



**FELIZ NATAL e
PROSPERO 1996**

São os votos de "O Golfinho" a todos.



MODELAGEM E A PRÁTICA ESPORTIVA por Walther Hermann

Quando conheci John Grinder escutei uma história que me impressionou bastante. Ele contou que a cada seis meses aprendia um novo esporte. O mais incrível é que em apenas 6 meses ele desenvolve habilidade correspondente a três ou quatro anos de prática de uma pessoa "normal". Como ele faz isso? Como é possível? Abreviar o caminho, tomar um atalho?

Quando John Grinder veio ao Brasil, falou muito em aprender a aprender. Naquela época esta atitude já me despertava curiosidade, porém não sabia como desenvolver esta capacidade.

Procurei saber como! Descobri que uma de suas estratégias de aprendizagem possuía uma estrutura muito bem definida: o primeiro passo era encontrar dois ou três atletas do novo esporte escolhido e identificar como o esportista pensava, como decidia, como percebia, que critérios tinha, enfim, como jogava (mesmo que na imaginação).

Atualmente existem muitos estudos em Psicologia do Esporte (seja comportamental ou existencial) que comprovam que qualquer gesto, mesmo que simplesmente imaginado, gera estimulação motora completa. No caso dele ser imaginado, a intensidade do fluxo nervoso é menor, porém precisa. Assim, cada atleta, ao imaginar-se em atuação, comporta-se fisiologicamente como se estivesse na realidade de sua prática esportiva. Aaahhhhhh!!!

Então se aprendessem como pensavam (em rapport), como agiam, poderiam praticar as estratégias cerebrais: Imaginar o que viam, ouviam, e sentiam (na ordem em que faziam), sem mesmo ter começado a atividade física propriamente dita. Era isso o que Grinder praticava durante um ou dois meses. E então?

Como já tinha boa coordenação motora (e qualquer pessoa que consiga escrever já possui uma boa coordenação motora final!), um

corpo já trabalhado pela prática esportiva, muitas estratégias de concentração e percepção, uma grande congruência (mobilização inconsciente), etc. quanto tempo pode-se imaginar que ele usava para aprender uma nova atividade?

A modelagem (aprender a aprender) é um dos principais campos do desenvolvimento da Programação Neuro-Linguística. Em toda dimensão da experiência humana ela existe tanto nos níveis conscientes (quando escolhemos o que vamos aprender) quanto nos níveis inconscientes (quando não temos escolha), e até mesmo através do(s) inconscientes coletivos.

Num segundo momento, uma abordagem um pouco mais personalizada poderia ser usada para orientar forças inconscientes dos interessados (ecologicamente) em aprendizagem ou aumento de produtividade no esporte (ou qualquer disciplina do conhecimento humano). Este proces-

so começa com a definição de metas de longo, médio e curto prazos. Após a apresentação dos objetivos, poderiam ser usadas técnicas mais simples que atuam em diversos níveis neurológicos: ancoragens, ressignificações, contextualização de recursos e metaprogramas, mudanças de crenças e aplicação de Modelos de Mundo, etc.

Em todo este processo pude observar, na minha experiência pessoal como consultor em Produtividade no Esporte, dois assuntos extremamente significativos: ecologia e boicotes inconscientes (motins).

Sobre ecologia nada a dizer, tudo já tem sido dito com muito cuidado e respeito por muitos profissionais há bastante tempo. Sobre boicotes inconscientes há algo a comentar.

Entre várias observações a respeito de mudanças de crenças, atitude, percepções, percebi algo a respeito dos sinais do próprio corpo que, na maior parte das vezes, é entendido como sintoma (dores, inflamações, alergias, etc). A partir de uma ressignificação destes sintomas é possível, mesmo a nível do esporte profissional, desenvolver uma forma de

atividade esportiva muito mais saudável e ecológica para o esportista ou o atleta. E afinal de contas, o esporte não é saúde?

