural para a maioria das pessoas pensar



de forma independente sem que alguém as interrompa.

A contratação inicial é crucial em cada processo de coaching e, igualmente, se não mesmo mais importante, no coaching em *Thinking Environment*, pois o coachee não está habituado a esse tipo de interação.

Pode ser desconfortável no início apenas falar sem ser interrompido. Pode ser ainda mais desconfortável para o Pensador quando ele chega num ponto em que um pressuposto limitador bloqueia o caminho para o objetivo desejado. Isto é verdadeiro para o coaching puramente em *Thinking Environment*, mas também para um processo de coaching no qual o coach combina o *Thinking Environment* com outras abordagens. Por exemplo, alguns coaches oferecem 35 minutos de escuta em um *Thinking Environment* antes de entrarem em diálogo com o coachee.

O sucesso do *Thinking Environment* no coaching depende um pouco da maturidade do seu cliente. Como e se faz sentido oferecer um *Thinking Environment* pode ser acordado na conversa de orientação, quando você obtém uma primeira imagem

das necessidades e perfil do cliente. A partir de nossa experiência como Coaches no *Thinking Environment*, não se deve subestimar o potencial de seus clientes para pensarem por si mesmos. Tente explicar o processo e pergunte ao seu cliente se ele acha que vale a pena fazer uma experiência.

Acreditamos também que os clientes que têm inclinação ao coaching em *Thinking Environment* já entendem o valor que o pensamento independente pode trazer, pois o coachee consegue realmente decidir por si mesmo o que é mais importante no momento, quais informações precisa e constrói suas soluções com vontade própria de acompanhá-las. Tudo isso só é possível por causa do acordo inicial e muito especial que temos em um *Thinking Environment*: O coach cumpre a promessa de nunca interromper para que os clientes possam encontrar por si próprios suas melhores soluções com disciplina, coragem e clareza. E assim, alcançando os resultados com a amplitude e a profundidade para as quais estão preparados.

"Talvez você esteja procurando nos galhos o que só encontramos nas raízes."
(Rumi) 

Referências:

Bohm, D. **Thought as a System**. Routledge. 1994

Pillans, G., & Corporate Research Forum. **Coaching – Business Essential or Management Fad?** (crfresearch). London, UK. Retrieved from <https://www.crforum.co.uk/research-and-resources/coaching-business-essential-or-management-fad-2/> 2014.

Rock, D. **Quiet Leadership**. HarperCollins e-books. 2006.



Ana Lúcia Münzner
 Consultora, Facilitadora e Coach em Thinking
 Environment.
*Criando espaços de autenticidade
 para decisões de qualidade.*
 ana@munzner.co

🕒 Leia em 11 min.

■ O *Thinking Environment* NA TEORIA E NA PRÁTICA

Logo no início, quando começamos a trabalhar com o *Thinking Environment*® no Brasil, tivemos um desafio com a tradução que foi até engraçado. Mas nos ajudou a compreender a amplitude do conceito que está por trás das palavras.

- **Thinking** (substantivo): pensar, refletir, raciocinar.

No que quer dizer Nancy Kline, criadora da abordagem: o processo do fazer sentido, incluindo pensar, sentir e observar os impulsos do próprio corpo.

- **Environment** (substantivo) (plural: *environments*): Ambiente, meio-ambiente, contexto.

Quando as pessoas se interessavam em saber mais, eu me interessava primeiro em saber o que as pessoas achavam que é.

“Um movimento de preservação do meio ambiente?”

E quando testamos no português, era comum escutar:

“Parece algo meio esotérico...”

Mas não é nada disso. O *Thinking Environment*, que traduzindo para o português seria algo como: “Ambiente para Pensar”, é uma metodologia que permite criar entre pessoas um ambiente de apreciação e respeito para gerar novas ideias, remover bloqueios de pensamento, investigar possibilidades e tomar decisões. Nancy





Kline, ao longo dos seus mais de 30 anos de observação e pesquisa, comprovou sua eficácia para o desenvolvimento individual e em organizações.

