



leadership

SETTING GOALS

Programa neurolinguístico para atingir objetivos

5*
U

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

www.eba.edu.pt

o programa
neuro
linguístico
para atingir
objetivos

Sabemos que objetivos fazem parte da atividade de qualquer empresa e negócio, e que em todas as organizações, periodicamente, objetivos são definidos e os seus resultados exigidos.

Mas o facto de ser algo presente nas rotinas profissionais, não significa que cada pessoa, individualmente, saiba como se apropriar dos objetivos que lhe são pedidos e torná-los seus, bem como ter clareza sobre as suas próprias metas individuais, e como todas estas informações podem coexistir ecologicamente e garantir o sucesso no seu desempenho.

Assim o programa formativo *SETTING GOALS*, procura dotar cada colaborador de ferramentas que aumentarão o sucesso do atingimento dos seus objetivos individuais e integrá-los na realização dos objetivos coletivos

A programação neurolinguística apresenta uma metodologia muito efetiva e eficiente que nos ajuda a tornar objetivos específicos e mensuráveis, em resultados relevantes, realistas e dentro do quadro temporal que lhes é exigido. Tratando o objetivo como um programa neurolinguístico, cuja instalação aumenta e garante resultados bem sucedidos.

para quem

SETTING GOALS – formação para a boa formulação de objetivos, é um programa transversal a todas as pessoas da organização. Dos CEO à alta direção, de diretores de RH às chefias intermédias, passando por todas as estruturas de *front* e *back office*, nos seus mais variados estágios da profissão, bem como todos aqueles que pretendam saber estabelecer objetivos e definir planos para os atingir.



objetivos

- ✓ Ter clareza sobre o seu estado atual nas diferentes áreas da vida;
- ✓ Identificar áreas que procuram mudança;
- ✓ Reconhecer recursos que já possui;
- ✓ Aprender a definir objetivos que ativam a sua neurologia para o seu atingimento;
- ✓ Planear ações para a concretização dos objetivos.

Programa

1º MÓDULO

Mapeamento do Estado Atual

- Roda da Vida/Liderança/Desempenho profissional;
- Mapa dos recursos atuais;
- Intenções futuras a 10 e a 5 anos;
- Ponderação do sentido de direção – o que tenho/o que não tenho vs o que quero/o que não quero.

2º MÓDULO

Definição do Estado Desejado

- O que é um objetivo;
- Objetivos SMART;
- Chaves para a boa formulação de objetivos;
- SAR – Sistema de Ativação Reticular;
- Ecologia.

3º MÓDULO

Plano de Ação

- Instalação do objetivo no futuro;
- Cronograma de ações – *storyboard*;
- Recursos a alocar e recursos a desenvolver.

DURAÇÃO:

total de 12 horas, divididas em 3 módulos de 4 horas

Formadores



Vera Braz Mendes

eba NLP Trainer

- Master Trainer de Programação Neurolinguística
- Trainer de Time Line Therapy™
- Generative Life Coach
- Licenciada em Relações Internacionais
- Mestranda em Ciências das Emoções

ver curriculum completo [aqui](#)

