

# ADVANCED P N L



● 1 RELATÓRIO DE ANÁLISE  
**PERFIL COMPORTAMENTAL**

● 1 RELATÓRIO DE ANÁLISE  
**COMPETÊNCIAS**

● 2 SESSÕES  
**COACHING**





## *É uma viagem que não tem volta: **nenhum participante volta igual!***

### **Todos temos uma missão!**

Podemos não estar conscientes dela, mas todos temos!

Essa missão é a pegada que vamos deixar no mundo. É o nosso propósito. Aquilo que nos diferencia e que permite perceber que acrescentamos valor ao mundo.

Na KEEP, queremos ser o seu parceiro que o vai ajudar a concretizar a sua missão! Estejamos a falar de projetos, empresas ou pessoas individualmente...

Somos sensíveis às mudanças e temos as ferramentas para as tornar mais suaves. Diariamente procuramos caminhos desbravando talentos. Sobretudo, apoiamos a construção de amanhã mais prósperos.

Confiamos na nossa capacidade de inovar e estamos sempre disponíveis para aprender.

Queremos estabelecer relações duradouras com os nossos clientes e parceiros! Sempre com os olhos postos nas pessoas. Estamos certos que o nosso sucesso vai advir da paixão que colocamos em tudo o que fazemos e na crença de que temos neste projecto, todos os recursos necessários.

Juntos somos mais fortes seja a nível pessoal ou a nível profissional.

Acreditamos que a vida é melhor quando vivida em conjunto.

Paula Rocha



ADVANCED

# PNL

*Transforme-se numa*  
***Personalidade Magnética!***

A Programação Neurolinguística é uma metodologia prática que catalisa o desenvolvimento do nosso potencial. Baseia-se num conjunto de ferramentas de aplicação quotidiana, em rápida expansão no mundo inteiro, com resultados amplamente celebrados em áreas como a comunicação, a liderança, o alinhamento de equipas, a motivação de grupos de trabalho, as vendas, o ensino, a saúde, os relacionamentos, etc.

Poder-se-ia definir a PNL de diferentes formas: motor de busca para a “diferença que faz a diferença”, estratégia de resiliência, exercício de flexibilidade no Mundo, ou o estudo da experiência subjetiva, entre outras. No fundo, é uma forma de estar na vida, uma atitude mental voltada para a excelência dos comportamentos e resultados.

Ao mostrar-nos como o pensamento influencia as nossas ações, ajuda-nos a identificar os padrões limitadores que nos impedem de alcançar sonhos e mostra-nos como nos libertarmos deles, cultivando crenças positivas acerca de nós e do mundo que nos rodeia.





# *Aprenda a influenciar a si próprio e depois, os relacionamentos com os outros!*

Porque a excelência não é um ato isolado que acontece por mero acaso, e sim um hábito, esta área tem contagiado positivamente milhões de pessoas em todo o mundo.

Neste curso de PNL (Programação Neurolinguística) vai adquirir ferramentas para o ajudar no seu processo de desenvolvimento pessoal e profissional.

## Programa

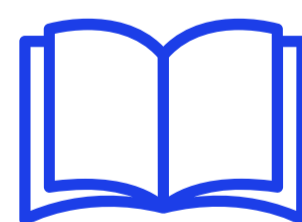
- ▶ Introdução à PNL – História e abordagens
- ▶ Princípios básicos e Pressupostos da PNL
- ▶ Comunicação de Excelência: Rapport verbal e não-verbal
- ▶ Modelo de Comunicação em PNL
- ▶ Valores e Convicções em PNL
- ▶ Sistemas de Representação e Sub-modalidades
- ▶ Acuidade Sensorial, Calibragem e Pistas de Acesso
- ▶ Estratégias Mentais
- ▶ Âncoras e ancoragem de Estados de Excelência
- ▶ Meta Programas Mentais
- ▶ Metáforas
- ▶ Modelagem em PNL



**1200€\***  
INVESTIMENTO



**48H**  
EM "SALA"



**40H**  
AUTOESTUDO



**2 SESSÕES**  
COACHING



RELATÓRIO DE ANÁLISE  
**PERFIL COMPORTAMENTAL**



RELATÓRIO DE ANÁLISE  
**COMPETÊNCIAS**

**“A PNL é uma atitude metodológica da qual decorre um conjunto de técnicas. É uma certa maneira de compreender as pessoas. Uma visão do mundo.”**

*Richard Bandler*

A PNL é um modelo teórico e conceptual que tem por base a modelização da excelência, apoiando-se numa visão humanista de uma determinada visão do mundo, com as suas grelhas de leitura, a sua metodologia e ferramentas de mudança que daí decorrem.

