



PROGRAMAÇÃO NEUROLINGUÍSTICA

OS 6 PILARES DA PNL

NA AULA PASSADA APRENDEMOS

O CEREBRO RECEBE UMA INFORMAÇÃO, PROCESSA E TRANSFORMA EM AÇÃO E RESULTADO!

PNL É A PROGRAMAÇÃO DA MENTE, PARA ATINGIR RESULTADOS EXTRAORDINÁRIOS!

PNL É A FÓRMULA DA EXCELÊNCIA HUMANA!

NA AULA PASSADA APRENDEMOS

**PODEMOS TRAÇAR NOSSA PRÓPRIA ESTRATÉGIA DE
SUCESSO**

OU

**ADOTAR AS MESMAS ESTRATÉGIAS DE OUTRAS
PESSOAS DE SUCESSO E,**

**PARA ISSO EXISTE UM PASSO A PASSO, CHAMADO
MODELAGEM**

MODELAGEM

1ª POSIÇÃO

VOCÊ COM VOCÊ MESMO

2ª POSIÇÃO

VOCÊ COM O OUTRO

3ª POSIÇÃO

VOCÊ COMO OBSERVADOR



A
U
T
O
C
O
N
H
E
C
I
M
E
N
T
O

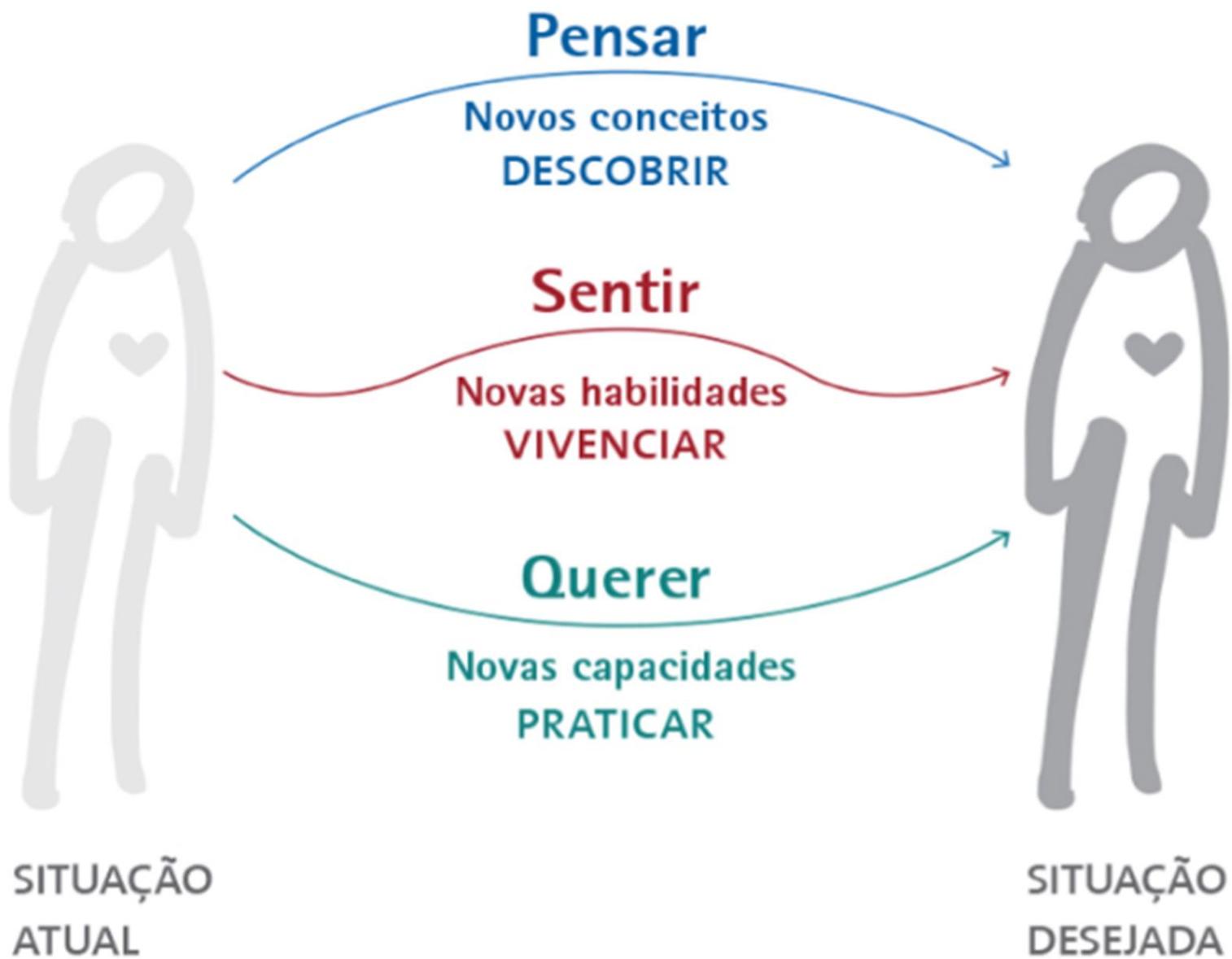
QUEM SOU EU

MEU MAIOR SONHO

MEU OBJETIVO

MINHA INSPIRAÇÃO

**E
X
T
R
A**



**A
N
T
R
O
P
O
S
O
F
I
A**

A Teoria dos Setênios foi criada a partir da observação dos ritmos da natureza e da própria natureza no sentido da vida



1º Ciclo de 3 Setênios – Setênios do Corpo

0 aos 7 / 7 aos 14 / 14 aos 21

Período de atividade e crescimento

2º Ciclo de 3 Setênios – Setênios da Alma

21 aos 28/ 28 aos 35 / 35 aos 42

Período do pico de produtividade, energia, escolhas





3º Ciclo de 3 Setênios – Setênios da Maturidade

42 aos 49 / 49 aos 56 / 56 aos 63

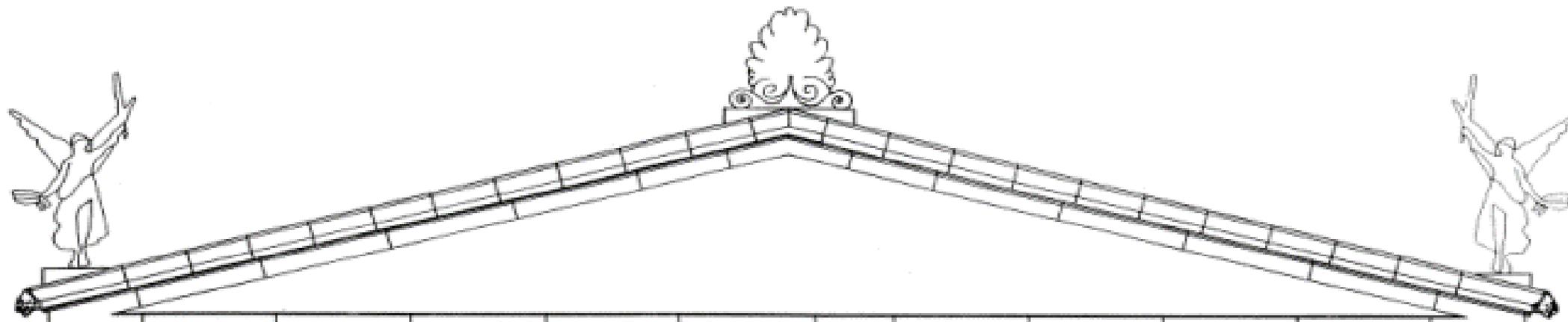
Período de reflexão, capacidade regenerativa, iniciação

4º Ciclo – Setênios da Introspeção

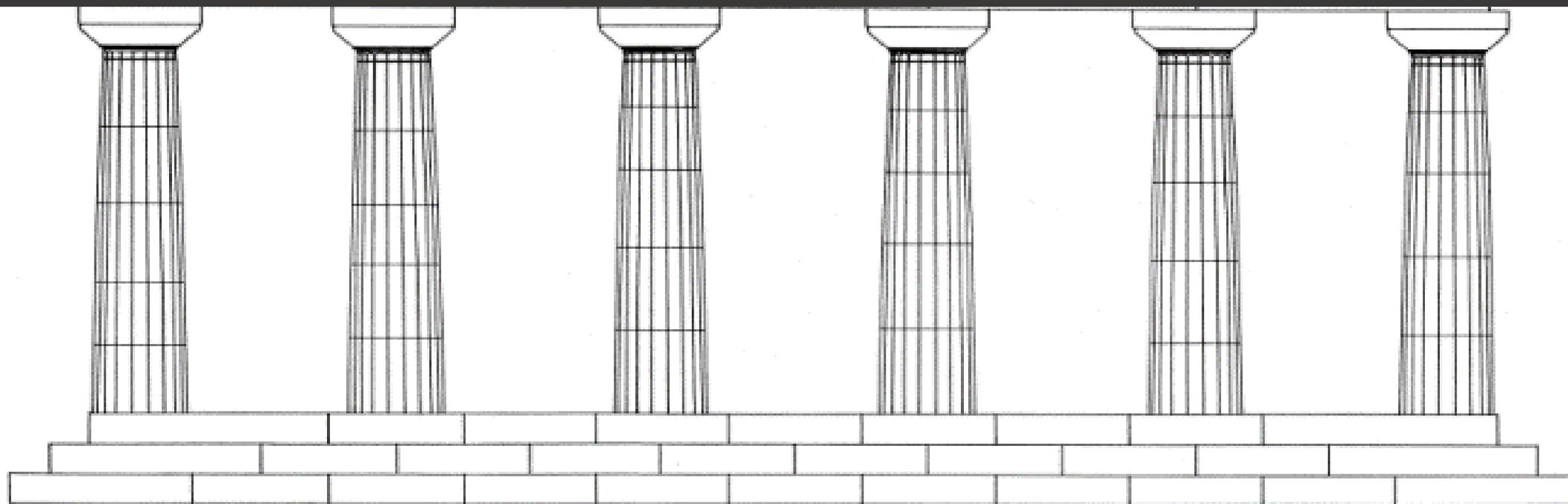
A partir dos 63 anos

Período de reflexão, de legado, de renúncia, de equilíbrio





OS 6 PILARES DA PNL



1º PILAR - VOCÊ

- **TUDO COMEÇA COM VOCÊ.**
- **VOCÊ É O ÚNICO RESPONSÁVEL PELA SUA MENTE E POR COMO VOCÊ INTERPRETA CADA UMA DAS COISAS.**
- **O MEIO INFLUENCIA, MAS NÃO DETERMINA.**
- **VOCÊ É A ÚNICA PESSOA RESPONSÁVEL PELO SEU ESTADO MENTAL.**



2º PILAR - PRESSUPOSIÇÕES

É O QUE SE ACREDITA OU
JULGA POR SUPOSIÇÃO

**SE APENAS ESTUDAR FOSSE SINÔNIMO DE INTELIGÊNCIA, NÃO
EXISTIRIAM ESTUDIOSOS DANDO CABEÇADAS NA VIDA.**

1 – O MAPA NÃO É O TERRITÓRIO

**2 – AS PESSOAS FUNCIONAM
PERFEITAMENTE**

3 – TODAS AS AÇÕES TEM UM PROPÓSITO

**4 – O CRESCIMENTO VEM JUNTO COM A
RESPONSABILIDADE**

**5 – NÓS JÁ TEMOS TUDO QUE
PRECISAMOS**



**6 – PROCESSAMOS TODAS AS COISAS
ATRAVÉS DOS SENTIDOS**

7 – QUALQUER COISA É ALCANÇÁVEL

**8 – TODA COMUNICAÇÃO TEM UMA
RESPOSTA**

**9 – NÃO EXISTE FRUSTRAÇÃO SEM
EXPECTATIVA**

10 – NÃO EXISTE RESULTADO, SEM OBJETIVO





**• PRECISAMOS NOS
PERMITIR ENXERGAR O
MUNDO DE UMA FORMA
DIFERENTE E, COM ISSO,
NOSSA CABEÇA SE ABRE
PARA NOVAS IDEIAS E
SURGEM NOVAS
POSSIBILIDADES**





3º PILAR - CONEXÃO

A CONEXÃO ESTA LIGADA A OUTRAS PESSOAS, COISAS E FATOS.

NADA EXISTE, SEM A EXISTÊNCIA DAS PESSOAS.

NADA FAZ SENTIDO, SEM AS RELAÇÕES HUMANAS.

O MUNDO SÓ É MUNDO PORQUE EXISTEM PESSOAS.



4º PILAR - META

O QUE EU QUERO DA MINHA VIDA.

SE EU NÃO SEI PARA ONDE EU QUERO IR E O QUE EU BUSCO EU NÃO VOU RECONHECER QUANDO ALCANÇAR.

PARA QUEM NÃO SABE PRA ONDE VAI, QUALQUER CAMINHO SERVE.



5º PILAR - FEEDBACK

É A RESPOSTA DAS SUAS AÇÕES

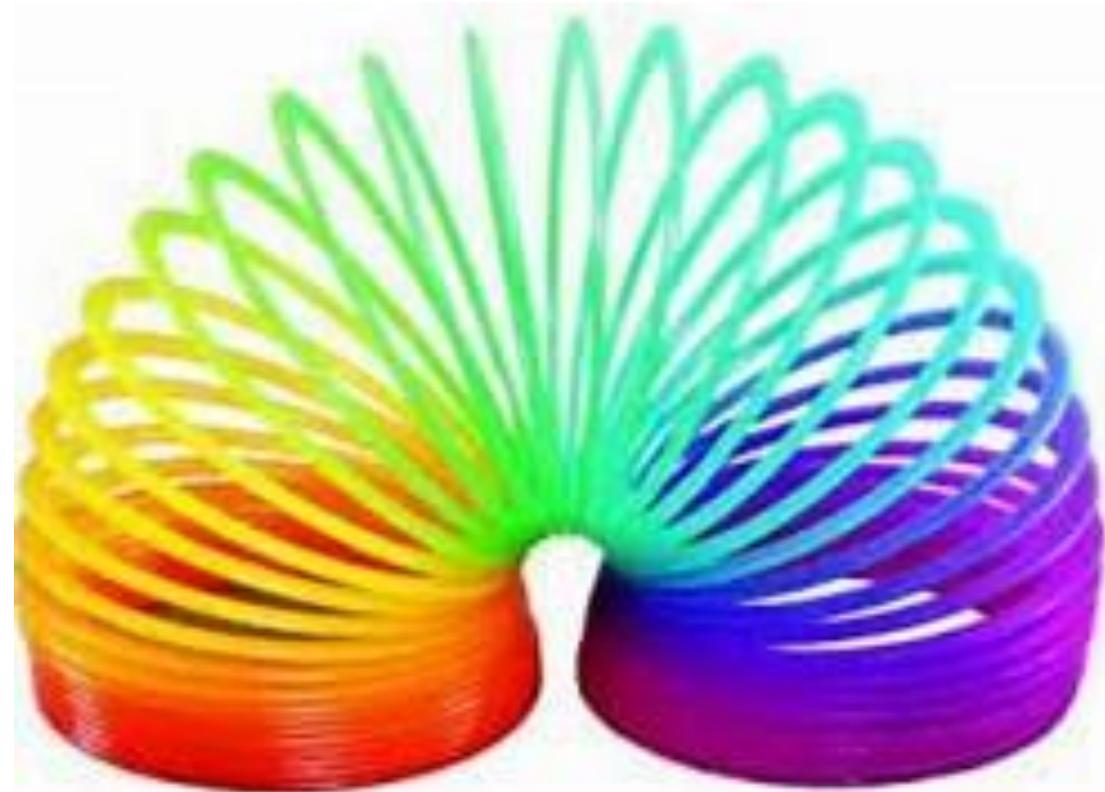
ANÁLISE DA META

ANÁLISE DA AÇÃO

ANÁLISE DO RESULTADO

**FEEDBACK DO OUTRO E DE VOCÊ
MESMO**

6º PILAR - FLEXIBILIDADE



PRECISAMOS TER FLEXIBILIDADE PARA FAZER COISAS DIFERENTES, DE FORMAS DIFERENTES.

SEM FLEXIBILIDADE NADA EXISTE.

A FLEXIBILIDADE SERVE PARA MOLDARMOS AS COISAS, AJUSTAR A ESTRATÉGIA E CORRIGIR A ROTA.

O QUE FAZ A PNL NA NOSSA VIDA

TRANSFORMA A SI MESMO

CONECTA SEUS DESEJOS COM SUAS AÇÕES

DEFINI E ALCANÇA OBJETIVOS

APLICA TÉCNICAS E TRAZ RESULTADOS SUSTENTÁVEIS

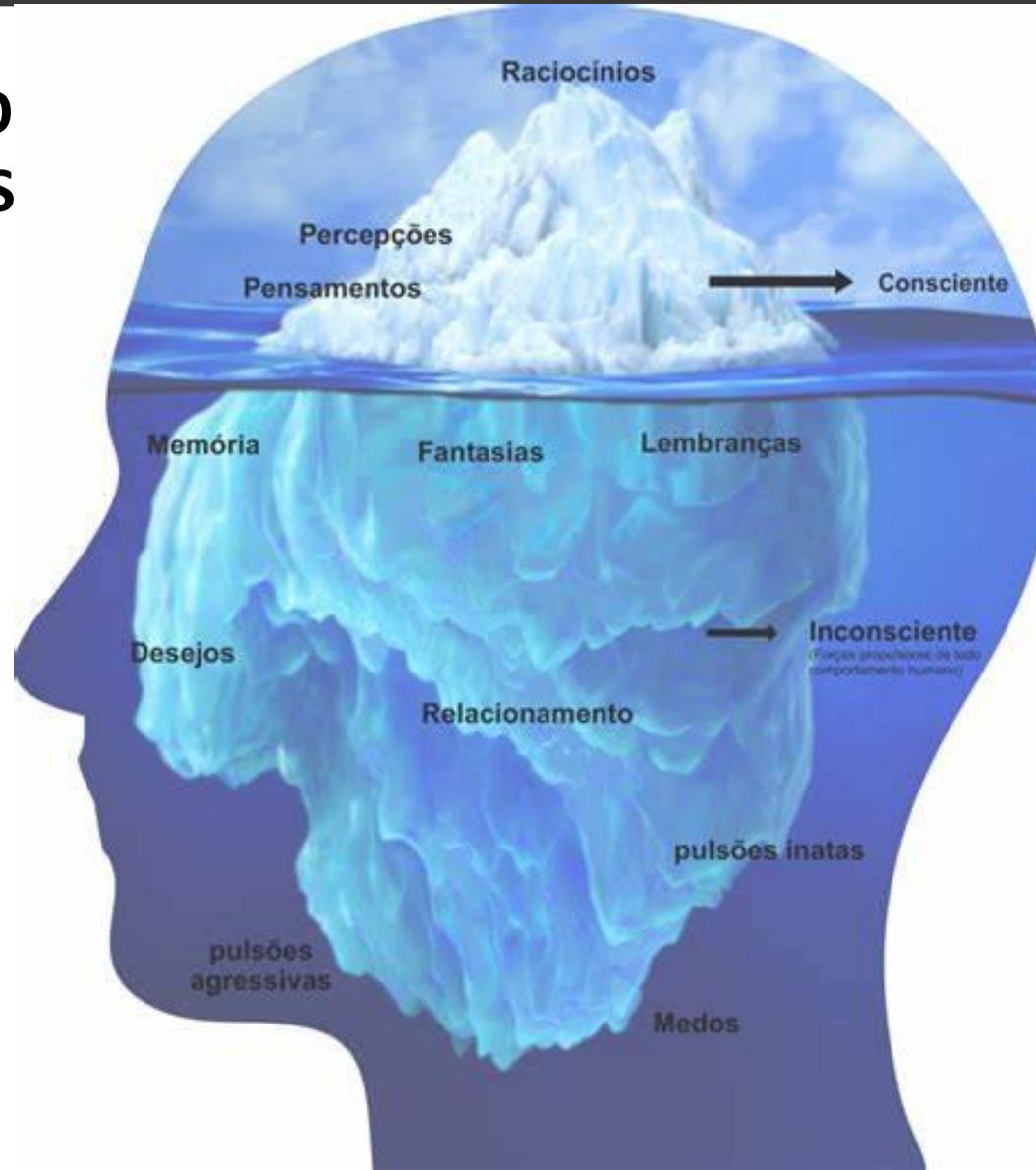
DEFINE UM NOVO RITMO PARA A VIDA

MENTE CONSCIENTE E INCONSCIENTE

**CONSCIENTE É TUDO
QUE CONTROLAMOS**

**NO CONSCIENTE,
CONSEGUIMOS
PROCESSAR ATÉ 7
COISAS AO MESMO
TEMPO**

**O CONSCIENTE, É
SELETIVO**



**INCONSCIENTE É TUDO
QUE NÃO
CONTROLAMOS**

**TUDO FICA
ARMAZENADO NO
INCONSCIENTE**

**O INCONSCIENTE É UMA
ESPONJA,
ABSORVETUDO**

VAMOS PRATICAR

Pense num momento mais feliz da sua vida...Que momento foi esse?

O que você sentiu?

Agora pense no momento mais triste da sua vida...Que momento foi esse?

O que você sentiu?

Se você pudesse voltar ao passado e ressignificar esse momento triste, fazer algo diferente ou tem um sentimento diferente ou uma reação diferente, o que você faria?

Se essa situação ruim ou momento triste voltar a acontecer como você agora ou no futuro, o que você pode fazer de diferente para ter um sentimento ou reação ou ação diferente?

VAMOS PRATICAR

TODO COMPORTAMENTO TEM UMA INTENÇÃO POSITIVA!!!

PENSE EM ALGUÉM QUE TEVE UM COMPORTAMENTO RUIM COM VOCÊ. O QUE ELE FEZ OU FALOU QUE VOCÊ NÃO GOSTOU?

RELACIONE, PELO MENOS, 3 COISAS QUE PODEM REPRESENTAR UMA INTENÇÃO POSITIVA POR TRÁS DAQUELA ATITUDE RUIM.

VAMOS TROCAR O FOCO?

VISUALISE/ PENSE EM 5 COISAS QUE ESTÃO NO SEU CONSCIENTE AGORA. O QUE VOCÊ ESTA VENDO? O QUE VOCÊ ESTA PENSANDO? O QUE VOCÊ ESTA SENTINDO?

AGORA SE CONCENTRE NA SUA RESPIRAÇÃO.

OLHE PARA A SUA MÃO, OBSERVE AS LINHAS. A COR. O TAMANHO.

PARA APRENDER MAIS



- **Referências:**

- [Cursos SBPNL | Cursos e Formação de Programação Neurolinguística – PNL – www.pnl.com.br](http://www.pnl.com.br)
- Palestra Completa de PNL - Sam Jolen

- **Sugestão de leitura:**

- Mindset – a nova psicologia do sucesso – Carol S. Dwek
- Estrategia Da Genialidade, - Aristoteles, Wolfgang Amadeus Mozart, Sherlock Homes E Walt Disney - Volume 1 – Ed Sumus

- **Sugestão de filme:**

- “O Homem Bicentenário”

O filme é baseado em uma história de Isaac Asimov. Um robô doméstico incorpora características humanas e emoções da família para quem trabalha há 200 anos. Um dia, um mecânico diz ao androide que pode existir uma maneira de transformá-lo em um ser humano.