



PROGRAMAÇÃO NEUROLINGÜÍSTICA

# PRACTITIONER PNL

CERTIFICAÇÃO INTERNACIONAL





## Benefícios deste curso

- Crescer em termos pessoais e profissionais
- Comunicar com excelência
- Ganhar um maior controlo sobre a sua vida, aprendendo a programar a sua mente
- Melhorar as suas capacidades de liderança e de influência
- Atingir estados de excelência em diversas situações
- Aumentar a auto-estima, autoconfiança e motivação
- Lidar com bloqueios, emoções negativas e limitações
- Aprender a superar crenças limitantes
- Ser feliz de forma mais consciente 😊





# O que nos distingue

Investimos num modelo de formação personalizado, com pequenos grupos de pessoas e muito vocacionado para o crescimento pessoal e profissional de cada participante.

## Sessões práticas

Através de exercícios práticos cada participante treina todas as técnicas, sob supervisão.

## Demonstrações

Durante o curso todas as técnicas são explicadas de forma teórica e demonstradas de forma prática.

## Partilha

Todo o material utilizado no curso - como manuais, exercícios e outros - é entregue a todos os formandos

## Ambiente

Escolhemos e criamos ambientes acolhedores, agradáveis e descontraídos.

## Feedback

Cada formando recebe sempre um feedback personalizado sobre o seu desempenho de forma a consolidar as suas competências

## Criatividade

Exploramos abordagens criativas e diferenciadores que fazem toda a diferença ao longo deste curso.



**Na CnH  
encontra uma  
formação  
dinâmica,  
criativa e  
libertadora,  
que transforma  
esta  
experiência  
numa "viagem"  
inesquecível!**





Na 1ª Conferência Mundial de PNL



Em formação com JOHN GRINDER



Em formação com ROBERT DILTS

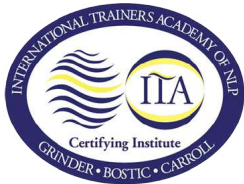
## As fontes

- Para podermos partilhar, genuinamente, as melhores abordagens da Programação Neurolinguística, fomos "beber à fonte".
- A nossa Trainer Manuela Selas teve a honra de ser treinada pessoalmente pelos maiores nomes da PNL a nível mundial - John Grinder e Robert Dilts.
- Por isso, na Coaching na Hora encontrará uma abordagem ampla, completa e atualizada, que integra as melhores técnicas, metodologias e padrões de excelência estudados e elaborados pelos maiores nomes da PNL a nível mundial
- Foi com eles que aprendemos. É o trabalho deles que partilhamos.

**Tripla  
Certificação**

# Certificações

- Certificação Internacional ITA/NLP



*O seu certificado internacional  
Practitioner PNL é assinado  
pelo próprio John Grinder*

- Certificação Profissional DGERT



- Certificação Humanistic PNL®





# Programa

## I - Competências básicas

- Introdução à PNL
- Linguagem verbal, não verbal, acuidade sensorial e calibração
- Rapport e espelhamento
- Princípios de Sucesso e formulação de objetivos
- Molduras, Enquadramentos e Resignificações
- Cadeia de Excelência
- Epistemologia, níveis lógicos e tipos lógicos de pensamento

## 2 - Submodalidades

- Conceitos e técnica
- Mapping Across
- Transformação de crenças/convicções
- Padrão SWISH
- Posições Percetivas
- Modelo de Cura Rápida de Fobia

## 3 - Linguagem e Partes

- Overlap e Pistas de Acesso
- Gerar novos comportamentos
- Pressuposições e Leitura de Mente
- Hierarquia das ideias



# Programa

- Metamodelo e Modelo Milton - padrões linguísticos para uma comunicação eficaz
- Metáforas
- O princípio das partes
- Negociação de partes

## 4 - Âncoras

- Processos de Ancoragem
- Círculo de Excelência
- CPH – Mudança História Pessoal
- TimeLines

