

# Golfinho

## Informativo de PNL

ANO 5 Edição 1 nº 49

fevereiro/1999

### Em tempos de crise...

#### Mensagens de um amigo

Anthony Robbins - Editora Record



#### Nesta edição

1	A Auto-estima e o Poder das Pressuposições da PNL	pág. 2
2	Livros de PNL, Hipnose, Metáforas, etc (4 páginas)	pág. 5
3	Cursos da SBPNL	pág. 9
4	Metáfora: Águia	pág. 10
5	Revisão de Livros: De bem com a vida, Reaprendendo a viver	pág. 11
6	Agenda de cursos e workshops: fevereiro, março e abril	pág. 12

## A AUTO-ESTIMA E O PODER DAS PRESSUPOSIÇÕES DA PNL

Terry Bragg

O Dr. Nathaniel Branden, autor de *How to Raise Your Self-Esteem*, designa a auto-estima como “a única força mais poderosa de nossa existência.” A PNL oferece maneiras poderosas de melhorar a auto-estima e manter uma auto-imagem saudável.

O que é a auto-estima? A Força-Tarefa da Califórnia para Promoção da Auto-Estima e Responsabilidade Pessoal e Social definiu a auto-estima como “a apreciação de minha própria auto-importância e tendo o caráter de ser responsável por mim mesmo e de agir com responsabilidade em relação aos outros.”

A auto-estima tem três elementos: *a apreciação, a capacidade de assumir algo e a responsabilidade*. Em meu livro, *31 Days to High Self-Esteem: How to Change Your Life So You Have Joy, Bliss, and Abundance*, eu mostro como usar técnicas poderosas da PNL para alcançar cada um desses elementos. As pressuposições da PNL oferecem o fundamento para a criação de uma elevada auto-estima.

### Auto-apreciação

O primeiro elemento é a auto-apreciação, a apreciação de nossa importância e de nossa dignidade. Aqui, aplicam-se duas pressuposições da PNL;

- (1) Nós já temos todos os recursos de que precisamos.
- (2) Não existe fracasso, existem apenas resultados.

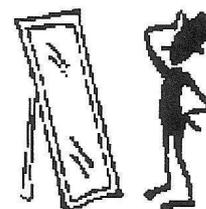
Freqüentemente, nós focalizamos somente nossas falhas ao invés de reconhecer nossos sucessos. Um sintoma comum é a Síndrome do Impostor, em que nós nos sentimos inadequados ou incompetentes e receamos que alguém descubra nossa incompetência. Conforme as pressuposições da PNL, não há fracasso e nós já possuímos recursos internos que precisamos para alcançar o sucesso. Com essas pressuposições, tudo se resume em descobrir a maneira certa de alcançar o que queremos atingir.

Dois recursos internos importantes são a nossa capacidade de aprender e a nossa capacidade de adaptação. Com capacidade de aprender e flexibilidade nós temos capacidade para manter a auto-estima elevada. A adaptabilidade ajuda-nos a lidar com as mudanças que não podemos controlar.

A PNL é poderosa porque focaliza no positivo. Ela focaliza o que queremos em vez do que não queremos.

### Responsabilidade pessoal.

O segundo elemento da auto-estima é a responsabilidade pessoal ou capacidade de assumir algo. As pessoas que possuem auto-estima elevada assumem a responsabilidade por suas vidas e



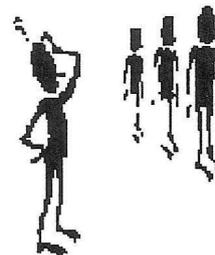
pelas situações que enfrentam. As pessoas com auto-estima baixa tornam-se vítimas das circunstâncias. A capacidade de assumir é um elemento crítico no fortalecimento pessoal.

O princípio da PNL que se aplica aqui é o de que, se aquilo que estamos fazendo não está funcionando, devemos fazer algo diferente. Quando alguma coisa não funciona em nossa sociedade, nós geralmente tentamos corrigir a situação fazendo mais da mesma coisa, fazendo-o mais depressa ou com maior aplicação. Quando na verdade, o que precisamos é fazer algo diferente.