Walther Hermann
NLP Licensed Trainer/DHE
Time Line Therapy Practitioner
Hermann's Light Tennis:
Tel. (011) 262-2877
Fax (011) 864-8022

No número de OUTUBRO DE 95 publicamos um artigo sobre:
Terapia de casais e parceiros com o Perfil Pessoal da PNL.

Várias pessoas pediram informação sobre onde encontrar; a indicação está abaixo:

NLP In Therapy

In just 30 minutes with The NLP Personal Profile your clients can begin to explore and learn how to use their:

- communication style--visual, auditory, or kinesthetic
- life preferences--people, places, information, activities, or things
- motivational style--toward-away, active-passive, big picture-detail, procedures-options, and self/internal-other/external.
- time orientation--past, present, or future
- personal vision and mission--their desired state and current direction.

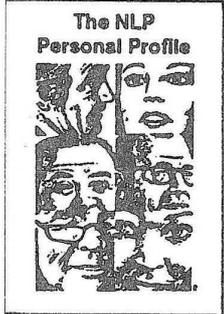
The NLP Personal Profile Guidebook shows you, step-by-step, how therapists are using the NLP Personal Profile to: gather information, improve relationships, and design interventions.

Discover how to use The NLP Personal Profile in personal and couples therapy to gather information before consultation. Knowledge of a client's communication and motivation style will save hours of effort, remove the blame or guilt they often feel, and strengthen the intervention.

Take this RISK FREE opportunity to review either product. We'll include an invoice. Then, simply pay it or return the product in 30 days. (Only available in US; International orders require prepayment.)

For fastest service, fax your name, address, phone to (303) 757-2039 (phone/fax), or send your order to: LifeStar, 2244 S. Olive St., Denver, CO 80224-2518 (VISA/MC accepted)

The NLP Personal Profile Guidebook



The NLP Personal Profile



New!

By Gregory Engel and Jay Arthur

The NLP Personal Profile \$5.95 + S&H
The NLP3 Guidebook \$29.95 + S&H

LANÇAMENTO DE LIVRO - FotoLeitura - O Sistema "Whole Mind"

Autor: Paul R. Scheele

Ed. Summus

Preço: R\$ 15,00

Através de uma leitura divertida e intrigante no encalce dos ícones de Einstein, este livro nos mostra como funciona o sistema de fotoleitura. Os conceitos básicos deste sistema envolvem PNL, aprendizagem acelerada e processamento pré-consciente, e uma mudança de paradigma das regras da leitura aprendidas na escola. Fotografar mentalmente 25.000 palavras por minuto não é possível no sistema antigo. Para isto é necessário que se permita o uso do cérebro de um jeito novo.

Basicamente o livro ensina os 5 passos do processo: Preparação, Busca de palavras chaves, Fotoleitura, Ativação e Leitura Rápida e também a Leitura Sintópica, que consiste na leitura de 4 a 5 livros, ou mais, simultaneamente, que é indicado para teses, pesquisas, etc.

Parece milagroso? Toda tecnologia nova enquanto não consegue ser facilmente explicada, compreendida e assimilada pela maior parte das pessoas parece mágica e pode ser taxada de charlatanismo ou ilusionista.

Certamente é de grande utilidade para quem não consegue ler tudo que deseja.

Se realmente funciona? Como saber? Só há uma maneira de descobrir, testando!

Márcia Hessel Abichequer - Master em PNL

INSTITUTO DE DESENVOLVIMENTO HUMANO

promove em PORTO ALEGRE-RS

cursos com certificação internacional pelo Primer Instituto Sudamericano de PNL:

Intensivos: TRAINER e PRACTITIONER em PNL em 2 módulos:

1º módulo - 10 dias - de 5 de jan. a 14 de jan. de 1996 - 7h por dia

2º módulo - 5 dias em março (2 fins de semana a combinar), com a participação de Maria Ana Chrem diretora do Primer Instituto Sudamericano de PNL.