## 5 - Estratégias, Valores e Sinais

- Elementos das estratégias
- Modelo TOTE
- Valores e conflitos e hierarquia de valores
- Sinais involuntários
- SWAY
- Betty Erickson
- Reenquadramento em N passos

## 6 - Assessment

- Avaliação final
- Demonstração de 2 técnicas de PNL





# Formadora

## Manuela Selas

- Trainer em PNL (pela ITA/NLP - International Training Academy of Neurolinguistic Programation)
- Criadora do conceito e da marca Humanistic PNL®
- Practitioner em Timeline Therapy® by Tad James Academy
- Advanced Presentation Skills NLP certificada John Grinder, Carmen Bostic St. Clair e Michael Carroll
- Master Life & Business Coach certificada pela ECA e ICI - International Association of Coaching Institutes
- Professional Coach certificada ITAC - International Training Association of Coaching
- Especialista na metodologia Humanistic Coaching - IHCOS®
- Licenciada em Direito, pela Univ. Lusófona Porto



## A quem se destina este curso

**GESTORES** - Superar barreiras que limitam o crescimento do negócio e desenvolver soft skills de comunicação e liderança.

**PSICÓLOGOS, COACHS E TERAPEUTAS** - Ajudar os clientes a substituir padrões limitantes por comportamentos assertivos e eficientes, com resultados imediatos e definitivos.

**PROFESSORES E FORMADORES** - Comunicar de forma eficaz e gerar estados potenciadores de aprendizagem, indo facilmente ao encontro do modelo mental dos diferentes alunos.

**COMERCIAIS E CONSULTORES** - Aumentar a capacidade de influência, de persuasão e de comunicação. Descobrir como estabelecer excelentes relações comerciais, manter elevados níveis de confiança, motivação e performance.

**PROFISSIONAIS DE SAÚDE** - Aprender técnicas para eliminar crenças negativas nos pacientes e substituí-las por crenças potenciadoras. Melhorar a comunicação e ganhar maior poder de influência positiva.

**PERSONAL TRAINERS, DESPORTISTAS E TREINADORES** - Desenvolver autoestima e autoconfiança e aprender como potenciar recursos para alcançar os resultados desejados.

**TODAS AS PESSOAS** interessadas em desenvolvimento pessoal



## Saiba que

- Os conteúdos do Practitioner PNL podem parecer idênticos em todos institutos e academias. A **verdadeira diferença** está nas fontes, na generosidade, entrega, partilha, confiança, humildade e empatia com que cada profissional entrega estes conteúdos aos seus formandos.
- Na CnH trabalhamos com **grupos pequenos** e criamos ambientes muito especiais que tornam esta experiência verdadeiramente transformadora e inesquecível.
- As amizades que nascem e que perduram para lá destas formações, são a nossa maior gratificação e o melhor testemunho das **conexões que criamos** muito para além desta experiência formativa.
- Somos especialistas em PNL e Coaching. Ao longo dos últimos anos formamos muitos Practitioners. A forma como tocámos cada pessoa e como fomos tocados por cada uma delas demonstram bem a profundidade do nosso trabalho e o **amor que depositamos** em cada formação.
- **Complementamos e enriquecemos** o modelo de Programação Neurolinguística com as mais recentes descobertas nas áreas das Neurociências, Inteligência emocional e Física quântica.





# Há um ANTES e um DEPOIS deste curso

**Ser Practitioner em PNL fará de si uma pessoa diferente:**

- ✓ Mais autoconfiança
- ✓ Maior autocontrolo
- ✓ Melhor comunicador
- ✓ Mais influente
- ✓ Novas competências relacionais
- ✓ Maior domínio da linguagem
- ✓ Maior autoconhecimento
- ✓ Maior autoestima

## Se ainda tem dúvidas... Fale connosco



**(+351) 936 637 737**



**[info@coachingnahora.com](mailto:info@coachingnahora.com)**



**Av. República, 1622, 4º, s/10  
4430-193 V. N. de Gaia**

## Até já!