



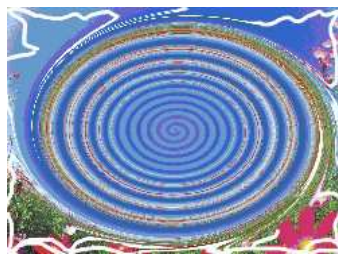
Home	Calendário	PNL	Coaching	Workshops	Identity Compass	media & more
------	------------	-----	----------	-----------	------------------	--------------

Newsletter 05-2009
Newsletter
Contactos
Formadores
Partner

NEWSLETTER 05/2009

TEM MEDO DA HIPNOSE?

Quando se fala em Hipnose algumas pessoas sentem estranheza. Algum preconceito ou algum desconhecimento pode criar inquietação ao ouvir esta palavra. Algumas pessoas dizem que quando se está hipnotizado, está-se sob o controle do hipnoterapeuta ou que podem ser obrigados/as a fazer algo que não se quer durante um transe hipnótico ou mesmo imitar algum animal estranho. Muitos são os mitos à volta desta prática. Mas afinal o que é hipnose?



Recorda-se de um momento que se tenha „perdido“ ao ler um livro? Ou quando esteve a ver um filme? Ou mesmo a conduzir e errou o caminho porque estava concentrado nos seus pensamentos? Em todos esses momentos podemos dizer que experimentou um estado alterado. Ou seja, a sua atenção estava dirigida a algo e nesses momentos esteve entre o estado de sono e da vigília. Esse é um dos estados que pode vivenciar numa sessão de hipnose. A Hipnose promove uma interação entre o estado de consciência plena e um outro estado de relaxamento profundo. É nesse momento de relaxamento profundo que acedemos a informações guardadas no nosso inconsciente. Informações úteis para desbloquear muitos processos.

(CONTINUAÇÃO...)

Com emprego de linguagem específica e um tom de voz adequado, o cliente começa a sentir facilidade em responder sem ter necessidade de grandes jogos lógicos. A linguagem hipnótica está no nosso dia-a-dia e nem o sabemos. Por exemplo, quando ouve a publicidade na rádio ou vê um cartaz no supermercado ou lê um outdoor na rua, em todos os casos, está exposto a uma linguagem que acede directamente aquilo que se chama subconsciente e inconsciente. Por vezes, compramos um produto por sermos induzidos a compra, sem antes ter pensado realmente no porquê do acto de compra.

Para além do uso comercial, a hipnose pode ser usada no nosso dia-a-dia para compreendermos com eficácia a mensagem que nos querem transmitir e para uma melhor comunicação da nossa parte. Também cada vez mais é alargado o uso da hipnose na intervenção cirúrgica para que o paciente não seja submetido a anestesia, como também, em processos terapêuticos.

Há conhecimento que a hipnose era praticada por povos de culturas antigas como os maias, os astecas e até os gregos que a utilizavam como uma forma de cura. Mas foi o James Braid, um médico cirurgião escocês do século XIX, a quem foi atribuída a honra de ser iniciador da hipnose científica e que criou o termo "hipnose" baseado na palavra hipnos, que significa "sono" em grego, e osis em latim que significa acção ou processo.











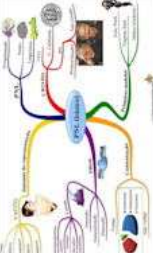

No século XX surge a figura de Milton Erickson (1901-1980), e a hipnose moderna ou hipnose ericksoniana. Erickson veio revolucionar esta prática, através da criação de várias técnicas modernas de indução, o conduzir o cliente através de uma „conversa“, para além do uso de anedotas e metáforas. A chamada linguagem miltoniana está presente actualmente em diversas técnicas de terapia, relaxamento, meditação e nas técnicas de programação neuro-linguística. De acordo com Dr. Milton Erickson a „mente consciente “ é a parte que permite ter crítica. Ter a habilidade de analisar, fazer julgamentos. É a parte racional. É a parte limitada da mente.” A Mente inconsciente “é o reservatório de todas as experiências adquiridas. Experiências pessoais, aprendizagens, funções automáticas, etc... É uma mente sábia, não rígida nem analítica e tão pouco limitada. É capaz de interpretações simbólicas e tem tendência a uma visão global. Por isso, tem os recursos necessários para as mudanças.” Ou seja, M. Erickson acreditava que cada paciente tem por si o princípio da cura.

Para vivenciar um momento de transe..... Uma vez perguntaram ao Buda como ele fez para andar 2000 km?????

Ele respondeu: „Bastou dar os primeiros passos e os outros vieram a seguir, um depois do outro.....“

Para aprender mais sobre hipnose, compareça no workshop de hipnose em Lisboa e sinta uma curiosidade profundamente.....

CERTIFICACOES INTERNACIONAIS		
	<p><u>Certificao Internacional em PNL Practitioner</u></p> <p>Practitioner quer dizer praticante, e neste caso, de PNL. Este é um curso totalmente prático e vivencial, no qual os formadores ensinam como realizar cada método, técnica e adquirir capacidades na PNL.</p>	<p>22 DE MAIO – PORTO 19 DE JUNHO – LISBOA</p>

		
	<p><u>Certificao Internacional em Business Coaching</u></p> <p>A Revista Fortune 500 referiu que, mais de 60% dos Presidentes das Maiores Empresas dos EUA recorrem ao Business e Executive Coaching. E apontado por especialistas em gestão, como uma das mais importantes ferramentas para desenvolvimento de carreiras. Aposte em si e na sua carreira.</p>	<p>29 DE MAIO – LISBOA 26 DE JUNHO – PORTO</p> 
	<p><u>Certificao Internacional em PNL Trainer Training</u></p> <p>Experiência única no seio da Floresta Negra! Curso intensivo ministrado nas instalações da MORE Institut Alemanha. Excelente oportunidade para viver num ambiente internacional de formação, e aprender com alguns dos mais conceituados formadores internacionais como Tom Best ou Bert Feustel. Condições especiais para portugueses!</p>	<p>15 de Julho ALEMANHA</p> 
WORKSHOPS		
	<p><u>Workshop de Hipnose</u></p> <p>Workshop com o Dr. José Marto, que entre outros objectivos explicará o que é a Hipnose, irá realçar a sua importância científica, aferir a aplicabilidade em diversas práticas, nomeadamente no coaching. Excelente oportunidade para ter um primeiro contacto com as técnicas de hipnose.</p>	<p>13 e 14 JUNHO LISBOA</p> 
	<p><u>Workshop de Introduo ao Coaching</u></p> <p>Destinado a todo e qualquer interessado em saber mais sobre Coaching. Para além de poder esclarecer dúvidas, ter acesso a informação especializada sobre coaching, terá ainda a oportunidade de praticar algumas técnicas de coaching e utilizar em vários âmbitos da sua vida.</p>	<p>30 e 31 MAIO PORTO</p> 
	<p><u>Workshop Mapa Mentais</u></p> <p>Um mapa mental é uma ferramenta (não necessariamente em suporte informático) que nos ajuda a utilizar muitas das nossas capacidades, que já temos mas que habitualmente não utilizamos, para tirar um maior rendimento em variadas coisas que fazemos no nosso dia-a-dia (como por exemplo: gerir melhor o tempo, organizar o trabalho ou a vida pessoal,</p>	<p>23 e 24 MAIO Porto</p> 

[Contactos](#)

[Inscrição](#)

[Informação](#)

[Testemunhos](#)

[Referências](#)