

CLAUDIA CARDILLO



COACHING PARA NOIVAS
UM RELACIONAMENTO DE SUCESSO

Ebook: Coaching para Noivas – Um Relacionamento de
Sucesso por Claudia Cardillo
Edição nº 1/ 2016

Capa: Joias, Brincos, e Acessórios de cabelo by
Rosana Negrão Joias

Fotógrafo – Tiago Ornellas

Modelo – Kethlin Rigoni

Vestido – Solaine Piccoli

Cabelo e Maquiagem: Marco Diniz

Contra Capa: Mitsuo Koi

Redação e Diagramação – Claudia Cardillo

coachclaudia.cardillo@gmail.com

Distribuição Dirigida/Venda Proibida



CEL: 11 97453-5077

SKYPE CLAUDIA.CARDILLO

COACHCLAUDIA.CARDILLO@GMAIL.COM

WWW.CLAUDIACARDILLO.WIX.COM/COACHING

*Dedico essa nova jornada, com amor,
ao meu marido André Luís, por todo o apoio.*



CEL: 11 97453-5077

SKYPE CLAUDIA.CARDILLO

COACHCLAUDIA.CARDILLO@GMAIL.COM

WWW.CLAUDIACARDILLO.WIX.COM/COACHING



Sumário

06

*Introdução por
Fernanda Tarkan*

08

*Coach Claudia Cardillo
Quem sou*

09

*Momento, Casar,
Sonhar, Ser Feliz*

12

Coaching, o que é?

14

*Coaching para Noivas
Um Relacionamento de
Sucesso*

15

Porque? Como?

16

*Onde? Quando?
Por quem?*

17

Coaching, Benefícios

18

Coaching, Resultados

21

*Assessoria de Imagem
e Estilo*

24

Cerimonial

25

Conclusão

Eu sei que

vou,

Eu sei que vou te amar,
Por toda a minha vida eu vou te amar,
Em cada despedida eu vou te amar,
Desesperadamente,
eu sei que vou te amar,
E cada verso meu, será
Pra te dizer que, eu sei que vou te amar
Por toda minha vida.
Eu sei que vou chorar,
A cada ausência tua, eu vou chorar,
Mas cada volta tua, há de apagar,
O que esta ausência tua, me causou,
Eu sei que vou sofrer, a eterna desventura
de viver,
A espera de viver, ao lado teu
Por toda a minha vida

te amar

Introdução

Foi com uma imensa alegria que recebi o convite para escrever o Prefácio do **Ebook Coaching para Noivas - Um Relacionamento de Sucesso** da Claudia Cardillo, amiga com quem já dividi a mesa do escritório e com quem agora compartilho a missão e a alegria de ajudar pessoas a realizarem um dos grandes sonhos da maior parte das pessoas: O Casamento.



Para muitos noivos e noivas, os preparativos para o Casamento se concentram na procura pelo novo lar, na compra dos móveis e na contratação dos serviços para a festa dos sonhos. Neste misto de felicidade, excitação e correria, dificilmente sobra espaço para o casal preparar o seu psicológico para a grande mudança de vida que se aproxima.

Quando imaginamos a nossa vida de casados, sempre nos projetamos em uma família “comercial de margarina”, esposa, marido, filhos e cachorro, todos super felizes, sorrindo e tomando café calmamente. Mas será que isso vale para às 7 da manhã de uma segunda feira em que o despertador falhou? Nem em nossas piores TPMs nos lembramos que haverão manhãs sem sorrisos, atrasos para o jantar, discussões bobas sobre quem lavou a louça na noite anterior. Discussões bobas mesmo, de todos os tipos! daquelas em que olhamos dias depois da tempestade e enxergamos como arriscamos todo um projeto vida por uma coisa tão pequena.

Há tempos vejo uma frase nas redes sociais que resume muito bem a forma que acredito, devemos encarar os nossos relacionamentos. Ela conta sobre a história de um casal que estava comemorando suas Bodas de Ouro. No meio da festa, a neta, recém-casada pergunta a avó qual era o segredo para o casamento durar tantos anos: “É que nós somos da época em que quando uma coisa quebrava nós a consertávamos, e não a jogávamos fora”, respondeu a avó.

E como aprender a consertar as coisas quando elas fogem do nosso controle?