A PNL começa com a pressuposição de que a mudança é possível e pode ocorrer rapidamente. Se não gostamos da situação em que estamos, temos a responsabilidade de fazer algo para mudar essa situação. A maneira mais fácil para mudar nossa situação é mudar a nós mesmos. A PNL nos proporciona a maneira de fazer isso.

### Agir com responsabilidade em relação aos outros.

O terceiro elemento da auto-estima é agir com responsabilidade em relação aos outros. Este é um elemento muito importante porque é ele que distingue a auto-estima do egocentrismo. As pessoas que possuem auto-estima elevada tratam as outras com respeito e dignidade. As pessoas com baixa auto-estima freqüentemente tratam mal as outras. Quando nós temos uma auto-estima elevada, não necessitamos colocar os outros para baixo a fim de nos sentirmos importantes.



Um princípio básico é compreender as intenções positivas da outra pessoa. A pressuposição é que existe uma intenção positiva atrás de nosso comportamento. Isso não significa que o resultado desse comportamento seja positivo. Significa que nós temos a intenção de fazer com que nossas ações consigam algo que consideramos como um benefício positivo. Embora possamos não gostar daquilo que a outra pessoa faz, nós podemos apreciar sua intenção positiva. Esta simples pressuposição tem o poder de transformar os relacionamentos. A suposição de intenções positivas permite-nos separar a pessoa de seu comportamento - podemos aprovar a pessoa embora desaprovemos seu comportamento.

### Modelando o sucesso

A PNL também pressupõe que nós podemos aprender modelando as pessoas bem sucedidas. Fazendo o que fazem as pessoas bem sucedidas, nós também alcançaremos o sucesso. Primeiro, nós modelamos o comportamento que queremos ter. Depois, nós dividimos um comportamento complexo em pequenas partes, a fim de aprendermos como aplicar esse comportamento. Isso nos permite dividir a auto-estima em componentes e comportamentos específicos que podem ser aprendidos e executados. O fato de dividir em pequenas partes dá-nos a opção de melhorar nossa auto-estima por meio de um programa passo-a-passo.



O poder dessa divisão em pequenas partes para mudar nosso comportamento e nossas vidas é imenso. Por exemplo, Cathy (não é o seu nome real) é uma jovem de 18 anos do curso colegial com uma dificuldade de aprendizado. Ela está em classes de educação especial. Devido a esse fato, Cathy passou a maior parte de sua vida com uma auto-estima muito baixa. Depois que recebeu um exemplar do *31 Days to High Self-Esteem*, ela começou a praticar e aplicar as

técnicas e princípios. Após uma semana de aplicação das técnicas para melhorar sua auto-imagem, um valentão da sala de aula disse a Cathy que ele não sairia com alguém como ela, porque ela era feia. Esse tipo de declaração geralmente arrasava Cathy, porque ela tomava isso pessoalmente, o que reforçava sua baixa auto-imagem. Ao invés de sentir-se mal em relação a si mesma, Cathy disse ao rapaz que ela também não sairia com ele. Essa resposta causou admiração tanto no professor da Cathy que ouvira a conversa e à sua mãe, quando o professor relatou-lhe o incidente. Recentemente, Cathy escreveu-me a seguinte carta:

*“ Antes de mais nada, desejo agradecer minha madrasta por ter comprado esse livro e por me fazer lê-lo. Eu não tinha certeza de que ficaria feliz se fizesse o que me mandaram, mas agora estou muito contente por ter recebido esse livro com a recomendação de lê-lo, porque ele me fez mudar todo meu ponto de vista. Eu sou alguém e realmente gosto de quem eu sou. Eu também descobri que outras pessoas também gostam de mim. Eu não sou alguém sem valor, estúpida ou feia. Sr. Bragg, obrigada por ser tão instrumental nas mudanças que eu fiz por causa do seu livro. Agora, tenho alguns amigos e tenho um domínio muito melhor sobre quem eu sou.*

