



Best

## Sinergologia®

Descodificar a linguagem corporal

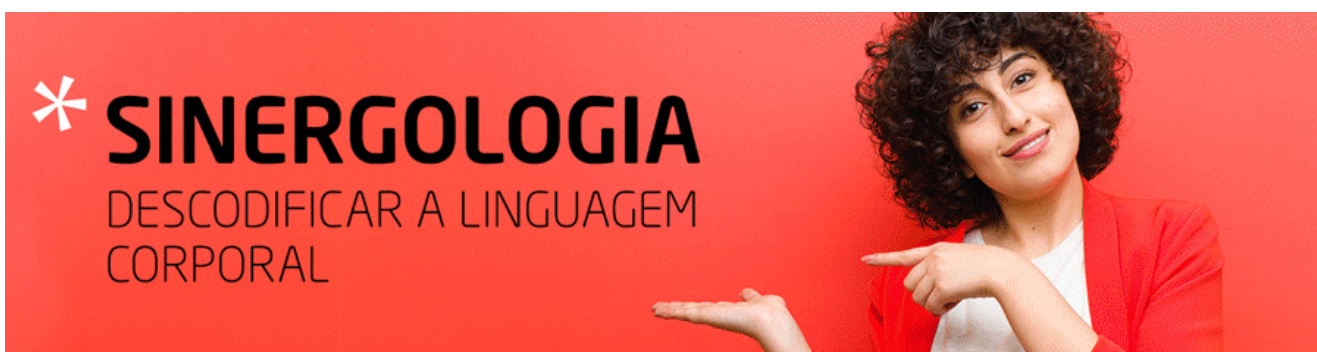
 Blended

Duração : 1 dia ( 9 horas)

Referência : 1335

Preço : 550,00 € + IVA

Intra empresa : Sob consulta



Disponível em formato 100% digital e presencial.

ON&OFFLINE

**A comunicação é uma competência chave para o sucesso profissional.**

Comunicar de forma eficiente exige ter acesso a toda a informação relevante que envolve o interlocutor, indo muito além das palavras: a omissão da linguagem corporal na comunicação leva a erros grotescos na interação com os outros. Como tal, para ser bem-sucedido é fundamental perceber os estados emocionais e as disposições mentais, e utilizar essa informação para criar empatia, entrando na chamada comunicação ativa.

O percurso de aprendizagem de Sinergologia® permite-lhe tornar-se em um comunicador ativo, elevando a quantidade e qualidade de informação relevante a gerir, de forma a comunicar de forma muito mais eficiente.

[Veja aqui a brochura interativa](#)

## Objetivos

No final do percurso de aprendizagem os participantes terão aumentado a sua capacidade de comunicar de uma forma muito mais eficiente:

- Entender a linguagem corporal dos seus interlocutores e adotar a melhor estratégia comunicativa face à mesma;
- Compreender as preferências dos seus interlocutores e os seus estados emocionais, e entrar na chamada Comunicação Ativa;
- Desenvolver a capacidade da visão tripla: estátua, atitude interior e microatitudes, desenvolvendo fiabilidade na análise da linguagem corporal;
- Aprender a utilizar o Método ASSAT e o elemento sistémico para ser consistente na análise da comunicação do

interlocutor, relativizando e aprendendo a pesar cada situação.

## Destinatários

- Gestores, líderes de equipas (hierárquicos ou funcionais), comerciais, negociadores, profissionais da área de recrutamento e seleção, bem como todos os que queiram melhorar a sua capacidade de comunicação e potenciar a sua eficácia em situações de interação com outros.

## Percurso de aprendizagem

### 1ª Classe Virtual (1h00m)

- Apresentação do percurso formativo e desafio de reflexão ética sobre análises de linguagem corporal:
  - Questionário de autoavaliação e reflexão - Espaço ARE: avaliar e analisar de forma assertiva, reflexiva e empática;
  - Estudo da janela de Johari e teste de autoavaliação para determinar a capacidade de dar e receber feedback.

### Sessão principal, presencial ou online (7 horas)

Visão geral das várias áreas e especificidades da linguagem corporal

- Perceber quais os tipos de comunicação não verbal que existem atualmente.
- Conhecer as aplicações que a linguagem corporal tem hoje em dia na vida das organizações.
- Desmistificar as crenças comuns sobre linguagem corporal.
- Apresentação da Sinergologia.