É aí que um projeto de vida à dois, bem construído aparece e faz toda a diferença! E neste ponto, o trabalho de Coaching para Noivas é o pulo do gato, pois ajuda os noivos a construírem seus sonhos juntos, desenvolve habilidades pessoais e de casal, elabora em conjunto o planejamento financeiro e emocional da nova vida e as estratégias para o crescimento do casal, o que resulta em um salto na qualidade de vida e os fortalece para enfrentar os desafios e as mudanças pós casamento. Este Ebook é o primeiro passo para vocês conquistarem essa tranquilidade enquanto casal e que os ajudará a aprender a lidar com seus desejos e dúvidas sobre todas as etapas que envolvem o pré e pós casamento, trazendo mais harmonia à vida nova, possibilitando que o casal curta cada momento que antecede o “grande dia”, e que na minha opinião, são até mais gostosos do que o dia “D”. Afinal, muitas vezes, o aprendizado (e a diversão) está muito mais no ato de caminhar do que na linha de chegada!

Boa leitura, um grande aprendizado, muito amor e toda sorte do mundo para vocês!

Fernanda Tarkan

CLAUDIA CARDILLO COACHING

Há 25 anos, elabora , executa projetos de planejamento estratégico, treinamentos customizados de aprendizagem, atualização e desenvolvimento de competências para pessoas e empresas.

Desde 2012 desenvolve atividades como Life & Career Coach nas áreas de Life Coaching, Coaching de Carreira, Saúde & Bem Estar, Reiki, Spiritual Coach, Emagrecimento, Coach para Noivas, Assessoria de Imagem, Estilo e Marketing. Como Coach faz atendimento individual e em grupo, tanto presencial como online.

"Minha **missão de vida**, é inovar, promover uma mudança positiva seja em uma pessoa , em uma transição de carreira, em um lugar de trabalho, em um ambiente de casa. Com as ferramentas certas posso acompanhar o crescimento e amadurecimento desta nova fase de vida." diz a Coach Claudia Cardillo.



- ★Descobrir e identificar habilidades, talentos e preferências das pessoas,
- ★Ajudar a planejar metas estratégicas para atingimento de resultados positivos
- ★Realizar e ajudar pessoas no processo de MUDANÇA DE VIDA,
- ★Envolver as pessoas, mostrar que é possível SER, VIVER e TER um estilo próprio, respeitando sua personalidade, seu corpo e sua mente.

Momento

Casar Sonhar Ser Feliz!

Qual é o seu sonho, meta ou aspiração na sua vida?

Existe alguém ou alguma coisa que esteja impedindo você de ter êxito para alcançar o seu sonho?

Que tipo de casamento é ideal para você?

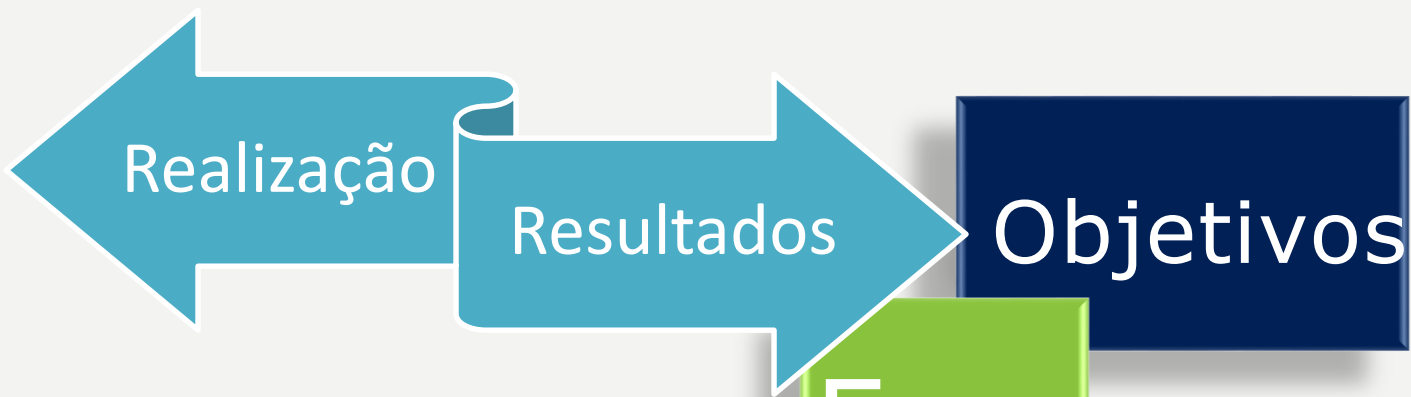
Como essa nova situação se encaixa com os seus propósitos de vida?

Qual é a sua maior preocupação em relação ao seu casamento? É um desafio para você?

O que te motiva a ser feliz?

“Você é a melhor pessoa que pode ser, somente quando tem a coragem e a força de permitir que sua definição de felicidade, seja ela qual for, guie suas decisões.”

