

**ÁREA TEMÁTICA:** (marque uma das opções)

- COMUNICAÇÃO**
- CULTURA**
- DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA**
- EDUCAÇÃO**
- MEIO AMBIENTE**
- SAÚDE**
- TECNOLOGIA E PRODUÇÃO**
- TRABALHO**

### **PROGRAMA MOMENTO COACHING: Reflexões sobre a vida**

**Deyvison Santos Souza (UDESC, [deyvisonsbs@gmail.com](mailto:deyvisonsbs@gmail.com))**  
**Nadir Radoll Cordeiro (UDESC, [nadir.cordeiro@udesc.br](mailto:nadir.cordeiro@udesc.br))**  
**Nilson Ribeiro Modro (UDESC, [nilson.modro@udesc.br](mailto:nilson.modro@udesc.br))**

**Resumo:** Este trabalho apresenta o Momento Coaching: Reflexões sobre a vida. Este projeto de extensão consiste na criação e divulgação de 20 programas radiofônicos que serão transmitidos em todas as estações de Rádio da UDESC – FM, localizadas nas cidades de Florianópolis, Lages e Joinville. A proposta do projeto é aproximar a linguagem do Coaching para temas corriqueiros do cotidiano, tais como: amigos e família; lazer; finanças; intelecto; espiritualidade; afetividade; trabalho e carreira; saúde física e mental. Para tanto, foram utilizadas metáforas e questionamentos para levar os ouvintes a pensar em alternativas para a resolução dos seus problemas de maneira a alcançar seus objetivos, superar medos e as convicções limitantes; melhorar o foco, planejamento e a administração do tempo; aumentar a percepção e a forma de ver o mundo. Além da rádio, os ouvintes podem acessar os podcasts dos programas e interagir com os autores na página web do projeto e também no Facebook. Aproveitando a nova grade de programação alusiva aos 20 anos da rádio UDESC FM, a partir agosto de 2017 estreia o programa Momento Coaching que a cada semana trará um novo episódio.

**Palavras-chave:** Coaching, Radiodifusão, Autoconhecimento.

### **INTRODUÇÃO**

O processo de Coaching pode ser definido como uma metodologia de desenvolvimento humano, baseado no autoconhecimento e desenvolvimento pessoal que se utiliza de diversas ferramentas e técnicas para ampliar o campo de consciência e facilitar o processo de transformação – tanto a nível individual e também coletivo (Junior, 2012; Da Matta, 2008). Em outras palavras, pode-se dizer que estes processos tem o objetivo em maximizar resultados a partir de uma nova percepção da realidade, onde cada indivíduo passa a atuar como protagonista de sua vida / jornada (Rock, 2006, Karawejczyk & Cardoso, 2012).

Nesse sentido, a premissa deste projeto é, por meio de ferramentas simples e efetivas, estimular a busca e ampliar a consciência individual de cada participante, o seu momento de vida e as suas escolhas. Entre os atuais veículos de comunicação, o rádio ainda é considerado o mais popular (Russi, 2003; Triques & Santos, 2011). Proximidade, interatividade, agilidade e instantaneidade são características que credenciam esse veículo a estar presente junto ao grande público (Triques & Santos, 2011). O rádio, como aparelho

receptor, está em toda parte e em todo lugar, em vários casos, independe de energia elétrica e pode ser transportado de um lugar para o outro sem que para isso precise ser desligado (Russi, 2003). “Companheiro de todas as horas”, está presente nos lares, considerando a penetração do rádio, a proposta é da Rádio Udesc FM, por meio de sua programação, estimular reflexões e novas percepções, visões e que potencializem o autoconhecimento e a auto realização; mostrando a importância de se adotar uma abordagem Coaching como uma forma real de poder desfrutar de uma vida próspera e de plena realização pessoal.

## OBJETIVOS

**GERAL:** Levar ao conhecimento do público em geral momentos de reflexão sobre a vida por meio de programas com inserções na Rádio UDESC FM, nas cidades de Florianópolis, Joinville e Lages.

**ESPECÍFICOS:** a) elaborar programas radiofônicos com conteúdos que possam sensibilizar a comunidade sobre a importância do autoconhecimento e desenvolvimento pessoal para uma vida plena. b) identificar temas cotidianos para os programas e o envolvimento em ações práticas.