A base do *Thinking Environment* – acabamos por ficar com o termo original em inglês – provém de uma simples observação:

“A qualidade de tudo que fazemos depende da qualidade do pensamento que desenvolvemos antes da ação.” (Nancy Kline)

Na prática, essa observação é de tirar o fôlego. E isso motivou a pergunta:

Como podemos ajudar as pessoas a pensarem por si mesmas com disciplina, imaginação e coragem?

Nancy dedicou boa parte de sua vida buscando respostas para essa pergunta. A conclusão:

“Depende da forma com que tratamos os outros enquanto estão desenvolvendo seu pensamento.”

Ao longo de seu trabalho, essa resposta se traduziu nos Dez Componentes do *Thinking Environment*, que são uma forma de tratar o outro para catalisar seus pensamentos. **Quanto mais desses componentes estão presentes no ambiente, seja numa reunião, numa Sessão de Pensamento – assim chamada a sessão de Coaching – ou em qualquer interação humana, mais se promove o pensamento independente.**

Os Dez Componentes

- Atenção

Ouvir com respeito palpável e sem interrupção.

Não é à toa que a atenção é o primeiro componente de um *Thinking Environment*. De fato, é a qualidade da atenção que determina a qualidade do pensamento do outro. Ela é a manifestação de um genuíno

interesse e curiosidade pelo processo de pensamento do outro e onde mais ele pode chegar sem precisar do que você pensa. Você se interessa verdadeiramente pelo pensar independente, por isso, não interrompe.

- Igualdade

Valorizar todos igualmente em sua capacidade de pensar.

Em um *Thinking Environment*, todos têm a garantia de sua vez para falar – ou pensar alto – e trarão sua melhor contribuição na presença da atenção. Em pares, rodadas de pensamento ou discussões (aplicações de base mais usadas), o tempo é igualmente distribuído e as pessoas aprendem a ser sucintas. Em sessões individuais, a igualdade se mostra no valor que você dá ao pensamento do outro, tanto quanto ao seu. Uma forma prática de expressar esse componente é através de combinados e acordos claros. Isso inclui tempos de fala e critérios de decisão.

É responsabilidade de todos, igualmente, manter os acordos e limites concordados.

- Tranquilidade

Libertar-se do senso de urgência interna.

Antes de cada sessão de *Thinking Environment* é importante trazer a atenção para qualquer desconforto ou preocupação, criando leveza interna – isso cria melhores condições para o pensamento de qualidade.

- Apreciação

Oferecer genuíno reconhecimento das qualidades da outra pessoa e do que está funcionando bem.

Uma visão acurada da realidade inclui tanto o que não funciona quanto o que funciona bem.

As pessoas se sentem valorizadas e estimuladas em um ambiente apreciativo. Isso desperta na mente uma sensação de pertencimento e bem-estar. Ao contrário,

a presença de criticismo, ameaças, rejeição e infantilização provoca no cérebro o mesmo tipo de reação que é provocada por uma dor física. Isso impede o pensamento analítico e *insights* que usam a parte mais criativa do cérebro, reduzindo a capacidade de resolver problemas. (Rock, 2009)

Nos ambientes tradicionais, o criticismo impera sobre a apreciação, por isso as pessoas ficam tão relutantes em naturalmente compartilhar o que realmente pensam. Para incorporar esse componente, Nancy recomenda praticar uma proporção de 5:1 de apreciação contra criticismo, ou seja, para cada pensamento crítico e julgador, encontrar cinco pensamentos apreciativos sobre a mesma pessoa ou assunto. Isso estimula o pensamento de qualidade.

- Encorajamento

Sair da competição e incentivar o outro a ultrapassar os limites do seu pensamento.

Em nossas interações cotidianas, é comum aparecerem silenciosamente vozes de julgamento: "isso é ridículo", "isso não vai funcionar" ou "não tem nada a ver eu estar pensando isso agora!". Concorremos com o pensamento do outro e às vezes com os nossos próprios. Competir e comparar não asseguram excelência e podem ser contraproducentes no longo prazo. Se esse componente for sustentado, as pessoas rompem com suas barreiras de pensamento e encontram um espaço de auto-questionamento construtivo e libertação.