Brian Tracy



Foco

Metas

Desafios

Motivação

Caminho



O
que você
pode
fazer
para
melhorar
a sua
vida?

Coaching

O que é?

O que não é:

Terapia – Mentoring - Assessoria

Coaching é um processo de melhoria, de aprendizado realizado em parceria entre o coach - profissional qualificado e o cliente.

O coach atua em várias áreas da vida pessoal e profissional, como relacionamentos, bem estar & saúde, emagrecimento, qualidade de vida, emocional, vida familiar, lazer, redefinição de missão, crenças, valores, metas, transição de carreira, entre outros.

A Coach Claudia Cardillo utiliza o Coaching e PNL (Programação Neuro Linguística) que envolve o diálogo entre o coach e seu cliente, pela descoberta de novos caminhos, desafios, metas estabelecidas com foco em obtenção de resultados positivos de ressignificação. Tem como objetivo potencializar os pontos fortes do coachee (cliente), trabalhando seus pontos de melhoria para encontrar mais satisfação, evolução, crescimento, aperfeiçoamento, felicidade, bem-estar e aprimoramento contínuo em sua vida. É uma parceria de sucesso!

As técnicas e ferramentas utilizadas levam ainda à mudanças duradouras e novos comportamentos capazes de organizar e gerar novas perspectivas.

Coaching

Você topa o desafio?

Imagine aprender a aplicar técnicas que auxiliam você a conquistar suas metas para ser feliz, superar seus medos e bloqueios.

1



Aumentar sua auto estima, organizar sua vida, com equilíbrio para melhorar seu relacionamento em seu casamento.

2



Se, eu te disser que por meio do Coaching você desenvolve habilidades para chegar à sua realização pessoal?

3



Você topa o desafio?

13

Coaching

Para Noivas

O que é?

O Coaching para Noivas é um projeto de vida à dois, apoiando o momento em que os noivos irão conciliar sonhos, desejos e expectativas para o futuro.

Esse acompanhamento desenvolve um planejamento financeiro e emocional, um cronograma, com a organização de estratégias e habilidades de desenvolvimento pessoal, crescimento e qualidade de vida preparando-se para viverem os desafios do pré, durante a cerimônia e as mudanças pós casamento.

Noivos assertivos que aprendem a lidar com seus desejos e dúvidas sobre todas as etapas que envolvem o pré e pós casamento. Mais harmônicos e felizes com foco no evento do casamento. Esse processo prepara os noivos para as mudanças e adaptações para a nova vida à dois, possibilitando que o casal curta com prazer cada momento que antecede o dia mais "especial" de suas vidas. Esse apoio traz ferramentas que dão suporte e auxílio no trabalho da cerimonialista.

Porque?

O Coaching de Noivas, ajuda os noivos a estabelecer as prioridades da organização do tempo, de maneira objetiva, estruturada e consciente para facilitar a tomada de decisões. Atua em questões pontuais num processo totalmente personalizado.

Como?

Utiliza as técnicas de comunicação comprovadas cientificamente para promover o desenvolvimento das habilidades de negociação.

Favorece o diálogo nos relacionamentos entre os noivos, famílias e madrinhas atuando diretamente no gerenciamento de conflitos e interesses, que são os principais geradores de estresse nos meses anteriores ao casamento.

Onde?

O processo é realizado de 12 à 15 encontros semanais ou quinzenais com duração de 60 minutos, com horários flexíveis em sessões presenciais ou on line.

Quando?

Nos meses que antecedem o evento do casamento, o Coaching para Noivas prepara o casal para as mudanças que ocorrerão no início da vida de casados.

Por quem?

Pode ser feito pela Noiva, pelos Noivos que desejam conquistar mais rapidamente suas metas juntas e pela família dos noivos.

Coaching

Benefícios

O Coaching para Noivas, traz como benefícios ampliar a autoconfiança, a parceria e o diálogo entre o casal e familiares. Também pode auxiliar as noivas a gerenciarem e liderarem as mudanças pessoais com autoconhecimento.

- ★ Autoconhecimento de si mesmo e do casal
- ★ Autocontrole e controle emocional
- ★ Autodesenvolvimento
- ★ Aumento de Foco para obtenção de resultados positivos
- ★ Assertividade nas negociações
- ★ Aumento da produtividade
- ★ Definição de metas e objetivos realistas
- ★ Desenvolvimento e aprimoramento de habilidades para uma comunicação clara
- ★ Flexibilidade e foco na solução de conflitos
- ★ Otimização e Gestão de tempo
- ★ Maior equilíbrio e harmonia entre o casal e as famílias
- ★ Melhoria de qualidade de vida
- ★ Planejamento estratégico e financeiro
- ★ Resiliência
- ★ Quebra de crenças limitantes

Coaching

Resultados

As técnicas e ferramentas utilizadas pelo Coaching para Noivas, levam à mudanças duradouras e novos comportamentos.