Estamos sempre a comunicar, pelo menos não verbalmente, e as palavras são quase sempre a parte menos importante.

## Objetivos

- ▶ Alinhar comportamentos com propósito de vida
- ▶ Transformar Sonhos em objetivos
- ▶ Desenvolver estratégias para lidar com estados negativos
- ▶ Alinhar os objetivos pelos valores
- ▶ Desenvolver a autoestima
- ▶ Superar bloqueios e limitações
- ▶ Eliminar hábitos
- ▶ Desenvolver a capacidade de trabalhar o inconsciente
- ▶ Exponenciar a qualidade da comunicação verbal e não verbal
- ▶ Aumentar a acuidade sensorial
- ▶ Melhorar a qualidade dos relacionamentos interpessoais
- ▶ Potenciar o crescimento pessoal e profissional.



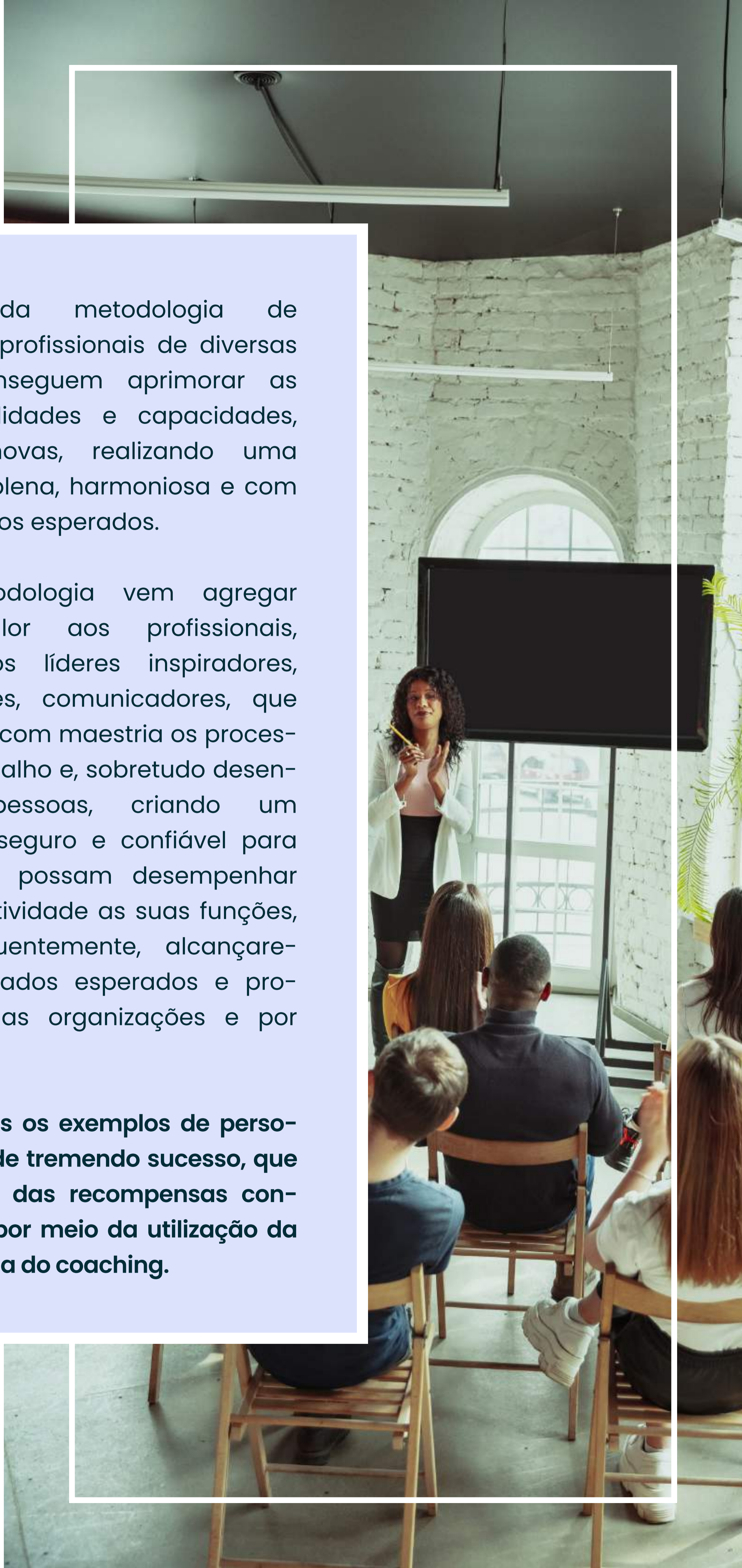