*Eu não tenho somente amigos de minha idade, mas minha madrasta e eu somos boas amigas agora e eu sempre atribuirei essa amizade às coisas que eu aprendi lendo seu livro.*

*Obrigada, do fundo do meu coração.*

*... Cathy, 18 anos.”*

Cathy formou um grupo de estudos com diversos amigos para praticar as técnicas de construção de uma auto-estima elevada. Esse grupo de apoio reforçará sua experiência e permitirá a ela ajudar outros a melhorar sua auto-estima. Cathy melhorou sua auto-imagem dividindo em partes comportamentos complexos em ações simples que ela podia fazer, uma de cada vez. O poder da PNL está em suas pressuposições. As pressuposições nos fortalecem para melhorar nossa auto-estima apreciando a nós mesmos, assumindo a responsabilidade sobre nossas vidas e agindo com responsabilidade em relação aos outros.

---

*Terry Bragg é o fundador do Peacemakers Training em Salt Lake City, Utah, e autor de 31 Days to High Self-Esteem. Ele trabalha com organizações que visam fazer seu pessoal trabalhar melhor em conjunto, e com indivíduos que desejam melhorar suas habilidades. Seu endereço:*

*Peacemakers Training, 5485 South Chaparral Drive, Salt Lake City, Utah, 84123*

*Telefone: 801-288-9303,*

*E-mail: tbragg@aros.net*

---

*Publicado na Anchor Point Dec/98*

*Tradução Hélia Cadore – Fone/fax: 330-4963*

*Revisão: M. H. Lorentz*

## LIVROS PUBLICADOS NO BRASIL SOBRE PNL E ASSUNTOS CORRELACIONADOS

### Aprendizagem e Educação

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Betty Edwards	Desenhando com o lado direito do cérebro	Ediouro	Drawing on the Right Side of the Brain
Claude Steiner, Ph.D. e Paul Perry	Educação Emocional	Objetiva	Achieving Emotional Literacy
Diana Beaver	Saiba Usar a Cabeça	Cultrix	Easy Being
Dr. Lair Ribeiro	Como Passar no Vestibular	Objetiva	Como Passar no Vestibular
Elson A. Teixeira	Aprendizagem & Criatividade Emocional	Makron Books	Aprendizagem & Criatividade Emocional
Gordon Dryden e Jeannete Vos	Revolucionando o Aprendizado	Makron Books	The Learning Revolution
Klas Mellander	O Poder da Aprendizagem	Cultrix	The Power of Learning
Paul E. Dennison, e Gail E. Dennison	Ginástica Cerebral	Século XXI	Brain Gym
Paul R. Scheele	Fotoleitura, o Sistema Whole Mind	Summus	The PhotoReading Whole Mind System
Prof. Betto	O Poder da Aprovação	Univ.P.Fundo	O Poder da Aprovação
Rousseau L.C.Filho & Maurício Aguiar	Aprendizagem Acelerada	Gente	Aprendizagem Acelerada

### Infantis e para Crianças

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Dr. Lair Ribeiro e Thalita Ribeiro	Melhor do que Bom (de 8-12 anos)	Objetiva	Melhor do que Bom (de 8-12 anos)
Eleanor H. Porter	Pollyanna	Nacional	Pollyanna
Eleanor H. Porter	Pollyanna Moça	Nacional	Pollianna Grows Up
Jeffrey L. Brown	Enfrentando o Bicho-Papão - Ensinando as crianças a lidar com seus medos e fobias	Summus	No More Monsters in The Closet
Luiz Octávio, Del e Regina Rodrigues	José, os Carneiros e os Lobos	Conedi	José, os Carneiros e os Lobos
Luiz Octávio, Del e Regina Rodrigues	O Macaquinho e o Cavalo	Conedi	O Macaquinho e o Cavalo
Luiz Octávio, Del e Regina Rodrigues	Os Coelhoinhos e o Cão de Três Pernas	Conedi	Os Coelhoinhos e o Cão de Três Pernas
Robert Coles	Inteligência Moral das Crianças - Ajude seu filho a ser generoso e bem-estruturado	Campus	The Moral Intelligence of Children