## METODOLOGIA

Para o desenvolvimento dos programas, foi utilizada a pesquisa exploratória sobre os temas a serem abordados, utilizando a seguinte sequência de atividades:

- Criação do nome, logomarca (ver Figura 1), vinheta de abertura e encerramento para o programa;
- Pesquisa de temas sob o olhar reflexivo do Coaching
- Redação dos textos na linguagem de rádio (ver Quadro 1);
- Gravação dos áudios em estúdio;
- Edição dos áudios;
- Inserção na programação da rádio UDESC – FM Joinville, Florianópolis e Lages.
- Inserção dos áudios no Facebook e na página web do programa (ver Figura 2)

As últimas duas etapas serão realizadas a partir de agosto de 2017, no lançamento da nova grade de programação da UDESC FM.

**Figura 1 – Logomarca criada para o projeto**

Legenda: logomarca do programa

**Figura 1 – Página do projeto no Facebook**

Legenda: página inicial do projeto no Facebook

## RESULTADOS

Até o momento os programas ainda não foram veiculados, mas espera-se que os mesmos toquem os corações e mentes dos ouvintes, fazendo que a partir de reflexões cada ouvinte possa trilhar o seu caminho em relação ao autoconhecimento, e com isso, evoluir individualmente e coletivamente na sociedade. A linguagem utilizada foi uma linguagem informal e todo o programa conta sempre com duas músicas para ir criando um ambiente descontraído e propício as reflexões. Em alguns programas, são sugeridos livros ou filmes para complementar as reflexões iniciadas na rádio.

O Quadro 1 apresenta a transcrição de um dos episódios do programa, intitulado “Felicidade”.

### Quadro 1 – Transcrição do Programa “Felicidade”

Olá tudo bem?

Antes de mais nada, peço a sua permissão: posso entrar? Muito bom dia, boa tarde ou boa noite! Este é o Momento Coaching: Reflexões sobre a vida e eu sou o Nilson Modro.

Este programa vai ao ar a partir do apoio da UDESC - A Universidade do Estado de Santa Catarina e da UDESC FM.

O propósito deste programa é permitir que possamos sair de nosso modo "automático" e refletir sobre alguns pontos, as vezes bem comuns, de nosso cotidiano. Traremos uma nova perspectiva para cada um de vocês, na qual a consciência, a alegria, a abundância, a prosperidade e a harmonia fazem parte desta visão para todos aqueles que ousarem se aventurar conosco.

E no programa de hoje falaremos sobre a Felicidade...Ah, a felicidade!

\*\*\*\*\*Musica Felicidade – Seu Jorge\*\*\*\*\*

Ao embalo do Seu Jorge entramos no clima da amplitude da Felicidade. De uma abordagem bem simples, todos nós sabemos quando estamos ou não estamos felizes, lembrando que “FELICIDADE NÃO É UMA VIDA LIVRE DE TRISTEZAS”!

Este programa não tem a pretensão de definir a FELICIDADE, mas queremos fazer você refletir sobre esse desejo incessante da alma humana.

Nas últimas décadas tivemos um aumento incrível na nossa qualidade de vida, porém desde a década de 1970 as taxas de suicídio aumentaram em 60% chegando a mais de 800.000 vítimas em 2012.

Diversos estudos já tentaram encontrar a "fórmula da felicidade" para posteriormente reproduzir esse sentimento em cápsulas...e logicamente comercializá-los. De um modo muito simplista, podemos perceber que essa busca externa não é a origem da felicidade, senão todos os milhões de adictos em álcool, maconha, cocaína, crack e outras drogas seriam muito felizes.

Nesse sentido vem a grande questão: Será que estamos olhando na direção correta? E que tal pararmos um pouco e olharmos para dentro de nós?

A questão fundamental relacionada à felicidade é que para alcançá-la é preciso SER e não TER, independente da sua definição.

Em algum momento da vida, todos nós iremos fazer as seguintes perguntas:

- Sou feliz?

- Ao olhar no espelho, gosto do que vejo?

- Me sinto realizado com a vida?

No meio destes questionamentos pode surgir outra questão: será que o nosso modo de viver é o mais adequado para ser feliz?

OU SEJA, o que você anda fazendo para SER feliz?

Segundo o cientista social e escritor Eduardo Giannetti, para desvendar o mistério da felicidade temos que:

“Olhar para o conjunto da sua vida, a dimensão afetiva, a dimensão espiritual, a dimensão profissional, e perguntar para você mesmo se a vida que você tem, no seu conjunto, tudo considerado, é uma vida satisfatória”.

De um modo mais poético, Como já Carlos Drummond de Andrade “Ser feliz sem motivo é a mais autêntica forma de felicidade”.