# Coaching

Através da metodologia de Coaching, profissionais de diversas áreas, conseguem aprimorar as suas habilidades e capacidades, adquirir novas, realizando uma liderança plena, harmoniosa e com os resultados esperados.

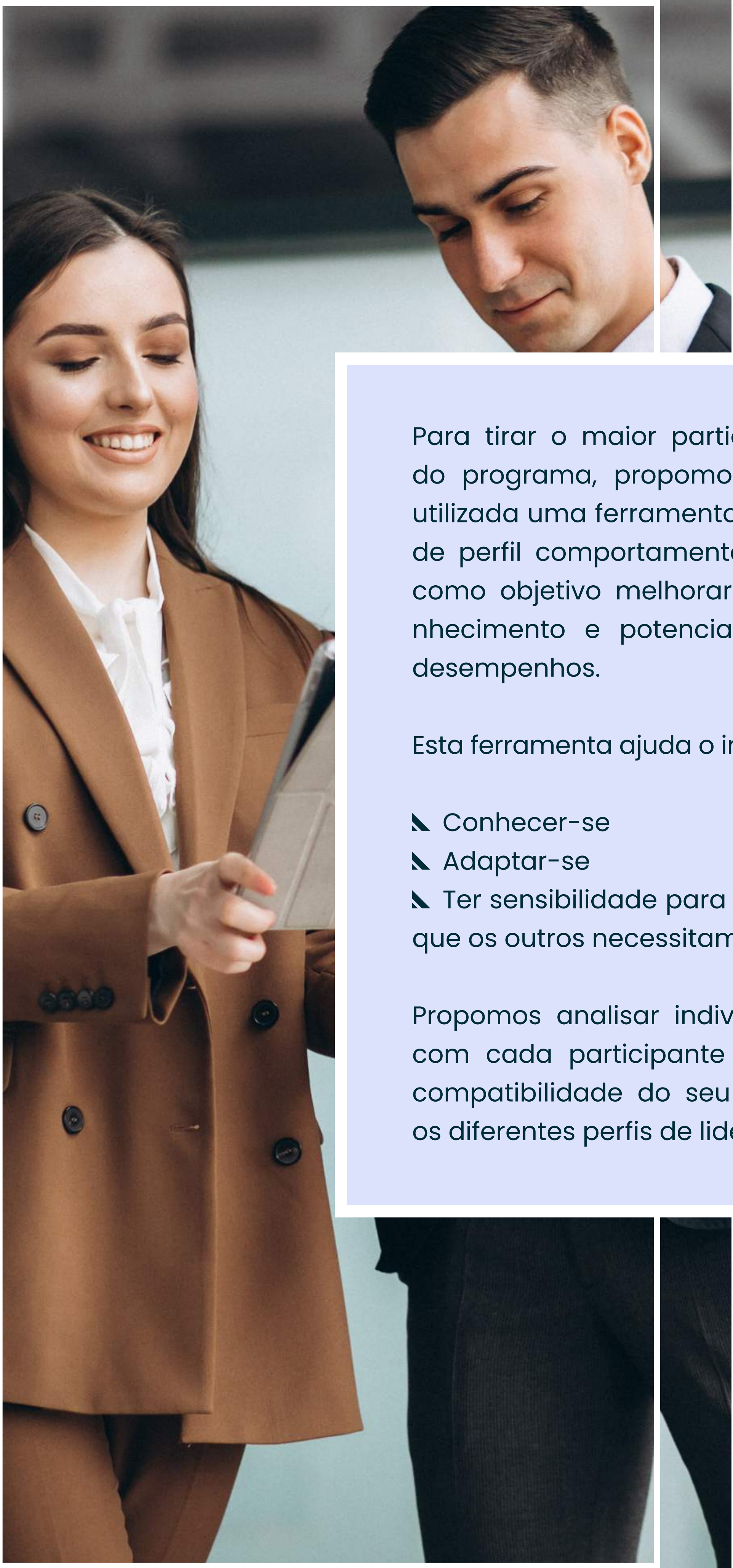
Esta metodologia vem agregar muito valor aos profissionais, tornando-os líderes inspiradores, motivadores, comunicadores, que conduzem com maestria os processos de trabalho e, sobretudo desenvolvem pessoas, criando um ambiente seguro e confiável para que esses possam desempenhar com assertividade as suas funções, e conseqüentemente, alcançaremos resultados esperados e propostos pelas organizações e por eles.