### Administradores, Comunicadores e Instrutores

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Cynthia Scott, Dennis Jaffe, Glen R.T.	Visão, Valores e Missão Organizacional	Qualitymark	Organizational visions, values and missions
Dr. Harry Alder	O Gerente que Pensa com o Lado Direito do Cérebro	LTC	The Right Brain Manager
Dr. Harry Alder	PNL, para GERENTES	Record	NLP for Managers
Dr. Lair Ribeiro	Criando & Mantendo Sucesso Empresarial	Objetiva	Criando & Mantendo Sucesso Empresarial
Elson A. Teixeira	Torne seu Time Campeão e Viva o Sucesso	Makron Books	Torne seu Time Campeão e Viva o Sucesso
Joseph O'Connor e John Seymour	Treinando Com a PNL	Summus	Training With NLP
Patrick Sary	Guia de PNL para sua Empresa	Record	La Programmation neuro-linguistique dans l'entreprise
Pierre Longin	Aprenda a Liderar com PNL	Qualitymark	Agir en leader avec la programmation neuro linguistique
Robert Dilts	Enfrentando a Audiência	Sommus	Effective Presentation Skills
Sue Knight	A Programação Neurolingüística e o Sucesso nos Negócios	Ediouro	NLP at Work

### Hipnose e Hipnose Ericksoniana

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Ernest Lawrence Rossi	A Psicobiologia da Cura Mente-Corpo	Psy II	The psychobiology of mind-body healing
Jay Haley	Terapia Não Convencional	Summus	Uncommon Therapy
Jeffrey K. Zeig	Seminários Didáticos de Milton Erickson	Psy	Teaching Seminar With Milton H. Erickson
Jeffrey Zeig / E. L. Rossi	Hipnose Médica e Odontológica	Psy	The practical application of medical and dental hypnosis
Jeffrey Zeig, Ph.D.	Vivenciando Erickson	Psy	Experiencing Erickson
Lívio Túlio Pincherle &..	Psicoterapias e Estados de Transe	Summus	Psicoterapias e Estados de Transe
Milton H. Erickson	O Homem de Fevereiro	Psy	The February Man
Richard Bandler & John Grinder	Atravessando	Summus	Trance-Formations
Sidney Rosen, M.D.	Minha voz irá contigo	Psy	My voice will go with you
Sofia Bauer	Hipnoterapia e hipnose Ericksoniana passo a passo	Psy	Hipnoterapia e hipnose Ericksoniana passo a passo
William Hudson O'Hanlon	Hipnose Centrada na Solução de Problemas	Psy	Solution
William Hudson O'Hanlon	Raízes Profundas - Fund.da Ter. M.Erickson	Psy	Taproots
William Hudson O'Hanlon / M.W.Davis	Em busca de soluções	Psy	In search of solutions

### Introdução à PNL

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Alain Cayrol e Patrick Barrère	Guia de PNL	Record	La Programmation Neuro-Linguistique
Dr. Tom Chung	Qualidade Começa em Mim	Máltese	Qualidade Começa em Mim
Joseph O'Connor & John Seymour	Introdução à Programação Neurolingüística	Summus	Introducing Neuro-Linguistic Programming
Nelly Bidot & Bernard Morat	Neurolingüística - Prática para o dia-a-dia	Nobel	D'un monde à un autre
Steve Andreas e Charles Faulkner	PNL, A Nova Tecnologia do Sucesso	Campus	NLP-The New Technology of Achievement

### Terapia da Linha do Tempo

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Dr. Lair Ribeiro	Viajando no Tempo	Objetiva	Viajando no Tempo
Rad James	Criando Seu Futuro com Sucesso	Eko	The Secret of Creating Your Future
Rad James & Wyatt Woodsmall	A Terapia da Linha do Tempo	Eko	Time Line Therapy and the Basis of Personality

