



16H | E-Learning

TUDO SOBRE O CURSO

INTRODUÇÃO À PNL



E.learning
Via Zoom



DURAÇÃO:
1 mês - a anunciar brevemente

1. PNL : O que é?

A PNL ajuda-nos a compreender a forma como a nossa mente se programa para que possamos reprogramá-la em função do que queremos para nós, por forma a alcançar os nossos objetivos e ter a vida que desejamos.

Descubra como trabalhar com a sua mente de novas maneiras para atingir o sucesso duma forma que nunca imaginou ser possível antes.

Esta é a sua oportunidade de agarrar a vida nas suas mãos e impedir que esta continue a ser comandada pelos sucessivos acontecimentos que teimam em ocorrer, independentemente das suas vontades ou das suas escolhas.

A PNL dá-lhe o segredo duma comunicação eficaz para que atinja os resultados desejados. Saber comunicar é fundamental para que diminua conflitos e para ultrapassar os conflitos latentes.

Este curso foi rigorosamente pensado e planeado tendo em mente todos aqueles que valorizam o seu desenvolvimento profissional e social e que querem tirar o melhor partido de todas as áreas da sua vida.



2. Introdução à PNL – o que é e a quem se destina

A Programação Neurolinguística e todas as suas potencialidades ainda são desconhecidos para muitos, apesar das inúmeras vantagens que nos proporciona, quer na vida profissional, quer na vida social.

Frequentar o curso de Introdução à PNL permitir-lhe-á ter contato com esta ferramenta para decidir se a quer para si.

Poderá também conhecer a trainer e a sua forma única de transmitir PNL para ter a certeza que se identifica antes de decidir avançar para o Practitioner, a formação que lhe dá a conhecer toda a potencialidade da PNL.



EMPRESÁRIOS E GESTORES



PROFISSIONAIS DE SAÚDE



PROFESSORES, FORMADORES E COACHES



ATLETAS E TREINADORES DE ALTA COMPETIÇÃO



CONSULTORES E COMERCIAIS



Outros profissionais que pretendam mobilizar as ferramentas da PNL nas técnicas de trabalho que mobilizam com os seus clientes, utentes, pacientes, etc.



Outros profissionais que pretendam mobilizar as ferramentas da PNL na otimização do seu desempenho profissional.

3. O que vai aprender - Introdução PNL

Saiba o que pode alcançar com a PNL para a sua vida profissional, familiar e social .

1

O que é a PNL
e suas origens

2

Inconsciente e
Pressupostos

3

Modelo de
Comunicação e
Percepção
& Sistemas de
Representação

4. Conheça a formadora

Certificada pelo co-criador da PNL John Grinder, Carmen Bostic St Clair e Michael Carroll, Titá Rodrigues é autora das Conversas com PNL e orientadora de dezenas de workshops que já impactaram a vida de muitos.

Levar esta experiência ao maior número de pessoas, ajudando-as a descobrir que têm em si o poder de concretizar todos os seus sonhos, é a sua missão de vida.

Ultrapassou um diagnóstico de cancro, evoluiu de uma carreira na área de Gestão de Empresas para uma vida dedicada a encontrar formas de ser e ajudar os outros a ser cada vez mais felizes.

Quando iniciou a sua formação em Programação Neurolinguística, rapidamente comprovou, através da sua própria experiência, que a PNL oferece ferramentas únicas de empoderamento pessoal.

Aprenda PNL com uma referência da área:

✓ **Upgrade Trainers Training Novo Código Emergente PNL**

Mentoria International Coaching Certification with New Code NLP

✓ **Practitioner e Master Practitioner em PNL**

✓ **Trainer de Código Clássico de PNL**

formada diretamente pelo co-criador John Grinder, Carmen Bostic St. Clair Michael Carrol

✓ **Trainer de Novo Código em PNL**

formada diretamente pelo co-criador John Grinder, Carmen Bostic St. Clair Michael Carrol