Como Coach, na prática é o equivalente a dizer, mesmo que silenciosamente; "estou totalmente aqui com você" ou incentivar: "onde mais você pode chegar por conta própria com o seu pensamento antes de precisar do meu?"

- Sentimentos

Permitir alívio emocional suficiente para restaurar o pensamento.

Nossa socialização não permite expressar sentimentos negativos como algo natural. Acabamos por suprimi-los, especialmente no ambiente de trabalho. Em muitas situações, a expressão das emoções é combatida e vista como sinal de fraqueza.

Em um *Thinking Environment*, incentivamos a conexão dos sentimentos com o pensamento. Expressar as emoções pode trazer à tona informação (que também é um dos componentes) essencial ao processo.

- Informação

Fornecer dados e informações necessários. Encarar os fatos, saindo da negação.

Tomamos nossas decisões com base nas informações e perspectivas que temos no momento, acuradas ou não. Para pensar com qualidade, precisamos de informação verdadeira, relevante e atual. Na falta de informação ou quando é incorreta, a qualidade do pensamento e das decisões decai. E todo o processo de pensamento pode ser em vão.

Quando há dificuldade em encarar dados e fatos, nossa tendência natural é querer fugir ou cair em negação. O *Thinking Environment* convida a ter a coragem de lidar com todo o tipo de informação e disponibilizá-la quando necessário para as pessoas poderem pensar com qualidade.

- Diversidade

Acolher o pensamento divergente e as diferentes identidades do grupo.

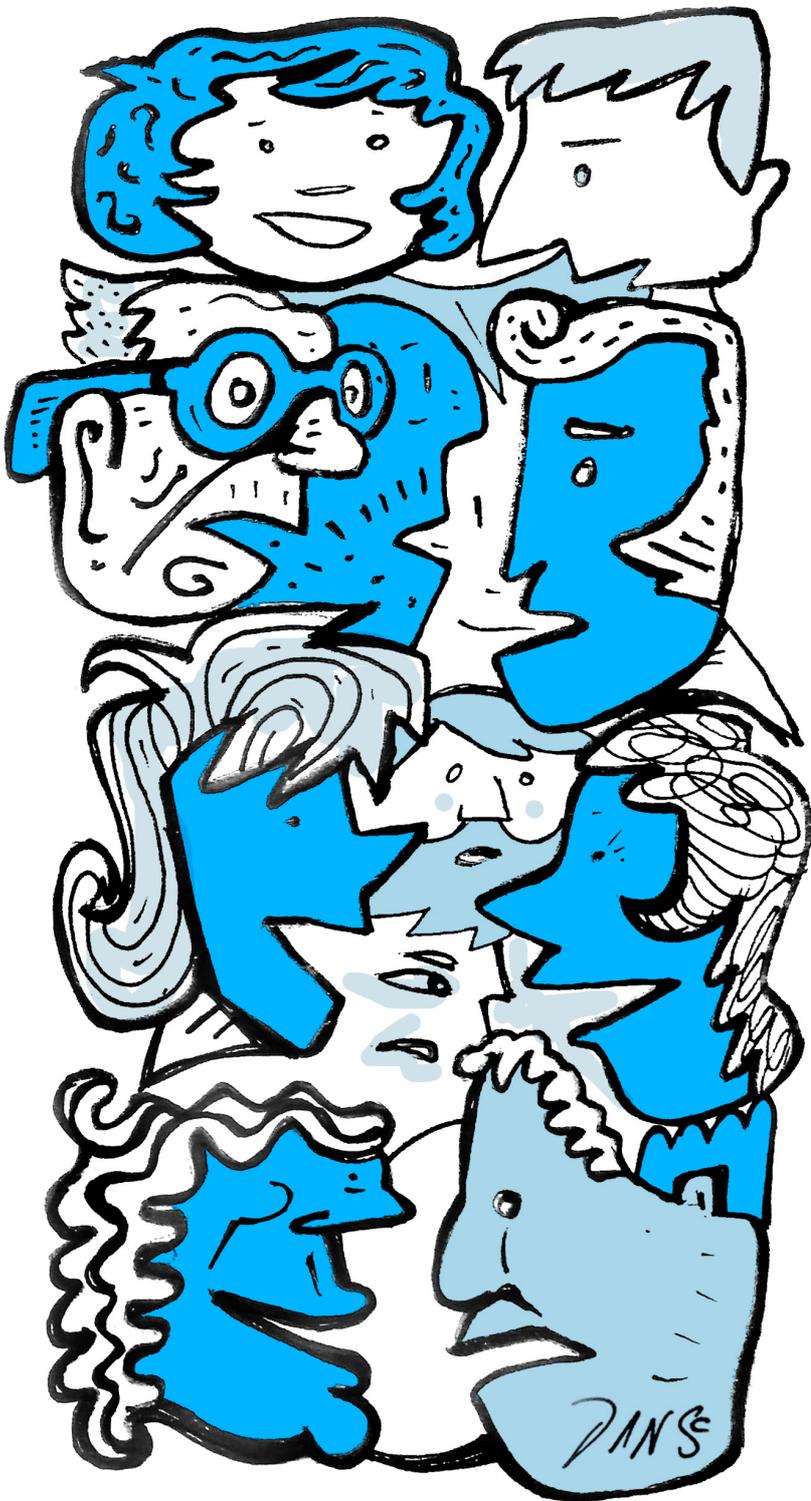
Quando aceitamos as diferentes perspectivas e visões, ampliamos nossa visão da realidade e conseguimos pensar melhor. Abrir espaço para esse componente envolve aceitação do que pode ser radicalmente diferente de mim e do que eu penso.