### Metáforas

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Diversos	Histórias de Nasrudin	Devish	
Esopo	Fábulas	L & PM pocket	Fábulas
Nossrat Peseschkian	O Mercador e o Papagaio	Papirus	The Merchant and the Parrot
William J. Bennett	O Livro das Virtudes	Nova Fronteira	The Book of Virtues
William J. Bennett	O Livro das Virtudes II - O compasso Moral	Nova Fronteira	The Moral Compass
William J. Bennett	O Livro das Virtudes para Crianças	Nova Fronteira	The Children's Book of Virtues

### PNL - Aplicações Diversas

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Catherine Cudicio	PNL e Comunicação, a Dimensão da Criatividade	Record	PNL Et Communication
Connirae Andreas c/ Tamara Andreas	Transformação Essencial	Summus	Core Transformation
Dr. Harry Alder	PNL, Programação Neurolingüística e Você	Record	NLP: The New Art and Science of Getting What you Want
Dr. José Carlos Mazzilli	Repensando Sócrates	Ícone	Repensando Sócrates
Dr. Ômar Souki	Gênio & Gestão	UNA	Gênio & Gestão
Johann W. Kluczny & Elson A. Teixeira	Programação Neurolingüística	Makron Books	Programação Neurolingüística
Johann W. Kluczny e Elson A. Teixeira	Técnicas de Programação Neurolingüística	Makron Books	Técnicas de Programação Neurolingüística
José Moreno	Ninguém Jamais Falou Como Você	Vox Dei	Ninguém Jamais Falou Como Você
Leslie Cameron Bandler	Know-How	Summus	Know How
Leslie Cameron Bandler	O Método Emprint	Summus	The Emprint Method
Leslie Cameron Bandler	O Refém Emocional	Summus	The Emotional Hostage
Leslie Cameron Bandler	Soluções	Summus	Solutions
Livro Clipping	O Poder da PNL	Martin Claret	O Poder da PNL
Richard Bandler	Usando Sua Mente	Summus	Using Your Brain-For a Change
Richard Bandler & John Grinder	Resignificando	Summus	Reframing
Richard Bandler & John Grinder	Sapos em Príncipes	Summus	Frogs into Princes
Robert Dilts	A Estratégia da Genialidade	Summus	Strategies of Genius - vol I
Shad Helmstetter	Programação Neurolingüística (Diálogo Interno)	Record	The self-talk solution
Steve e Connirae Andreas	A Essência da Mente	Summus	Heart of the Mind
Steve e Connirae Andreas	Transformando-se	Summus	Change Your Mind And Keep the Change

### Saúde

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Bernie S. Siegel, M.D.	Amor, Medicina e Milagres	Best Seller	Love, Medicine and Miracles
Bernie S. Siegel, M.D.	Paz, Amor e Cura	Best Seller	Peace, Love and Cure
Bernie S. Siegel, M.D.	Viver Bem Apesar de Tudo	Best Seller	How to Live Between Office Visits
Carl Simonton	Cartas de um Sobrevivente	Summus	The Healing Journey
Carl Simonton & outros	Com a Vida de Novo	Summus	Getting Well Again
Ian McDermott e Joseph O'Connor	PNL & Saúde	Summus	NLP and Health
Robert Dilts, Tim Hallbom e Suzi Smith	Crenças: caminhos para a saúde e o bem estar	Summus	Beliefs: Pathways to Health and Wellbeing
Stephanie Matthews-Simonton	A Família e a Cura	Summus	The Healing Family

### Terapeutas e estudantes de PNL

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Jay Haley	Aprendendo e Ensinando Terapia	Artes Médicas	Learning and teaching therapy
Richard Bandler & John Grinder	A Estrutura da Magia (metamodelo de linguagem)	Guanabara	The Structure of Magic - I