✓ **Mentoria em Coaching com Novo Código**

✓ **Certificada em Neurocoaching**

✓ **Submodalidades avançadas por Sid Jacobson**

✓ **Licensed Advanced Hypnotic Practitioner**

✓ **Hipnoterapeuta Transpessoal e Regressiva**

✓ **Diploma em Heart Coerence**

✓ **Diploma em Banda Gástrica Hipnótica**

✓ **Diploma em Terapia de Casais com Hipnose**

✓ **Formação de Formadores**



5. Conteúdo Programático

- ✓ O que é a PNL e origens
- ✓ Entendendo o Inconsciente
- ✓ Pressupostos PNL
- ✓ Modelo de Comunicação e Percepção
- ✓ Epistemologia
- ✓ Sistemas de representação

5.1. O que irá aprender em cada temática

O QUE É A PNL E ORIGENS

A PNL surge na década de 70 com John Grinder e Richard Bandler como um processo de modelagem e captura dos padrões da excelência humana. Vai descobrir o que é a modelagem e como ela nos pode levar a resultados de excelência.

ENTENDENDO O INCONSCIENTE

Aprenda a pensar melhor com a mente consciente e assim direcionar e programar a sua mente inconsciente para aquilo que pretende alcançar. Ao compreendermos o funcionamento da nossa mente, percebemos a razão pela qual, por vezes é tão difícil alterarmos comportamentos que não queremos ter.

ALGUNS PRESSUPOSTOS DA PNL

Os pressupostos da PNL irão desconstruir algumas crenças e fazê-lo analisar a vida e os seus desafios com outros olhos.

EPISTEMOLOGIA

A filtragem dos acontecimentos através dos sentidos e da experiência pessoal dita a história de vida que contamos a nós próprios e aos que nos rodeiam. Como captamos o mundo e construímos as nossas representações internas.

SISTEMAS DE REPRESENTAÇÃO

Ao compreender a forma como cada um de nós percebe o mundo, adquirimos uma sensibilidade que nos conduz à melhoria dos processos comunicacionais. Compreendemos as razões de muitos conflitos e das dificuldades de comunicação e qual o caminho para os ultrapassar.

**“O problema não é o
problema mas sim o estado
com que acedemos ao
problema”**

John Grinder

6. Testemunhos



Patrícia Cardoso
Formanda Practitioner PNL

Conversas com PNL!!!! Têm-me feito crescer como pessoa, como ser humano.

Tenho aprendido muito, mas sobretudo a ser melhor comigo própria o que melhora também o ser melhor com os outros.

Temos um grupo maravilhoso de pessoas dispostas a crescer um bocadinho todos os domingos, dispostas a partilhar momentos, experiencia e vivencias!!!!

Obrigada a todos e obrigado Titá pela oportunidade.



Diogo Garcia
Formando Practitioner PNL

“Sou o Diogo. Em 2020, através de um familiar, apercebi-me que a PNL já me atraía antes de lhe conhecer o nome e por isso comecei esta viagem. Primeiro, um workshop, depois um introdutório para abrir ainda mais o apetite, de seguida o Practitioner e, finalmente, o dia a dia desde então. Agora conheço-me melhor, compreendo os meus diferentes estados e como me posso servir de todos os meus recursos para me potenciar a todos os níveis, mas principalmente na relação com o outro. Gosto de ampliar o mapa através de desafios e explorar as várias possibilidades das situações (potencialmente) limitadoras. “



Mª Amélia Mamede
Formanda Practitioner PNL

Fui sem saber ao que ia. Um bocado pelo entusiasmo que via na minha filha que estava a frequentar outra turma. Acabei por ser “arrastada” pelo entusiasmo que ela tinha, acabei por desejar muito ir.

Tive algo muito importante sim, que foi aprender a dizer que não aos outros, quando é não para mim, enquanto que antes dizia sim aos outros quando era não para mim. Isso eu eu estou a começar a aprender aos poucos, ainda não totalmente mas penso que chegarei lá.

Outra coisa muito importante que agradeço à Titá, foi o mostrar-me que eu se quiser posso. Estou a recordar-me particularmente do momento de partir a madeira e ainda hoje sempre que quero fazer uma coisa mais complicada eu oiço a voz da Titá a dizer, tu podes, tu consegues, vai lá..