Pré-requisito para o Trainer: Certificado de Master em PNL e entrevista

Extensivos: PRACTITIONER E MASTER PRACTITIONER

Practitioner: início em 16/04/96, às 3ª feiras, das 18h 30min às 22h 30min

Master Practitioner: início em 17/04/96, às 4ª feiras, das 18h 30min às 22h 30min

Intensivos e Extensivos especiais: Reciclagens de Practitioners, Master Practitioners e Trainers: a combinar com os ministrantes

MINISTRANTES: Marta Echenique - psicóloga

Antônio Celso Ayub - médico

Trainers Certificados e membros do Corpo Docente do

Primer Instituto Sudamericano de Progamación Neuro Linguística-Buenos Aires-Argentina

INFORMAÇÕES TEL: (051) 332-8525 c/ Ines ou 222-1455 c/ Elaine ou 330-2005 M. Helena

Há quem diga que Mullá Nasrudin, assim como o *sufismo*, nasceu e se criou na Turquia por volta do século XIII. Há quem diga que não é nem um pouco importante saber se isso é verdade (por exemplo, os gregos e os sicilianos consideram os seus contos como parte de seu folclore, suas histórias também são conhecidas na Ásia Central, na antiga União Soviética, na França, na China entre outros). Tal impressão não é casual, pois a intenção é de proporcionar um personagem à margem do tempo e destituído de personalidade histórica. Para o sufismo o mais importante é o seu ensinamento que permanece através dos tempos. Isto pode ser demonstrado pela forma com que a Conferência de Alta Energia em Coral Gables, Florida, usou seus contos para ilustrar fenômenos científicos que não podiam ser expressados com a linguagem técnica comum.

Pode ser verdade que os relatos sufis devam sua sobrevivência a seu perene atrativo humorístico, mas para os sufis este aspecto é secundário. A verdadeira intenção para a qual foram desenhados é outra: a de proporcionar ensinamento e a base da atitude sufi diante da vida.

Para os colegas da PNL, talvez as histórias do Mullá Nasrudin possam servir como exemplos de metáforas, trazer "insights" ou simplesmente servir para divertimento.

Atualmente já existem vários livros publicados no Brasil que explicam a tradição sufi, inclusive a editora deste livro é especializada nesta área, mas certamente a melhor forma de iniciar-se no sufismo é através de suas curtas histórias e as de Nasrudin estão entre as mais interessantes. Eis alguns exemplos:

Em mim (pág. 86)

Um monge disse a Nasrudin:

"Sou tão desapegado que nunca penso em mim, só nos outros."

Nasrudin respondeu:

"Sou tão objetivo que posso ver-me como se eu fosse outra pessoa; assim, sou capaz de pensar em mim."

O anúncio (pág. 109)

Nasrudin postou-se na praça do mercado e dirigiu-se à multidão:

"Ó povo deste lugar! Querem conhecimento sem dificuldade, verdade sem falsidade, realização sem esforço, progresso sem sacrifício?"

Logo juntou-se um grande número de pessoas, com todo mundo gritando: "Queremos, queremos!"

"Excelente!", disse o Mullá. "Era só para saber. Podem confiar em mim, que lhes contarei tudo a respeito, caso algum dia descubra algo assim."

Doente, graças a Deus (pág. 134)

Nasrudin, sentado na sala de espera do consultório médico, repetia em voz alta: "Espero que eu esteja muito doente", o que intrigava os outros pacientes. Quando o médico apareceu, Nasrudin repetia quase gritando: "Espero que eu esteja muito doente".

"Porque você diz isso?", perguntou-lhe o médico

"Detestaria pensar que alguém que se sintia tão mal como eu não tenha nada."

