

INTRODUÇÃO À PROGRAMAÇÃO NEURO LINGUISTICA:

a sua aplicabilidade na vida pessoal e profissional

4 | 11 | 18 de Novembro 2011 | Auditório do CDSS de Vila Real

Enquadramento

A Programação Neuro Linguística (PNL) surgiu nos anos 70, na Califórnia e foi originalmente desenvolvida por John Grinder, Richard Bandler, Frank Pucelik entre outros. De uma forma resumida, podemos dizer que a PNL estuda a forma como usamos a linguagem da mente, e que através da “reprogramação” dessa linguagem, permite uma aproximação cada vez maior aos objetivos de cada pessoa, sejam eles emocionais, mentais ou práticos. A PNL é o estudo da excelência humana, que através da modelagem de padrões mentais de pensamento, ações e sensações nos permite alterar internamente.

Objetivos

Utilizar a comunicação para alcançar relações de alta qualidade | Aumentar o poder da escolha dos participantes com recurso a ferramentas práticas | Reconhecer os recursos internos mais potenciadores e utilizados em prol da melhoria da sua vida | Desenvolver a acuidade sensorial de forma a tornar-se um ponto de influência positiva no contexto de grupo | Aprender ferramentas que promovem a concretização de objetivos pessoais e profissionais.

Conteúdos Programático

Introdução à PNL: O que é a PNL? História e contextualização. Origem da PNL e sua aplicabilidade | **Os pressupostos da PNL:** Os pressupostos básicos da PNL | **O modelo de comunicação da PNL:** Entender o processo comunicacional à luz da PNL, e técnicas de comunicação eficaz. A calibração e o aumento da acuidade | **Técnicas e ferramentas para alterar estados e comportamentos:** Trata dos diversos estados mentais, como os evocamos e como podemos usar a ancoragem para aceder a estados de plenitude de recursos. Apresentação e treino de técnicas centradas na terapia e alteração comportamental. Exploração particular da Terapia da linha do tempo | **Os princípios da PNL:** Apresentação da estrutura base para o aumento do poder da escolha | **Aplicações práticas da PNL:** Reflexão sobre como a PNL impacta a nível cultural, como pode alterar o nosso mundo interior a nível dos pensamentos e seu reflexo constante no mundo exterior.

Formadora | Lígia Ramos

Licenciada em Filosofia pela Universidade Católica e especialista em Recursos Humanos. Neste momento é Master Practitioner em PNL pela ITA. Formadora Transformacional, comunicadora e investigadora. Colabora com a Life Training no alcance de objetivos ambiciosos e desenhando processos eficazes de mudança. Criou a empresa Momento de Mudança especializada em formação parental e coaching familiar.

Critérios de Seleção

Condição de associação perante a EAPN | Número de ordem de receção da inscrição | Número de inscrições por instituição | Distrito de exercício de atividade.

Horário

10.00h – 13.00h | 14.30h – 17.30h

Duração

18h

Local

Auditório do CDSS Vila Real, rua D. Pedro Castro, 5000

Vila Real

Modalidade de formação

Formação contínua / de atualização

Atribuição dos Certificados e Avaliação

A obtenção do Certificado de Formação Profissional implica a presença obrigatória, em 80% do total da duração da Ação de Formação, assim como implica uma classificação qualitativa (muito bom, bom, suficiente, insuficiente), resultante da avaliação realizada pelo formador.

Forma de organização

Formação presencial

Metodologia de formação

Métodos ativos, participativos, expositivos e interativos

Destinatários

Técnicos/as com funções de gestão e/ou coordenação em IPSS

Gestores/as de Recursos Humanos

Dirigentes de entidades públicas ou privadas

Técnicos/as de apoio social

Limite de Participantes

20 Formandos/as

FICHA DE PRÉ - INSCRIÇÃO

Nome		
Organização		
Morada		
Código Postal	Localidade	
Concelho	Distrito	
Telefone/Telemóvel	Fax	
E-mail		
Habilitações Literárias		
Cargo que desempenha		

Como tomou conhecimento desta ação de formação?

Os dados recolhidos são alvo de tratamento única e exclusivamente no âmbito desta atividade de formação. Autorizo a EAPN a disponibilizar ao Sistema de Acreditação da DGERT os meus dados pessoais relativos à identificação, endereço e contactos para efeitos de uma eventual auscultação.

Inscrições

Valor da Inscrição (assinale com um X)

Associados da EAPN Portugal: 60€

Não associados: 90€

(O valor da inscrição inclui documentação e certificado)

(Os cheques para pagamento da inscrição deverão ser emitidos à ordem da EAPN Portugal Rede Europeia Anti-Pobreza).

Nota: A confirmação da aceitação na ação de formação será realizada no dia 2 de novembro 2011

As pré - inscrições devem ser realizadas **até ao dia 28 de outubro de 2011**, para os seguintes contactos:

Núcleo Distrital de Vila Real da EAPN Portugal / Rede Europeia Anti Pobreza

Rua Dr. Manuel Cardona, edifício da Cruz Vermelha, nº 2 – B.

5000-558 Vila Real | Tel: 259 322 579 Fax: 259 322 001 E-mail: vilareal@eapn.pt Site: www.eapn.pt

Entidade
Promotora



Apoio

