



INICIAÇÃO À PROGRAMAÇÃO NEUROLINGUÍSTICA

O QUE É PROGRAMAÇÃO NEUROLINGUÍSTICA – PNL?

A PNL estuda a estrutura da experiência subjectiva, como o cérebro e a mente funcionam, como estruturamos o pensamento, a emoção e a comunicação.

“**Neuro**” reconhece a ideia fundamental de que todos os comportamentos nascem dos processos neurológicos da visão, audição, olfacto, paladar, tacto e sensação. Percebemos o mundo através dos cinco sentidos. Compreendemos a informação e depois agimos. A nossa neurologia inclui não apenas os processos mentais invisíveis, mas também as reacções fisiológicas a ideias e acontecimentos. Uns reflectem os outros no nível físico. Corpo e mente formam uma unidade inseparável, um ser humano.



“**Linguística**” indica que usamos a linguagem para ordenar os nossos pensamentos e comportamentos e comunicarmos uns com os outros.

“**Programação**” refere-se à maneira como organizamos as nossas ideias e acções a fim de produzir resultados.

A Programação Neurolinguística ou PNL foi criada a partir de 1975 por Richard Bandler e John Grinder, como a ciência que estuda as "programações" mentais de pessoas brilhantes nas diversas áreas do conhecimento humano. A PNL descodificou essas programações e desenvolveu um grande conjunto de técnicas inovadoras e altamente eficazes para produzir os resultados que gostaria de ter na sua vida

OBJECTIVOS

No final da acção os participantes deverão estar aptos a:

- Utilizar a verdadeira linguagem do cérebro
- Progredir através da conquista real de metas
- Comunicar estrategicamente
- Trabalhar com estratégias mentais
- Criar “rapport” e harmonizar conflitos internos ou entre partes (empresa, família, casais)
- Superar bloqueios e curar fobias
- Utilizar a Neurolinguística na empresa e na consultoria

BENEFÍCIOS PARA AS EMPRESAS

- Possibilidade de contar com pessoas determinadas e realizadoras;
- Possibilitar transformações de vanguarda na Organização;
- Valorizar o colaborador interno.

BENEFÍCIOS PARA OS PARTICIPANTES

- Melhor compreensão de si e do outro;
- Facilidade na comunicação;



- Gerar novas perspectivas e alternativas de comportamentos e emoções;
- Aumento no nível de realização pessoal e profissional

DESTINATÁRIOS

Profissionais de diversas áreas que queiram ampliar a sua eficácia pessoal e profissional.

MODALIDADE DA FORMAÇÃO

Formação Contínua

FORMAS DE ORGANIZAÇÃO

A Formação é presencial, realizada em sala equipada para o efeito, com componente Teórica e Prática.

METODOLOGIA DE FORMAÇÃO

O curso acontece num clima envolvente onde a teoria é experimentada através de dinâmicas, vivências interactivas, dando ao participante oportunidade de fazer mudanças e criar uma nova postura pessoal e profissional.

METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

A avaliação das aprendizagens será feita de forma contínua, pelo/a formador/a interveniente, mediante a observação dos participantes, nos planos dos saberes apreendidos e dos comportamentos.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

MÓDULOS	HORAS
<ul style="list-style-type: none">▪ Visão Global da PNL: O que é? Origem, os Fundamentos e Aplicações;▪ Compreender o modo de funcionamento da mente humana, como processamos informações;▪ Formular e alcançar objectivos de sucesso;▪ Os 5 níveis neurológicos da mente;▪ Desenvolver uma visão sistémica entre corpo, mente e espírito;▪ Sistemas de Representação e Submodalidades;▪ Rapport;▪ Ancoragem – Acessar recursos e potenciais;▪ Utilizar o cérebro de maneira activa e funcional, para desenvolver comportamentos eficazes;▪ Linha do tempo;▪ Transformação essencial.	16 h
TOTAL DE HORAS	16 h

DURAÇÃO

16 horas