Vale lembrar que tudo na vida são questões de escolhas, e podem começar nas pequenas coisas, como por exemplo:

- Decidir acordar de bom humor

- Aproveitar o dia de hoje mesmo com os problemas e desafios, tentando aprender com essas dificuldades

- Decidir ser grato pelo verdadeiro milagre de existir

- Decidir se amar, se aceitar, se perdoar e perdoar o próximo também.

\*\*\*\*\* Música– Happy - Pharrell Williams\*\*\*\*\*

Ao embalo de Pharrell Williams desejo que a sua felicidade não dependa de dinheiro, do tempo e nem da sorte, mas sim de uma simples atitude. Que possamos encontrar e saber apreciar esse sentimento nas coisas mais simples da vida. Que a felicidade seja interna e vá se expandindo, irradiando e contagiando as pessoas a nossa volta.

Recomendo que você assista o vídeo disponível no youtube - Filosofia e felicidade, com Marcia Tiburi e Mario Sergio Cortella - [https://www.youtube.com/watch?v=W\\_1EtLeJEh0&t=74s](https://www.youtube.com/watch?v=W_1EtLeJEh0&t=74s) e o filme HAPPY: um documentário de 2011 sobre a felicidade genuína. Em pouco mais de uma hora, estes vídeos mostrarão a visão filosófica da felicidade e as mais recentes descobertas em neurociência, sociologia e psicologia da felicidade. No próximo programa daremos algumas práticas e dicas que podem te auxiliar na busca da sua felicidade.

O programa está acabando, mas você pode interagir conosco por meio de nossa página no Facebook - [www.facebook.com/MomentoCoachingUdesc](http://www.facebook.com/MomentoCoachingUdesc) e de nossa página web - [momento.ceplan.udesc.br](http://momento.ceplan.udesc.br) onde encontrará todos os nossos programas e muito mais.

Um agradecimento à UDESC, a UDESC FM.

Um abraço, boas energias e até a próxima.

Esse foi um dos 20 programas que serão veiculados a partir de agosto de 2017 nas emissoras da UDESC-FM e também via PODCAST no site do programa.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em momentos de incerteza e caos, nos quais os indivíduos estão cada vez mais envolvidos e sendo levados pelas condições de extrema competição, de estresse, de falta de tempo, é importante ter um momento de reflexão para tomar consciência e ser responsável por suas decisões e escolhas. Ao contrário das formas de controle e comando, impostas e sustentadas pelo modelo taylorista-fordista e que ainda, em pleno século XXI são praticadas em muitas organizações, os temas propostos pelo coaching na rádio, buscam trazer o homem como protagonista da sua própria história. A disciplina de coaching foca sua atenção à questão de como uma pessoa pode ajudar outras a desenvolver novas competências, novos horizontes e novos mundos de oportunidades para si próprios e para aqueles mais próximos. Colocados dessa maneira, podemos começar a ver que essa função - coaching - será especialmente relevante para a próxima era (Bell, 2010).

## REFERÊNCIAS

BELL, Chauncey. Prefácio. In: FLAHERTY, James. **Coaching: desenvolvendo excelência pessoal e profissional**. Tradução: Celso Roberto Paschoa. Rio de Janeiro. QualityMarck. 2010.

DA MATTA, Villela. **Coaching: excelência em performance humana**. São Paulo: sociedade brasileira de coaching, 2008.

JUNIOR, Mario Divo Motter Junior. **A dimensão do sucesso em coaching: uma análise do contexto brasileiro**. Dissertação de Mestrado em Administração. Fundação Getúlio Vargas (RJ), 26 de junho de 2012.

KARAWEJCZYK, Tamára Cecilia; CARDOSO, Ana Paula. **Atuação profissional em coaching e os desafios presentes e futuros nesta nova carreira**. Boletim Técnico do Senac – RJ. v. 38, n 1, jan./abr. 2012.

ROCK, David. **Não diga aos outros o que fazer – Ensine-os a pensar**. Rio de Janeiro: Campus. 2006.

RUSSI, Alberto Cesar. **A UNIVALI FM e o papel da rádio educativa na produção e propagação das culturas locais**. Dissertação de Mestrado em Gestão de Políticas Públicas. Universidade do Vale do Itajaí - UNIVALI. Itajaí, SC. 05 de dezembro de 2003.

TRIQUES, Silvio Junior; SANTOS, Paulo Ricardo dos. **Rádio On-line como ferramenta corporativa de comunicação**. Revista ALTERJOR. V. 02, ed. 04, ano 02. Universidade de São Paulo – USP. Jul./dez. 2011.