

Coaching News

 Edição Nº. 34

adriana lombardo
consultoria, treinamento e coaching



Notícias:

Não pense grande demais, mas enxergue longe!

As mulheres no mercado de trabalho no Brasil: expectativas, ambições e desafios

Lançamento do livro Coaching em São Paulo

Não pense grande demais, mas enxergue longe!

Nem tudo que a gente *precisa fazer*, a gente *gosta de fazer*. Por exemplo, a grande maioria dos meus *coachees* não se dedica à prática de exercícios físicos com regularidade, pois embora reconheça a necessidade de cuidar melhor da própria saúde, tem dificuldade em mudar de hábito.

Depois de tantos anos estudando mudança, posso dizer que o termo está estreitamente relacionado à capacidade de ver longe, mas focando o pensamento em fazer o que está ao nosso alcance imediato, encontrando maneiras e caminhos para fortalecer a autoconfiança. Afinal, mudanças como um casamento, o nascimento de um filho ou uma promoção no trabalho estão associadas, também, a uma parcela de medo do fracasso: de não corresponder às expectativas da pessoa amada; de não saber cuidar bem de uma criança e dar-lhe uma boa educação; de não conseguir ser um profissional eficiente na nova posição.

Quer vencer o medo e apostar no sucesso da mudança?! Não pense grande demais! Comece a pensar pequeno, mas saiba enxergar longe, traçando suas metas por etapas. **Inicie seus planos e projetos de grandes mudanças com metas simples, que possam ser realizadas no curto prazo:** fazer caminhada uma ou duas vezes por semana, para ter mais bem-estar psicofísico; conseguir economizar cinquenta reais a mais por mês, para comprar mais rápido sua próxima casa; realizar reuniões preparatórias semanais com sua equipe, para organizar um grande evento; reservar uma hora a mais por semana, para melhorar as relações com alguém especial na sua vida.

Não é o tamanho da meta que faz a diferença, mas sua complexidade e distância no tempo. Para alcançar seus objetivos de vida e carreira, é preciso transformar desejos e aspirações em planos, criando hábitos e rotinas com várias metas de fácil realização num prazo de tempo exequível, lembrando, sempre, de celebrar cada conquista.

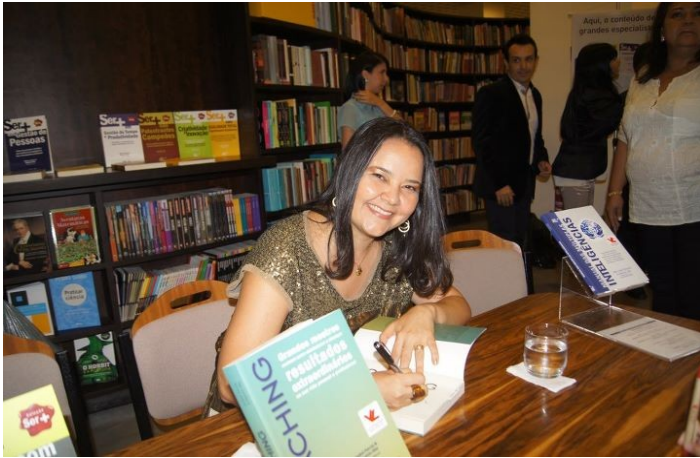
As mulheres no mercado de trabalho no Brasil: expectativas, ambições e desafios

Pesquisas realizadas recentemente, por meio de consultas *online*, traçam o cenário atual da inserção das mulheres no mercado de trabalho no Brasil, bem como suas expectativas e ambições. De acordo com dados publicados em março pelo site Vagas.com.br e pela rede social LinkedIn, **as mulheres estão focando mais em desenvolvimento profissional do que em aumento da sua remuneração e têm como sua maior ambição o equilíbrio entre vida pessoal e profissional**, ao invés do mero sucesso no trabalho.

As conclusões do estudo do LinkedIn, que pesquisou a opinião de mulheres de outros doze países além do Brasil, demonstram que tais tendências se refletem também na escala global. Entre os desafios mais apontados pelas profissionais brasileiras, destacaram-se a falta de um plano de carreira e a desigualdade salarial respeito aos homens. Por outro lado, a maioria das mulheres, inclusi-

ve dos 68% que ainda não são mães, considera que ter filhos não atrapalha muito a carreira. Outro resultado interessante do estudo do LinkedIn é que as mulheres concordam que sua aparência pode impressionar, mas não tem grande impacto em sua carreira.

A maioria das profissionais brasileiras entrevistadas confia em seu desempenho e valorização profissional e é otimista quanto à projeção de sua carreira, mas não abre mão de se sentir bem em sua vida pessoal e familiar. Por isso, **as mulheres buscam principalmente flexibilidade, tanto de horário quanto de local de trabalho:** 87% gostariam de trabalhar 2 dias em casa e 3 na empresa. Afinal, dados de um estudo de 2012 da Organização Internacional do Trabalho (OIT) demonstraram que as mulheres brasileiras trabalham, em média, 5 horas a mais por semana do que os homens, contando o tempo ocupado com afazeres domésticos.



O artigo de Adriana aponta os principais fatores de retenção e afastamento dos talentos, apresenta sugestões para (re) construir motivação e confiança nas organizações, e explica porque e como o *coaching* pode ser utilizado para promover a retenção de talentos e atingir as metas de negócio e desenvolvimento empresarial, elevando e valorizando ao máximo o potencial individual e coletivo do capital humano.



Em 12 de março, na Livraria da Vila do Shopping Iguatemi JK, em São Paulo, a noite de autógrafos para o lançamento do livro "**Coaching – Grandes mestres ensinam como estabelecer e alcançar resultados extraordinários na sua vida pessoal e profissional**", da Editora Ser Mais, atraiu profissionais das mais diversas áreas. Autores e convidados aproveitaram a oportunidade e a atmosfera descontraída do evento para trocar, além de cartões de visita, muitas informações, relatos e ideias sobre suas respectivas trajetórias e planos de vida e carreira.

A publicação, que reúne 51 artigos de diversos autores, servirá de referência e inspiração para *coaches* e outros profissionais, bem como para as organizações em geral, de vários tipos, níveis e setores. Nas palavras de Maurício Sita, um dos organizadores e anfitriões do evento e presidente da editora Ser Mais, "*o Coaching desenvolve as pessoas, opera mudanças, e praticamente garante a realização dos objetivos e metas de cada um*".

Voltado especialmente para o desenvolvimento organizacional, o livro também inclui o artigo "**Coaching para retenção de talentos: uma estratégia essencial de vantagem competitiva para organizações globais**", baseado em experiências e estudos da Master Coach, palestrante e consultora **Adriana Lombardo**, em várias organizações, no Brasil e no exterior.



Adriana Lombardo, co-autora do livro, com Maurício Sita, diretor da editora Ser Mais, e grupo de autores

Para adquirir um ou mais exemplares autografados do livro, e/ou solicitar realização de palestras empresariais sobre coaching, prospecção, gerenciamento e retenção de talentos, bem como sobre outros temas tratados no livro, entre em contato com Adriana pelo e-mail: coaching@adrianalombardo.com

adriana lombardo
consultoria, treinamento e coaching

<http://www.adrianalombardo.com>
<http://blog.adrianalombardo.com>
coaching@adrianalombardo.com
Cel. (+55 61) 8128-2804

Grandes mestres ensinam como estabelecer e alcançar resultados extraordinários na sua vida pessoal e profissional

COACHING

por apenas **R\$ 58,90**