A falta desse componente é expressada por intolerância. As pessoas ficam presas em suas verdades e opiniões.

- Perguntas Incisivas (Incisive Questions™)

Remover pressupostos que limitem nossa capacidade de pensar por nós mesmos com clareza e criatividade.

Ao percebermos um ponto de travamento, podemos construir perguntas que rompem com pressupostos limitadores e removem bloqueios que permitem às pessoas continuarem a pensar com qualidade e sem limites.



Essas perguntas podem ser respondidas em pares, rodadas ou discussão, se estivermos em uma reunião, ou de forma individual, em sessões de coaching.

Veremos nessa edição diversos exemplos reais de como desenvolvê-las e aplicá-las em coaching.

- Local

Uma forma silenciosa de comunicar pelo ambiente: "Você importa!"

Este componente refere-se tanto ao lugar físico – a sala de atendimento, o local de trabalho – como o nosso corpo, que é o "local" dos nossos pensamentos.

Estar com o corpo tranquilo e livre de desconfortos influencia positivamente a qualidade do pensar. Da mesma forma, um ambiente limpo e cuidado remete à intenção de quem os preparou para receber os pensadores.

O ambiente físico também influencia nossos pensamentos.

Desenvolver esses componentes exige prática e disciplina. Com o contínuo aperfeiçoamento de suas percepções sobre cada componente, você vai tornar sua presença cada vez mais natural, seja no trabalho de desenvolvimento individual ou de grupos. O resultado é visível e sentido pelo outro. 🌀

Referências:

Mais informações sobre Nancy Kline e o Thinking Environment em inglês aqui: www.timetothink.com.

Gottman, J. **The work of the Gottman Institute in Seattle has uncovered the effect of a 5:1 ratio of appreciation to criticism on successful relationships.** The Gottman Institute, Washington. 2006.

Kline, N. **More Time to Think.** Fisher King. 2009.

Rock, D. **Managing with the brain in mind.** *Strategy+business*, Issue 56, Autumn 2009 reprint number 09206. 2009.

FONTE CONFIÁVEL
sobre Coaching em
língua portuguesa



Ainda não é
assinante?

Assine agora e tenha
acesso on-line a todas
as nossas edições

www.revistacoachingbrasil.com.br/assine