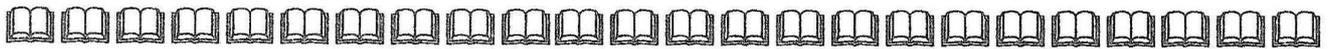
O idiota (pág. 142)

Um filósofo, tendo marcado um debate com Nasrudin, foi até sua casa na hora combinada e não o encontrou ali. Furioso, pegou um pedaço de carvão e escreveu no portão de Nasrudin: "IMBECIL".

Assim que chegou e viu isso, o Mullá correu até a casa do filósofo.

"Eu tinha esquecido que você viria", disse ele. "Peço desculpas por não estar em casa. Logicamente, lembrei-me do nosso compromisso assim que vi seu nome assinado na minha porta."

Márcia Hessel Abichequer - Médica nefrologista e Master em PNL



Livros Livros Livros Livros Livros Livros Livros Livros

⇒ **O Poder da aprendizagem - Klas Mellander - Ed. Cultrix Cultrix/Amana**

Potencializando o fator humano nas negociações.

Este livro foi escrito tanto para os que querem melhorar sua capacidade de aprender como para os que querem tornar-se hábeis na criação de condições com as quais outras pessoas possam aprender - ou seja, para gerentes, especialistas em treinamento, conferencistas, autores de artigos e memorandos, instrutores, líderes de projetos, autores de manuais, *video makers* etc

⇒ **Dominando os Poderes da Mente - Roberto Lira Miranda - Makron Books**

Além da Neurolinguística

Analisando os Trabalhos de Abraham Maslow (Motivação), Eric Berne (Análise Transacional), Bandler e Grinder (PNL) e Ned Hermann (Qualidade Cerebral), além de muitos dos conhecimentos científicos a respeito da fisiologia e funcionamento do cérebro, desenvolveu as abordagens contidas nesta obra que aportam todo um conjunto de contribuições novas e especulações intrigantes a respeito do assunto.

⇒ Livro de auto-ajuda recomendado:

Otimismo em Ação - Isabel Furini - IBRASA

Este livro de Neurolinguística mostra como é possível realizar mudanças de comportamento e lança as bases para concretizar tal objetivo. É uma obra prática, escrita em linguagem simples e acessível e que analisa todas as condições de êxito, destacando as técnicas objetivas e estratégias para superar obstáculos e como o poder mental pode conduzir uma pessoa para o êxito.

⇒ Livro recomendado:

A Profecia Celestina James Redfield Ed. Objetiva

Inspirado num antigo manuscrito peruano, A Profecia Celestina é uma parábola repleta de verdades fundamentais. O livro contém segredos surpreendentes. São as nove visões, que nos aproximam de uma nova e emocionante imagem da vida humana. A Profecia Celestina vai lhe trazer esperança e muitas surpresas. Você vai perceber como as previsões reveladas neste livro podem ser associadas aos fatos mais importantes de nosso século, e também aos nossos relacionamentos mais íntimos. Obras como esta iluminam nossa compreensão do futuro, nos ajudando a compreender o salto que o homem se prepara para dar, quando chegar o próximo milênio. UM livro que surge uma vez na vida - e muda tudo, para sempre.

⇒ Livros Texto de PNL recomendados:

Introdução à Programação Neurolinguística Joseph O'Connor & John Seymour - Ed. Summus
Qualidade Começa em Mim Dr. Tom Chung - Master Trainer em PNL Ed. Maltese
PNL - A Nova Tecnologia do Sucesso Equipe de Trein. da NLP Comprehensive Ed. Campus

⇒ Livro Novo de PNL sobre Vendas recomendado:

A Mágica de Vender Kerry L. Johnson Ed. Campus

⇒ Livro de histórias sufis recomendado:

Histórias de Nasrudin Edições Dervish ver revisão de livro pág.4

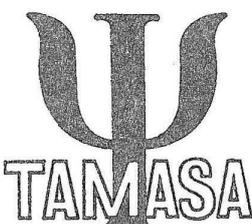
⇒ Livro sobre criatividade recomendado:

Criatividade Levada a sério Edward de Bono Ed. Pioneira

⇒ Livro sobre TLT e Metaprogramas recomendado:

A Terapia da Linha do Tempo Tad James & Wyatt Woodsmall Ed. EKO

Os livros aqui indicados encontram-se à venda nas livrarias abaixo, ou podem ser encomendados.



