

## ICF Portugal - Newsletter Outubro 2017



Outubro é o décimo mês do ano no calendário gregoriano, tendo a duração de 31 dias. Outubro deve o seu nome à palavra latina *octo* (oito), dado que era o oitavo mês do calendário romano, que começava em Março.

Outubro começa sempre no mesmo dia da semana que o mês de Janeiro, exceto quando o ano é bissexto.

É o mês em que as folhas ganham tonalidades entre o amarelo e o vermelho, antes de revestirem os caminhos como um tapete de cores envolventes. E é nestes caminhos que vamos assistindo à mudança de estação. As temperaturas mais baixas convidam-nos a usar peças de vestuário que nos protegem de algum desconforto. Este ano experimentamos um Outono muito quente. As folhas nas árvores já caem, e as roupas são de Verão.

A mudança faz parte das nossas vidas, e assim são as sessões de coaching onde desenhamos em parceria novas cores à medida que o processo avança.

Umhas vezes pautadas por fantásticos momentos de conforto e de saber, outras vezes pautadas pelo desconforto e pelo não saber.

Assim é o Coaching, em cada estação (sessão) muda de cor, aroma, temperatura.

Helena, Cristina, Ana e Paula

A Direcção que suporta o seu caminho



Artigo de Opinião

### **“Os efeitos positivos de pensar negativo”**

por João Sevilhano

[\[ Ler Artigo Completo \]](#)



### **ossos Coaches Solidários**

ossos projectos solidários em. Temos um enorme orgulho e não pelos voluntários que lidam situações complexas do ponto de emocional, dor, saudade, pobreza ta esperança. A cada dia que a transformamos vidas, expandimos consciências.

O *Coaching Activism* conta com 16 Coachees em Portugal que estão a ser acompanhados por 9 Coaches em Portugal e 6 fora de Portugal. O projecto decorre até Dezembro quando

será feita a avaliação dos resultados.  
O projecto [Cozinha com Alma](#) conta com 20 Coaches que acompanham 30 famílias com distintas singularidades, competências e percursos de vida.  
Hoje deparam-se com um presente turbulento com o qual têm dificuldades em lidar: procura de emprego, requalificação profissional, problemas familiares, etc.  
A capacidade de discernimento, nestas situações inesperadas, passa para segundo plano. O medo do futuro ganha e a "visão" fica distorcida .  
Todos os dias os nossos voluntários contribuem para uma maior lucidez e co-construção de um final feliz.

---

---



### Workshop “Uma viagem até a Costa da Morte com um Coach Certified Coach”

É Ribeiro, MCC, a viver em  
Lisboa, vai conversar connosco  
na 23 de Outubro, sobre uma  
viagem com os seus altos e baixos até  
à Costa da Morte com um  
Coach Certified Coach. Vai ainda falar  
sobre os requisitos ICF, as  
Competências centrais, as possíveis  
armadilhas, os recursos úteis e as  
perguntas e respostas.

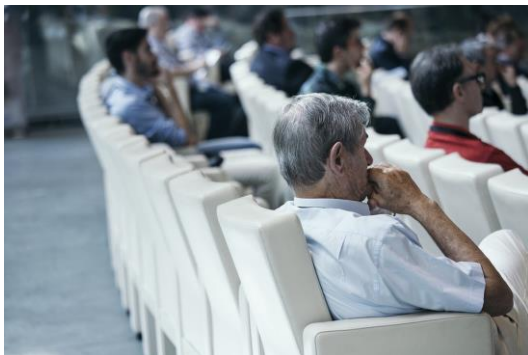
[Ver mais](#)



### **Workshop “O Coach também tem dúvidas”**

Dia 26 de Outubro vamos ter a 5ª sessão das nossas conversas em que as dúvidas são os atores principais. Este é um espaço e tempo habitados pela confiança e pela partilha. Os coaches deste grupo continuam o seu processo de crescimento e a maturidade das intervenções é notória.

Inscrições: <https://goo.gl/forms/eYUycawqJ8DIJy513>



### **Essa Conferência Anual**

reparativos da conferência vão sendo ao sabor dos temas, das ras, dos olhares, da escuta do esse. Esta conferência foi pensada o agradar e para o surpreender.

Os oradores foram escolhidos pelo

interesse dos temas e pela diversidade da forma de abordagem da “vida que habita a vida”. O Keynote Speaker oferece o seu saber e partilha experiências...como quem conta um conto. Os voluntários dão o melhor de si. Estão comprometidos com o sucesso deste evento. São a alma do projeto. Os participantes são o ex-libris da conferência. A imagem da conferência?... uma surpresa prestes a ser divulgada!  
Sir John Whitmore...a nossa inspiração!



## **O reconhecimento da profissão**

Uma Task Force está a trabalhar para que o coaching profissional continue a trazer valor para as Empresas e a ser reconhecido pelos coachees como um facilitador de mudança, um contributo para o bem-estar profissional e pessoal. O respeito pelo coaching praticado por coaches profissionais, preparados em escolas acreditadas pela ICF, é o caminho para a solidez e consistência das ações e emoções dos coachees, assim como pela líder-coach atitude que passa a coexistir com objetivos e resultados.