

Comunicação Eficaz com Programação Neurolinguística



Powerd by MA Consulting & Sbogarim, Coaching e Formação

PEDIDO DE PROPOSTA

DURAÇÃO: 14 horas – 2 dias

DESTINATÁRIOS:

Executivos e diretores com responsabilidades de gestão e a todos os profissionais que necessitem desenvolver as suas competências profissionais a diversos níveis como liderança, gestão de stresse, comunicação e desenvolvimento de equipas.

OBJETIVOS:

- ✓ Definir e identificar pressupostos da Programação neurolinguística;
- ✓ Identificar pressupostos de comunicação eficaz;
- ✓ Distinguir abrangência da comunicação verbal e não verbal;
- ✓ Identificar características da comunicação ativa;
- ✓ Compreender e desenvolver cada uma das técnicas de comunicação eficaz como Rapport, Feedback, Perguntas Poderosas.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

I. Programação Neurolinguística

- O que é PNL?
- Pressupostos básicos da PNL;
- Funcionamento do nosso cérebro (consciente e inconsciente);
- Sistemas Representativos de Linguagem (visual, auditiva e cinestésica);

II. Comunicação

- Processo de Comunicação;
- Mapas e filtros na comunicação;
- Pressupostos e Princípios de comunicação eficaz;
- Comunicação verbal e Não Verbal ◦ Processo de Comunicação;
- Tipos de comunicação Importância escuta ativa ◦ O poder da palavra vs fisiologia;

III. Técnicas poderosas de comunicação

- Criação de Rapport;
- Técnicas de enquadramento;
- Técnicas de Feedback;
- Sabedoria das perguntas poderosas;
- Técnicas de escrita e corporais de comunicação eficaz;
- Importância de objetivos poderosos.

Prática com técnicas, ferramentas e dinâmicas de grupo.

FORMADORA: Sofia Bogarim



Master Coach com Certificação Internacional em Coaching e Practitioner em Programação Neurolinguística (PNL), Hipnose e Facilitadora Transpessoal.

Há 8 anos que se dedica ao desenvolvimento pessoal nas áreas de Coaching de Vida e Coaching Executivo.

Dá especial ênfase nas suas sessões ao trabalho à programação e desprogramação da mente, com o objectivo de obter resultados efetivos e eficazes, na reprogramação ao nível do inconsciente. Tem como o objetivo de trabalhar o comportamento humano de acordo com a abrangência da última corrente da psicologia, potenciando o ser humano, nas vertentes de corpo, mente e espírito.

Detém o Certificado de Competências Pedagógicas (CCP) e tem vindo a desenvolver diversos projetos de formação na área de competências comportamentais, em temas como Liderança, Líder-Coach, Comunicação Eficaz, Gestão da Mudança, Competências Emocionais, Gestão de Stresse, Gestão de Tempo.

A sua formação base é Ciências da Comunicação – Relações Públicas e Marketing. No início de carreira esteve 10 anos na área de organização de eventos e marketing.

Considera-se em constante desenvolvimento pessoal, por acreditar que esse é o seu propósito de vida.