**São infinitos os exemplos de personalidades de tremendo sucesso, que beneficiam das recompensas conquistadas por meio da utilização da metodologia do coaching.**





# Assessment



Para tirar o maior partido possível do programa, propomos que seja utilizada uma ferramenta de análise de perfil comportamental que tem como objetivo melhorar o autoconhecimento e potenciar melhores desempenhos.

Esta ferramenta ajuda o indivíduo a:

- ▾ Conhecer-se
- ▾ Adaptar-se
- ▾ Ter sensibilidade para perceber o que os outros necessitam

Propomos analisar individualmente com cada participante o nível de compatibilidade do seu perfil com os diferentes perfis de liderança.



# Garantia

1

**Equipa polivalente:** Formadores com competências diversificadas para responder a qualquer desafio

2

Não temos formadores de carreira: todos os nossos formadores são **profissionais integrados nas organizações** que conhecem bem a realidade empresarial e que acumulam a função de formador

3

Profissionais com formação avançada em **técnicas eficazes de comunicação** (toda a equipa tem formação em PNL)

4

**Formadores-Coaches:** toda a equipa tem formação internacional em coaching para garantirmos que conseguimos extrair o melhor de qualquer pessoa

5

Garantia das mais **atualizadas ferramentas de ensino de adultos** pois estamos conscientes que a alteração de comportamento não se faz nos tradicionais contextos de formação





6

**Follow-up contínuo**

7

**Fatores extrínsecos de motivação.** Sabemos que mudar requer o alargamento do lugar de conforto e isso só se consegue espicando a motivação

8

Utilização privilegiada de **metodologias práticas de aprendizagem**

9

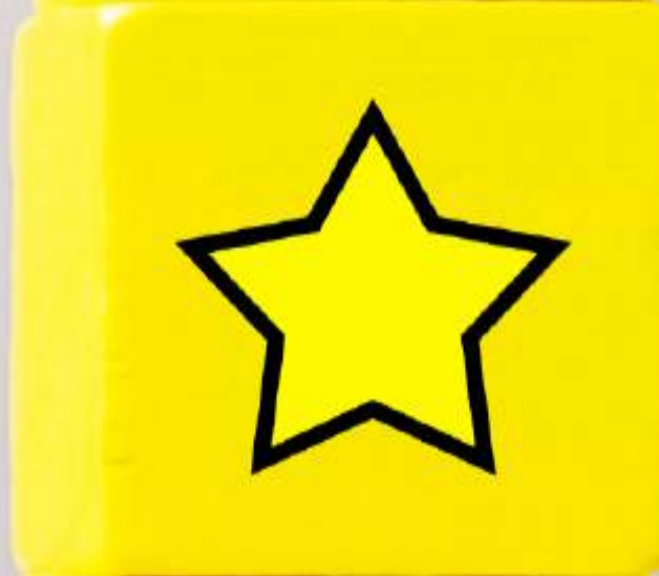
Possibilidade de **criação de conteúdo áudio digital**, e/ou acompanhamento individual, como complemento das ações

10

**Acesso direto** ao contacto com o consultor especialista de cada área

11

Garantia de **acompanhamento dedicado e personalizado** por parte do Gestor de Projeto





# TESTEMUNHOS

## **MADALENA VIEIRA** - Diretora de RH



“Agradeço a todo o staff da KEEP Corporate pelo profissionalismo demonstrado em todas as ocasiões. Pela qualidade de ensino com exercícios práticos que são úteis a todos os profissionais que pretendem melhorar a sua performance e qualidade de vida.