Isso favorece e potencializa os resultados do Noiva e do casal para que alcancem juntos suas metas e dos objetivos estabelecidos, em um curto espaço de tempo.

Investir em um processo de Coaching você desenvolverá rapidamente suas habilidades com foco em resultados positivos. Este processo amplia a sua realização pessoal, afetiva, profissional e financeira.

Re significar

Como você

quer ser lembrada nas fotos do seu Casamento?



Serviços

COMPLEMENTARES AO COACHING PARA NOIVAS



Assessoria

De Estilo

Você sonhou durante muitos anos em sua vida, com o dia de seu casamento. Em seu sonho tudo está perfeito e você está maravilhosa! Mas na realidade você não sabe nem por onde começar. Está cheia de dúvidas, inseguranças vivendo um momento de tensão com as expectativas para este dia, o que deve ser um momento tão especial.

O Estilo é forma de expressão da personalidade somado ao estilo de vida pessoal. É um conjunto único das preferências pessoais, dos hábitos, do modo de viver, da nossa história, das fantasias, das referências familiares.

A Assessoria de Estilo para Noivas, busca a imagem perfeita que mais combina com a noiva, sugerindo os looks e acessórios da Noiva, das damas de honra, da mãe da noiva e do noivo, das madrinhas, dos padrinhos e do próprio noivo, que deve ser elegante e em perfeita sintonia com a noiva. Esse serviço assegura que sua imagem seja imortalizada nas fotos por toda a sua vida.

O objetivo da Assessoria, é definir uma identidade visual, consistente com sua personalidade, preferências, objetivos e estilo de vida para o dia do casamento. São vários detalhes que são levados em consideração, desde a escolha do vestido de noiva, dos melhores figurinos para o making-off, com dicas de tendências até as combinações de looks usados na lua de mel.

Imagem

e Estilo

O estilo e tipo físico da noiva, são a peça principal da harmonia das cores, do estilo da cerimônia que você pretende fazer e o orçamento dedicado para esse evento tão especial.

★ ESCOLHA DO VESTIDO DA NOIVA

O vestido da Noiva é o centro das atenções no dia do casamento. Além de combinar com o tipo de cerimônia, deve favorecer, valorizar a silhueta e os pontos fortes da Noiva.



Quer ser uma
noiva mais
confiante?

Imagem

e Estilo

★ LINGERIE PARA LUA DE MEL

A lingerie para ser usada sob o vestido de noiva, depende muito da modelagem escolhida. Você precisa sentir-se bem, confortável, radiante e maravilhosa!

★ COLORAÇÃO PESSOAL

Saiba quais as cores e os tipos de roupa que mais se harmonizam com o seu conjunto - tom de olhos, cabelos e pele, combinações e técnicas para usá-las na prática.

★ PERSONAL SHOPPER

É a etapa prática de experiência em lojas, para que você aprenda de modo consciente, a fazer compras de peças-chave para compor o seu guarda-roupa.