### Vendas

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Donald Moine/John Herd	Modemas Técnicas de Persuasão	Summus	Modem Persuasion Strategies
Joseph O'Connor e Robin Prior	Sucesso em Vendas com PNL	Summus	Successful selling with NLP
Kerry L. Johnson	A Mágica de Vender	Campus	Sales Magic

### Auto-ajuda com PNL

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Abigail Feliciano	Você Merece, Saúde, Felicidade, Dinheiro	STS	Você Merece, Saúde, Felicidade, Dinheiro
Anthony Robbins	Desperte o Gigante Interior	Best Seller	Awaken the Giant Within
Anthony Robbins	Mensagens de Um Amigo	Record	Notes From a Friend
Anthony Robbins	O Poder Sem Limites	Best Seller	Unlimited Power
Anthony Robbins	Passos de Gigante	Record	Giant Steps
Antônio W. A. Nascimento	A Gerência de si mesmo	Summus	A Gerência de si mesmo
Barbara Schott	A Decisão de Percorrer Novos Caminhos	Cultrix	Andere Wege wagen
Barbara Schott	Mantenha a Calma	Cultrix	Coll Bleiben
Barbara Schott	Sair-se Bem, Mesmo Quando Tudo Vai Mal	Cultrix	Gut drauf sein, wenn's shiefgeht
Barbara Schott & Klaus Birker	Como Superar a Timidez	Cultrix	Schüchternheit überwinden
Barbara Schott & Klaus Birker	Negociar com Competência	Cultrix	Kompetent Verhandeln
Clô Guilhermino	É Tempo de Mudança	Gaia	É Tempo de Mudança
Dr. Cid Paroni Filho	Eu e Deus: uma verdadeira história de amor	Lúmen	Eu e Deus: uma verdadeira história de amor
Dr. Jorge Lordello & Dr. Lair Ribeiro	Como Conviver com a Violência	Moderna	Como Conviver com a Violência
Dr. Lair Ribeiro	A Magia da Comunicação	Objetiva	A Magia da Comunicação
Dr. Lair Ribeiro	Auto-estima	Objetiva	Auto-estima

Dr. Lair Ribeiro	Comunicação Global	Objetiva	Comunicação Global
Dr. Lair Ribeiro	Emagreça Comendo	Objetiva	Emagreça Comendo
Dr. Lair Ribeiro	O Sucesso não Ocorre por Acaso	Objetiva	O Sucesso não Ocorre por Acaso
Dr. Lair Ribeiro	Pés no Chão, Cabeça nas Estrelas	Objetiva	Pés no Chão, Cabeça nas Estrelas
Dr. Lair Ribeiro	Prosperidade	Objetiva	Prosperidade
Dr. Ômar Souki	Acorde, Viva seu Sonho	Eko	Acorde, Viva seu Sonho
Dr. Ômar Souki	Riqueza Infinita - Programação Neurolingüística para o seu sucesso financeiro	Souki	Riqueza Infinita
Dr. Ômar Souki	Sucesso, Ontem, Hoje, Sempre	Eko	Sucesso, Ontem, Hoje, Sempre
Dra. Deodete Packer Vieira	Modelagem de Excelência	Eko	Modelagem de Excelência
Isabel Furini	Otimismo em Ação	Ibrasa	Otimismo em Ação
Larry e Valere Althouse	Tudo o que Você Precisa Está em Você Mesmo	Saraiva	What you need is what you've got
Lee Schnebly	Apaixone-se Por Você	Eko	Do It Yourself Happiness
Lee Schnebly	O Espelho Quebrou ?	Eko	Out of Apples ?
Leocídes Marcon	Autoconfiança e Entusiasmo	CDP	Autoconfiança e Entusiasmo
Leocídes Marcon	Despertando seu Poder Pessoal	CDP	Despertando seu Poder Pessoal
Leocídes Marcon	Falar em Público	CDP	Falar em Público
Luiz Octávio	O Toque Mágico da Vida	Conedi	O Toque Mágico da Vida
Luiz Octávio	O Urro do Leão	Conedi	O Urro do Leão
Luiz Octávio	Pare de Sofrer	Conedi	Pare de Sofrer
Marcelo Bulk	Vencendo Limites	Gente	Vencendo Limites
Marcos Natali	Programação Neurolingüística para sua Transformação	STS	Programação Neurolingüística para sua Transformação
Maria Amélia Vallim de Oliveira	Administrando o Stress	Gente	Administrando o Stress
Maria Amélia Vallim de Oliveira	Pilotando Bem Sua Vida Com Competência Emocional	Nome da Rosa	Pilotando Bem Sua Vida Com Competência Emocional
Maria de Lourdes Machado	Líder 24 Horas Por Dia	Best Seller	Líder 24 Horas Por Dia
Octávio Calonge	Livre para Vencer	Marcos Cobra	Livre para Vencer
Renato Hirata	Criando seu Futuro de Sucesso	Gente	Criando seu Futuro de Sucesso
Ricardo Maurício	Oratória para Jovens		Oratória para Jovens
Ricardo Maurício	Oratório Contemporânea		Oratório Contemporânea
Richard D. Carson	Como Domar Seu Gremlin Interior	Vértice	Taming Your Gremlin