Aprendemos técnicas que nos permitem ter uma percepção mais ajustada e superar situações adversas. A arte da comunicação é uma peça fundamental para o sucesso, dado que, o o nosso maior recurso são as “pessoas”.

Esta formação é sem dúvida para pessoas “especiais” que de alguma forma pretendem ser mais-valias para o universo! ”



## **CRISTINA ARNEIRO** -Professora

“ Como professora com 18 anos de carreira em vários contextos, aprendi na KEEP Corporate que podemos alterar o estado dos nossos alunos para que se predisponham mais facilmente para as aprendizagens. Eureka!! Porque são os promenores que fazem a diferença.

Ajudou-me a fazer uma “leitura de jogo” mais ecológica e mais sustentável para mim e para os outros que me dá a tranquilidade de estar a caminhar pelo “caminho certo”. ”

## **VÂNIA MARTINS** - Comercial



“ Para que faça sentido, procuro saber mais. Procuro o conhecimento e a emoção de outros...

Experiência, partilha e aprendizagem foram dos muitos marcos que a KEEP me transmitiu com os dois cursos, Coaching e PNL, e a Pós-Graduação em Neuroliderança, nos quais tive o prazer de participar!

"Conhecimento não ocupa espaço". Obrigado KEEP. ”





## DR<sup>a</sup> PAULA ROCHA

Ao longo do seu percurso profissional desenvolveu competências específicas quer com a formação académica quer com a experiência profissional.

### Percurso Académico:

- Pós-graduada em Neurociência e Neuroplasticidade
- Pós-graduada em Neurodesenvolvimento
- Licensed Practitioner de PNL
- Coach Certificada
- Master em Gestão para Executivos
- Certificada em Happiness Manager
- Doutoranda em Economia e Gestão de Empresas
- Membro da Direção Nacional da APG – Associação Portuguesa de Gestão de Pessoas
- Presidente do Grupo Português de Coaching
- Membro do Conselho Consultivo do ISCAP (Instituto Politécnico do Porto)

Coloca o Amor como ingrediente principal de tudo o que faz e acredita que isso vai fazer a diferença na vida dos clientes.





## DRº PAULO JORGE

### Percurso Académico:

- ▮ Licenciado em Gestão de Recursos Humanos;
- ▮ Pós-Graduado em Gestão de Recursos Humanos;
- ▮ Especialista em Treino Mental - Curso Advanced PNL;
- ▮ Formação Avançada em Neurocoaching;
- ▮ Certificado Internacionalmente em Coaching;
- ▮ Membro do Grupo Português de Coaching.



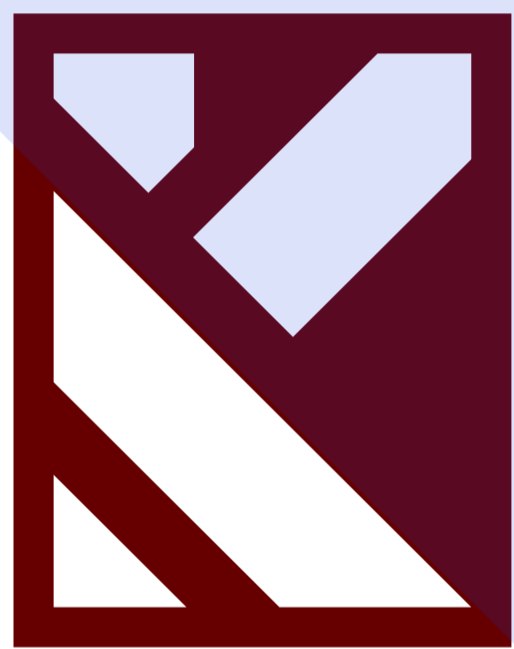


## **DR<sup>a</sup> CRISTIANA FERNANDES**

### Percurso Académico:

- ▮ Master of Business Administration - MBA, GESTÃO LABORAL DA EMPRESA E DESENVOLVIMENTO DO POTENCIAL HUMANO
- ▮ Licenciada em Recursos Humanos
- ▮ Licenciada em Contabilidade e Administração





# keep

growing together



[info@keepcorporate.com](mailto:info@keepcorporate.com)  
[www.keepcorporate.com](http://www.keepcorporate.com)



+351 229 710 584  
+351 937 775 337  
+351 933 335 337



Rua Dr. Nunes da Ponte N°41  
4440-452 Valongo