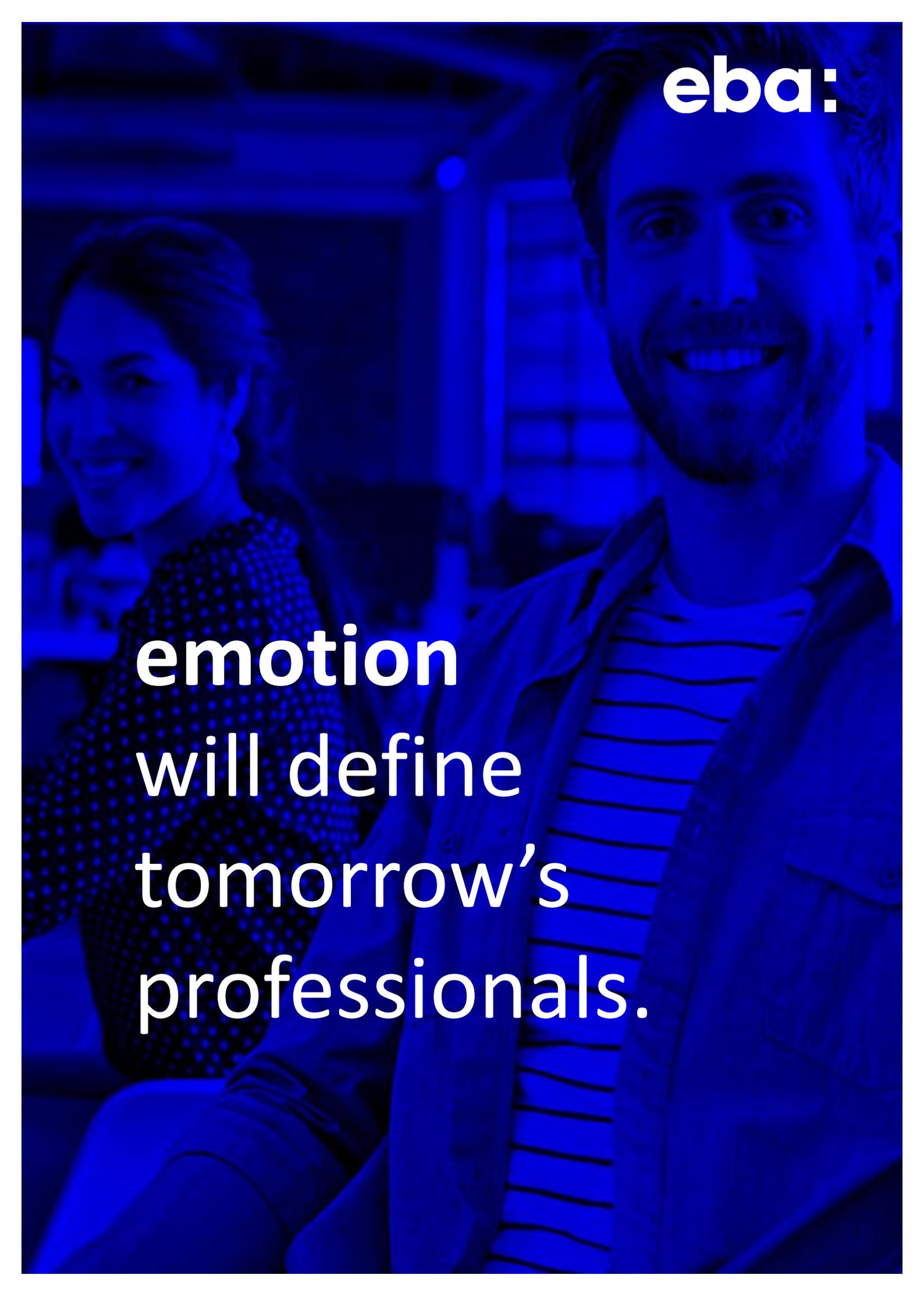


Joana Sobreiro

eba Mindfulness Trainer

- Master Trainer de Programação Neurolinguística e Mindfulness
- Life & Executive Humanistic Senior Coach
- Generative Coach & Consultant
- Presidente em Portugal da IN-me
- Licenciada em Marketing Management

ver curriculum completo [aqui](#)



eba:

**emotion
will define
tomorrow's
professionals.**

eba: Media Clipping



Sic Notícias

Análise Intervenções
caso construção novo
aeroporto

[\(Aqui\)](#)



TVI

Perfil comportamental autor
tentativa ataque Fac.
Ciências

[\(Aqui\)](#)



SIC Notícias

Análise Debate Costa /
Rio
Legislativas 2022

[\(Aqui\)](#)



SIC Notícias

Análise debates Eleições
Legislativas 2022

[\(Aqui\)](#)



TVI

Entrevista José Sócrates a
José Alberto Carvalho TVI

[\(Aqui\)](#)



CMTV

Entrevista Homicida
Professora do Montijo

[\(Aqui\)](#)



RTP 1

Debate Legislativas
Passos Coelho vs António
Costa

[\(Aqui\)](#)



Jornal Público

Comissão Parlamentar
Inquérito caso BES

[\(Aqui\)](#)



CMTV

A perceção Neuro facial
em contextos Judiciais

[\(Aqui\)](#)



SIC Notícias

O Poder da Linguagem
Corporal nos Tribunais

[\(Aqui\)](#)



Jornal Público

Análise Testemunhos em
Contexto Judicial

[\(Aqui\)](#)



Diário de Notícias

Análise aos debates
Trump x Clinton

[\(Aqui\)](#)



RTP 1

Análise relação José
Sócrates Juiz Carlos
Alexandre

[\(Aqui\)](#)



RTP 1

Análise Pedro Passos
Coelho vs António Costa

[\(Aqui\)](#)



RTP 2

Análise Caso Gémeos
Iraqianos – Ponte de Sor

[\(Aqui\)](#)

eba: Clientes



Proposta Formativa

3 SESSÕES DE 4:00 HORAS

- Método Expositivo – Parte teórica das matérias;
- Método Demonstrativo – Apresentação de vídeos;
- Envio de material de suporte para integração conhecimento;
- Seleção *papers* científicos, vídeos, bibliografia recomendada, etc.

12 Horas | 3.750€ | ≤ 10 Participantes | Inscrições extra sob consulta

1 SESSÃO FEEDBACK GRUPO [OPCIONAL]

- 1:00 Hora - Implementação plano de ação e incorporação conhecimento.
- 1 Sessão | Valor: 150€

SESSÕES FEEDBACK INDIVIDUAL [OPCIONAL]

- Sessões 1:00 Hora de Treino Personalizado | Nº Sessões Definir | Valor: 225€ / Sessão / Participante

CONDIÇÕES PAGAMENTO

- 50% na Adjudicação | 50% na Data Formação
- (Preços Isentos de IVA artº 9º do CIVA)

REQUISITOS TÉCNICOS

- Projetor de vídeo; Som; Flipchart (opcional)

obrigado



emot:onal business academy

Av. Dr. Mário Moutinho N.º 33 – A
1400-136 Lisboa

info@eba.edu.pt , 917 278 657



[seguir](#)



[seguir](#)



[subscriver](#)



[conectar](#)

www.eba.edu.pt