

[Inscreva-se
aqui](#)

PREÇO: 30,00€+IVA

DURAÇÃO: (09.30/12.30) **3 horas**

PROGRAMA:

09h30 – receção dos participantes;

09h45 – boas-vindas por Manuela Andrade com apresentação dos serviços da MA Consulting,

10h00 – 60 minutos de Coaching e PNL com Sofia Bogarim.

11h00 – Coffee-break

11h15 – 10h00 – 60 minutos de Coaching e PNL com Sofia Bogarim.

12h15 – Sessão de Perguntas e respostas

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

I. Os pressupostos do Coaching e da Programação Neurolinguística.

II. A linguagem do nosso Cérebro

- Características do Cérebro;
- Como funciona o processo interno;
- Características do Consciente e Inconsciente;
- A Comunicação Eficaz;

III. Objetivos de sucesso

- Características e formula de definir objetivos de sucesso;
- Como definir os nossos objetivos de vida;
- Valores como fator de motivação; Dinâmicas e exercícios práticos.



WORKSHOP:

120 minutos de
Coaching e PNL,
*ferramentas de
sucesso!*

28 FEV 2018 | 09h30,
DNA Cascais

Powered by MA Consulting & Sbogarim, Coaching e Formação

DESTINATÁRIOS:

Todas as pessoas e profissionais que pretendam alargar os seus conhecimentos e competências, com o objetivo de chegarem mais longe.

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 objetivo 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.