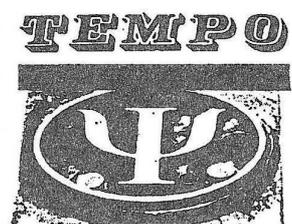
TESTES E LIVROS DE: PSICOLOGIA, PEDAGOGIA,
ADMINISTRAÇÃO (RH), PNL, FONO.

LIVROS À VISTA 10% OU CHEQUE PÓS-DATADO PARA 30 DIAS.

TRABALHAMOS COM TODAS AS EDITORAS.

BASTA INFORMAR O TÍTULO E A EDITORA.
CONSULTE-NOS. REMESSAS POR SEDEX

DISPOMOS, DE DUAS EMPRESAS A SUA DISPOSIÇÃO.



AGENDA dezembro de 1995 e janeiro de 1996

DEZEMBRO

- 1- Workshopsy (0191) 31-9955 ou 33-6515
Hipnose
Data: 3 a 5 de dezembro
- 2- ICN - Instituto de Ciências Neurolingüísticas - Dr. Tom Chung (011) 212-5084
Excelência e Motivação Diferencial Parte II - Da teoria à prática
Técnicas de Mapeamentos Mentais Práticos
Data: 2 a 3 de dezembro - em Porto Alegre (051) 330-2005
- 3- ICN - Instituto de Ciências Neurolingüísticas - Dr. Tom Chung (011) 212-5084
Leitura fotográfica
Data: 8 a 10 de Dezembro - Parte II - em São Paulo
- 4- Metaprocessos Avançados - George Vittorio Szenészi tel/fax. (048) 234-7720
A Arte de Construir seu Futuro
Data: 2 a 3 de dezembro em Florianópolis
- 5- Grupo Sintonia - Dr. Lair Ribeiro Tel (011) 889-0038 e fax (011) 889 0016
SINTONIA II
Data: 14 a 17 de Dezembro em São Paulo
- 6- Deodete Packer Vieira - Master Trainer em PNL -
Informações c/ Marta (021) 208-2018 e 280-1496
CRIANDO SEU FUTURO COM SUCESSO
Data: 16 e 17 de dezembro no Rio de Janeiro
- 7- ICN - Instituto de Ciências Neurolingüísticas - Dr. Tom Chung (011) 212-5084
Excelência e Motivação Diferencial Parte II - Da teoria à prática
Técnicas de Mapeamentos Mentais Práticos
Data: 16 a 17 de dezembro em São Paulo

JANEIRO

- 1- Instituto de Desenvolvimento Humano
Dr. Antônio C. Ayub e Marta Echenique Tel: (051) 222-1455 e 332-8525
TRAINER e PRACTITIONER INTENSIVOS - veja anúncio pág. 3
Data: 5 a 14 de janeiro de 1996 - MÓDULO I em PORTO ALEGRE
- 2- Synapsis - Tel/fax (011) 822-8181
Print and Action - PNL e Mergulho em Angra
Data: 12 a 14 de janeiro de 1996
- 3- Synapsis - Tel/fax (011) 822-8181
Método Feldenkrais com a Dr. Mia Segal
Data: 19 a 23 de janeiro de 1996

Envie sua colaboração para as diversas seções:

"O GOLFINHO": Diretora - M. Helena Lorentz tel/fax (051) 330-2005
Rua Cel. Aurélio Bittencourt, 110 ap. 101
90430-080 PORTO ALEGRE-RS

PARA ANÚNCIOS OU ASSINATURAS ENTRE EM CONTATO CONOSCO