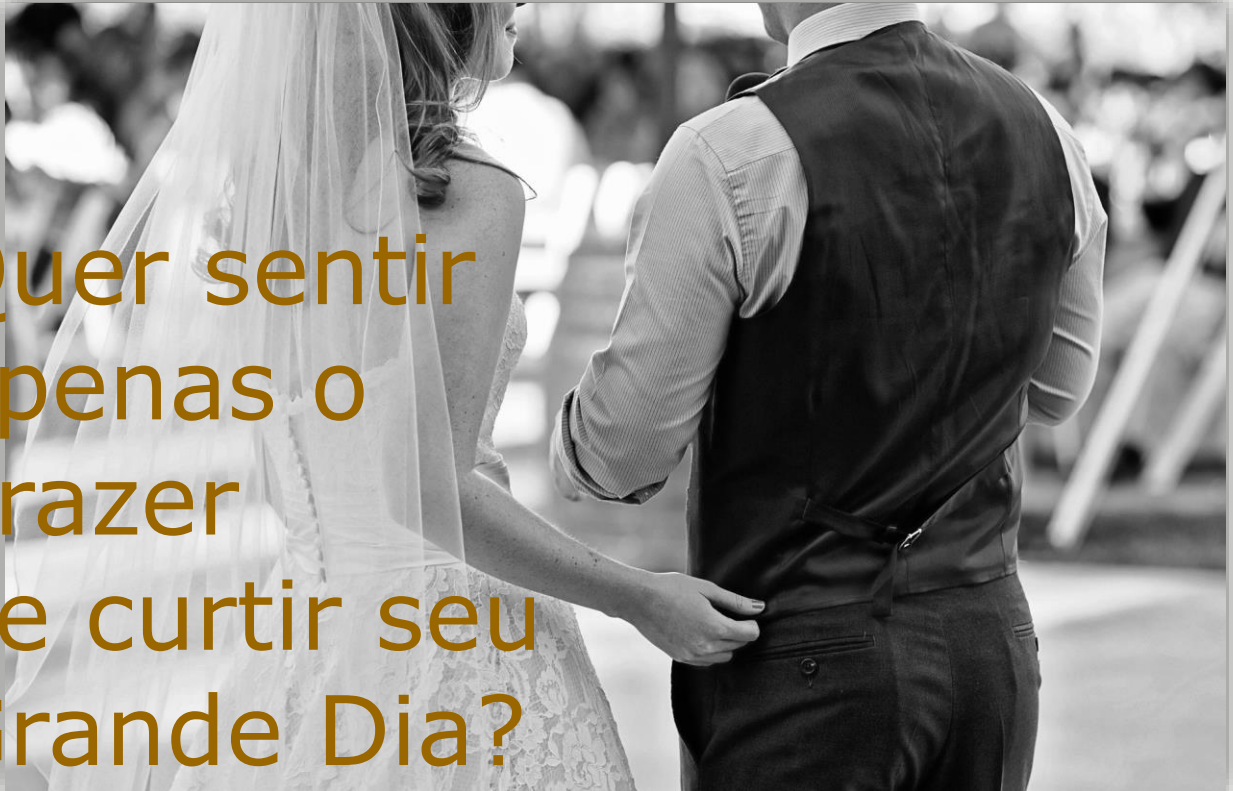
★ WORKSHOP MAKE UP & ASSESSORIA DE ESTILO

Para Noivas, Mães e Madrinhas num encontro inspirador, em que são apresentadas técnicas de maquiagem com produtos importantes para manter a pele limpa, saudável e maravilhosa para o grande Dia. Além da combinação de penteado, vestido, sapatos e acessórios.

★ ORGANIZAÇÃO DE MALAS DE VIAGEM

Avaliar e coordenar as peças do seu guarda-roupa com a montagem de looks levando em conta o tipo de evento, clima, local e duração da viagem da lua de mel.

Cerimonial



Quer sentir apenas o prazer de curtir seu Grande Dia?

Uma equipe de Cerimonial, com experiência em organizar, planejar, contratar serviços para um evento grandioso como um casamento.

★ ASSESSORIA DE CERIMONIAL COMPLETA ou
★ ASSESSORIA DO DIA

- ★ Antes do casamento - Etapa Pré – A Organização e Planejamento
- ★ A Contratação de Serviços
- ★ A Cerimônia e a Festa do Casamento - Etapa Durante – A Realização de um Sonho
- ★ Viagem e Lua-de-mel – Etapa da Concretização
- ★ Depois do casamento – Etapa da Conclusão dos Serviços e Agradecimentos

Conclusão

O Coaching é um processo já testado cientificamente. É interativo, dinâmico e com foco no desenvolvimento pessoal. Quando é bem aproveitado, tanto pelo coach, quanto pelo coachee, traz benefícios e vantagens mensuráveis que levam às mudanças comportamentais em todas as áreas da vida com motivação, equilíbrio e transformação individual.

8 O Coaching para Noivas faz o casal chegar juntos à escolhas conscientes, com planejamento, organização e objetivos. Olham para um futuro prestando atenção à vida emocional, material, financeira e profissional, e à grande satisfação pela obtenção de resultados positivos.

Aprendem a mensurar e comemorar cada obtenção de meta factível. Reconhecem o que eles tem de melhor, na sua melhor versão.

O Coaching para Noivas traz benefícios, mudanças e transformação, melhoria na qualidade de vida, harmonia interior e do casal, portanto é uma excelente alternativa para pessoas que buscam um crescimento juntos, o aprimoramento de suas habilidades individuais, o aumento de performance e transformação pessoal.

Você topa o desafio?

Coach Claudia Cardillo

25



CLAUDIA
CARDILLO

COACHING & ASSESSORIA DE ESTILO

CEL: 11 97453-5077

SKYPE CLAUDIA.CARDILLO

COACHCLAUDIA.CARDILLO@GMAIL.COM

WWW.CLAUDIACARDILLO.WIX.COM/COACHING