Como analisar com fiabilidade

- Aprender a ponderar o conceito de elemento sistémico.
- Gestos conscientes e não conscientes.
- Universalidade.
- Globalidade e encadeamento.
- Conhecer os Métodos SAM e ASSAT.
- Como proceder para analisar com fiabilidade a linguagem corporal.

Analisar e interpretar a lógica cerebral, neurosimbólica e socioafetiva

- Compreender a lógica cerebral e como a linguagem corporal é influenciada por ela.
- Analisar a hiperemia e isquemia e sua interpretação.
- Entender a mecânica da lógica socioafetiva e a sua interpretação.
- Compreender e analisar o resultado dos estímulos dos quadrantes cerebrais na linguagem corporal.
- Analisar e interpretar o sanpaku inferior e os movimentos de cabeça.
- Analisar e interpretar emoções no rosto.

Como analisar e interpretar a Estátua

- Compreender a codificação que o cérebro tem do corpo.
- Identificar e compreender a mecânica das várias áreas do corpo.
- Compreender o conceito de "Expego" .
- Analisar e interpretar a posição do corpo quando sentado.

Como analisar os vários cumprimentos, cruces e manipulação de objetos

- Entender a comunicação que estabelecemos quando nos cumprimentamos, quer com aperto de mão, com um abraço e com beijos.
- Compreender o conceito de "Elefação" e o seu impacto na comunicação.
- Analisar a relação entre o nível de stress e a corporalidade nos cumprimentos.

- Analisar e interpretar cruces de mãos, braços e pernas.
- Interpretar a manipulação de objetos.

Analisar e interpretar microatitudes

- Aprender como funcionam os neurónios-espelho.
- Compreender algumas das principais codificações dos micropicores e sua interação com a linguagem corporal.
- Aprender a fazer a integração das microatitudes dentro do Método SAM.

Refinar a qualidade das análises através da mudança e de exercícios práticos

- Compreender a importância das mudanças e sua análise.
- Aumentar a capacidade de avaliação e a autoconfiança na aplicação das aprendizagens:
  - Exercícios demonstrativos e exercícios práticos com o grupo de participantes.

## Aplicação da aprendizagem

- Envio e resolução de desafios práticos para facilitar a transferência da aprendizagem para o contexto real de trabalho.

## 2ª Classe Virtual (1h00m)

Consolidar aprendizagens

- Sessão virtual de 1h para esclarecer questões, partilhar boas práticas e consolidar as aprendizagens e sua transferência.

## Métodos pedagógicos

- Recurso a um conjunto variado de métodos (expositivo e demonstrativo, interrogativo e ativo) que incluem técnicas pedagógicas como o Jogo de papéis, estudo de caso, tempestade de ideias, realização de simulações pedagógicas, exposições teórico-práticas, exercícios práticos e trabalhos de grupo.

## Pontos fortes

- Tornar-se mais consciente das emoções e pensamentos dos outros;
- Alterar dramaticamente a forma como percebe a comunicação;
- Possibilidade de aprender com o único Sinergólogo Português.

## Orador



## Eduardo Saldanha

Primeiro sinergólogo português

- Formou-se em 2015 pela ESSIN – Estudos Superiores de Sinergologia em Madrid.
- Sinergólogo certificado (Especialista Internacional em Sinergologia - número de licença: 0242).
- Membro da Associação Europeia de Sinergologia e da Associação Espanhola de Sinergologia.
- Parceiro estratégico da Intervenía - NeuroManagement para Portugal.

- Diretor da Brain & Body Academy em Lisboa.
- Former President da Federação DeROSE Method de Portugal.
- Especialista em Mindset, Meditação e Comunicação.
- Nos últimos dez anos acompanhou centenas de profissionais, empresários e atletas no desenvolvimento de uma alta performance pessoal e profissional.

## Datas e locais 2021 - Référence

### Online

De 25 mar a 06 abr

De 22 jun a 30 jun

De 11 nov a 19 nov

### Lisboa

De 25 mar a 06 abr

De 22 jun a 30 jun

De 11 nov a 19 nov