7. Metodologia da Formação

- O curso tem associado um itinerário pedagógico síncrono e assíncrono, organizado ao longo de 16 horas, que decorre ao longo de 4 semanas. A componente síncrona do curso tem uma duração de 12 horas, realizada em sessões com uma duração de 3 horas, uma vez por semana (4 sessões síncronas de 3 horas cada). Os conteúdos são estruturados por módulos, permitindo desenvolver a aprendizagem de forma progressiva e apelando a diferentes tipos de saberes. A componente assíncrona, de consolidação dos conteúdos na plataforma, tem uma duração prevista de 4h.
- Na primeira sessão síncrona, de abertura do curso, antes de iniciar a abordagem aos temas do curso, a e-formadora procura identificar as necessidades e expectativas dos formandos, bem como os seus conhecimentos e experiências prévias na área do curso. Procura também criar as condições necessárias para uma boa relação pedagógica e apresentar a dinâmica de funcionamento do curso, para a orientação dos formandos.
- Após cada sessão síncrona, os formandos têm a possibilidade de consolidar/rever os conhecimentos desenvolvidos na sessão síncrona anterior, a partir da análise de recursos e documentos complementares disponibilizados sobre cada um dos temas, incluindo vídeos de suporte e a própria gravação de cada sessão síncrona. Visando a consolidação dos conhecimentos, ao longo dos temas vão sendo propostos vários desafios, cujo resultado é depois trabalhado/analísado na sessão síncrona seguinte. O conteúdo na plataforma vai sendo disponibilizado em função das sessões síncronas que vão sendo realizadas.
- Nas sessões síncronas, os formandos são convidados a participar ativamente no processo de aprendizagem, em diversas atividades sobre as temáticas apresentadas, sendo as mesmas marcadas principalmente pelo método ativo, expositivo e interrogativo.

8. Avaliação das Aprendizagens

No presente curso a avaliação das aprendizagens dos formandos vai ocorrer ao longo do curso (avaliação contínua) e no final do mesmo (avaliação sumativa):

- avaliação contínua, realizada ao longo das sessões síncronas do curso, tendo por base os seguintes indicadores: Participação, Relacionamento Interpessoal e Aplicação de Conhecimentos Adquiridos nos exercícios realizados ao longo do curso, avaliados numa escala de 1 a 5 (1 - Muito Insuficiente; 2 - Insuficiente; 3 - Suficiente; 4 - Bom; 5 - Muito Bom).
- avaliação sumativa será centrada na realização de um teste final de validação de conhecimentos composto por 15 questões de escolha múltipla, sendo que o formando tem, no máximo, 60 minutos para realizar o teste, a partir do momento que o inicia.

A classificação final dos formandos será apresentada numa escala de avaliação quantitativa de 0 a 100%, coincidente com a nota obtida no teste de avaliação final. Considera-se que um formando teve aproveitamento no curso quando a sua classificação final for igual ou superior a 70%.

Quando os formandos cumprem as condições definidas para o aproveitamento no curso, têm acesso a um Certificado de Formação Profissional emitido de acordo com a legislação em vigor.

9. Modo e Horário da Formação E-Learning

O curso tem associado um itinerário pedagógico síncrono e assíncrono, organizado ao longo de 16 horas, que decorre ao longo de 4 semanas. A componente síncrona do curso tem uma duração de 12 horas, realizada em sessões com uma duração de 3 horas, uma vez por semana (4 sessões síncronas de 3 horas cada). A componente assíncrona tem uma duração prevista de 4 horas.



E-learning
Via Zoom



DURAÇÃO:
16 horas (um mês)
12 horas de sessões síncrona e
4 horas de sessões assíncronas

10. Informações e Contactos

Agradecemos o seu interesse nos nossos cursos..

Estamos disponíveis para o ajudar a dar início à transformação da sua vida e do seu desenvolvimento profissional e social.

Ligue-nos ou visite-nos e saiba mais!

O atendimento diário no horário definido para o efeito: de segunda-feira a sexta-feira das 09h30 às 13h00 e das 15h00 às 18h00, sendo o atendimento presencial sujeito a marcação prévia



Morada

Rua do Senhor Roubado, 13 Odivelas 2675-533



Email

geral@conversascompnl.com



Telemóvel

+ 351 967 253 362



Telemóvel

+351 926 111 137



A MUDANÇA SÓ DEPENDE DE SI

~~~~~

Acompanhe-nos online:

