

Goalsetting – Personal Achievement (Traçar Objectivos – Metas Pessoais)

Masterclass com Michael Joseph

Sábado dia 14 de Março, 2009 – 10h às 17h

Escola Superior de Enfermagem S.Vicente Paulo – Campo Grande

A quem se destina?

Traçar objectivos é o primeiro passo para tornar realidade os nossos sonhos, ideias e desejos. Esta **Masterclass** é benéfica para todos os participantes, seja por razões profissionais, financeiras, relacionais, estilo de vida ou carreira. Traçar um ‘Objectivo Claro’ promove direcção e foco, aumentando consideravelmente a probabilidade de sucesso pessoal.

Esta **Masterclass** também é de um grande interesse para terapeutas e formadores de todas as disciplinas, já que lhes ensina não só a estabelecer e desenvolver os seus próprios objectivos pessoais como a guiar os seus clientes através de um processo de desenvolvimento dos seus próprios objectivos chegando a resultados eficazes no que respeita a alcançar os seus objectivos pessoais.

Perguntas e Respostas

P: Terei que revelar o meu ‘Objectivo’ aos outros participantes?

R: Não. Para o ajudar a delinear as suas próprias estratégias para alcançar o sucesso, é importante escrever os seus objectivos. No entanto, o conteúdo das suas notas não terá que ser revelado, nem mesmo ao próprio formador, mantendo-se estritamente confidencial.

P: A hipnose será usada para facilitar a minha programação de ‘Objectivo Claro’?”

R: Sim. Será pedido aos participantes que entrem num estado de consciência alterado através da Indução de Auto Relaxamento. O formador vai então dar sugestões para que VOCÊ instale a sua própria programação de objectivos.

Preço da Masterclass:

€ 150,00 - Participantes Regulares

€ 120,00 - Alunos do LCCH/Membros da BSCH/Subscritores do EJCH

Pagamentos devem ser efectuados em dinheiro no próprio dia ou por cheque endossado a MJ Lectures.

Conceito de ‘Objectivo Claro’

Podemos dizer que o significado da palavra/conceito *sucesso* será ‘alcançar satisfatoriamente um objectivo desejado’.

Querer alcançar um objectivo que é importante para nós, baseado nas nossas necessidades, aspirações e capacidades, traz felicidade e sucesso pois foi para isso que nascemos: alcançar objectivos e crescer.

A maior parte das pessoas só usa uma fracção das suas capacidades, tocando a superfície das possibilidades que jazem dormentes no mais fundo do seu ser. Não fazem os progressos que gostariam de fazer e de que são capazes de fazer. Porque será que tantas pessoas não conseguem alcançar o seu potencial? Simplesmente porque não definiram com clareza os seus objectivos!

Faça-se esta pergunta:

- *Acredito que para alcançar o meu objectivo eu preciso de criar uma imagem mental clara e vívida do objectivo **como se já o tivesse alcançado**?*
- *Que **trabalhar arduamente** é um ingrediente necessário para o sucesso?*
- *Que se eu pudesse **começar** o meu projecto com coragem e sem procrastinação ou desculpas, eu seguramente alcançaria o meu objectivo desejado?*

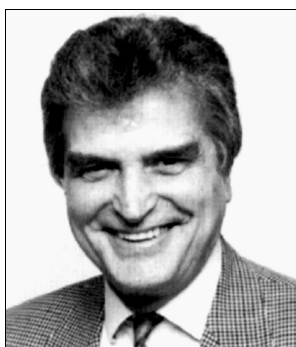
Alcançar um objectivo envolve mais do que ter um desejo ou um sonho, trabalhar arduamente, ou ter coragem para começar um projecto. É necessário juntar e pôr em prática estas três estratégias para ter um sucesso verdadeiro e duradouro.

Estrutura da Masterclass

As técnicas para traçar objectivos são usadas por pessoas bem sucedidas no mundo do negócio, por atletas de topo e por outras pessoas em todas as áreas da vida.

Originalmente desenhada para beneficiar executivos de corporações poderosas na área de “orientação para resultados”, a **Masterclass** “Traçar Objectivos – Metas Pessoais” foi agora adaptada para indivíduos que querem tornar-se mais bem sucedidos, tanto a nível pessoal como profissional. Este programa único mostra como identificar com clareza e alcançar os seus objectivos, a curto prazo e a longo prazo.

- Ensino do Auto Relaxamento (A.R.)
- Conceito “Objectivo Claro”
Resultados
Actividades Consistentes
Tarefas Imediatas
- Delinear o seu “Resultado” e instalá-lo através da A.R.
- Delinear as suas “Actividades Consistentes” através da A.R.
- Delinear as suas “Tarefas Imediatas” através da A.R.
- Processo de Integração
- Gestão Simplificada do Tempo
- Mentalidade “Tycoon” – A sua forma de pensar
- Ensinar os terapeutas a usar as técnicas com os seus clientes
- Dinâmicas de Grupo (para uso dos terapeutas com os seus clientes)



Michael Joseph é o director do London College of Clinical Hypnosis e o criador de várias metodologias para a auto ajuda e auto desenvolvimento. O seu interesse no uso clínico da hipnose, métodos directivos e estratégias terapêuticas breves têm mais de um quarto de século. Apresentou os seus métodos e ideias no Reino Unido, Europa, EUA, Ásia e Austrália.

Michael também estruturou Programas de Formação em Gestão no sector corporativo tais como “Peak Performance” individuais e de grupo; Formação em Vendas; Gestão do Stress; Cessação Tabágica para grupos, e é o criador do conceito “Clear Goal” (Objectivo Claro).