## Relacionados à PNL

Autor	Título em Português	Editora	Título Original
Angeles Arrien	O Caminho Quádruplo	Ágora	The four-fold way
Carlos Climent,, Maria C. de G.	Como Proteger Seu Filho Das Drogas	Maltese	Cómo proteger a su hijo de la droga
Carol S. Pearson	O Despertar do Herói	Cultrix	Awakening The Heroes Within
Carol S. Pearson	O Herói Interior	Cultrix	The Heroes Within
Colin Tumer	Nascido Para o Sucesso - Como desenvolver seu potencial ilimitado	Record	Born to Succeed: How to release your unlimited potential
Dan Millman	A Jornada Sagrada do Guerreiro Pacifico	Pensamento	Sacred Journey of the Peaceful Warrior
Dan Millman	Importância de Cada Momento	Pensamento	No Ordinary Moments
Dan Millman	O Atleta Interior - Como atingir a plenitude do seu potencial físico e espiritual	Pensamento	The Inner Athlete Realizing Your Fullest Potential
Dan Millman	O Caminho do Guerreiro Pacifico	Pensamento	Way of the Peaceful Warrior
Daniel Goleman, Ph D	Inteligência Emocional	Objetiva	Emotional Intelligence
Deepak Chopra	Saúde Perfeita	Best Seller	Perfect Health
Doe Lang, Ph. D.	Os Segredos do Carisma	Record	The Secrets of Charisma
Dr. Wayne W. Dyer	A Verdadeira Magia	Record	Real Magic
Dr. Wayne W. Dyer	Crer para Ver	Record	You'll See it When you Believe it
Dr. Wayne W. Dyer	Não se Deixe Manipular Pelos Outros	Record	Pulling Your Own Strings
Dr. Wayne W. Dyer	O Céu é o Limite	Record	The Sky's the Limit
Dr. Wayne W. Dyer	O Que Você Realmente Quer para seus Filhos?	Record	What do you Really Want for Your Children?
Dr. Wayne W. Dyer	Sabedoria Para Todos os Dias	Nova Era	Everyday Wisdom
Dr. Wayne W. Dyer	Seu Eu Sagrado	Nova Era	Your Sacred Self
Dr. Wayne W. Dyer	Seus Pontos Fracos	Record	Your Erroneous Zones
Dudley Linch & Paul Kordis	A Estratégia do Golfinho	Cultrix	Strategy of the Dolphin
Edward de Bono	A Revolução Positiva	Record	A Positive Revolution For Brazil
Edward de Bono	Criatividade Levada a Sério	Pioneira	Serious Creativity
Edward de Bono	O Pensamento Lateral na Administração	Saraiva	The Use of Lateral Thinking
Edward de Bono	Seis Chapéus para Pensar	Pioneira	Six Thinking Hats
Edward de Bono	Seis Sapatos Atuantes	Pioneira	Six Action Shoes
Eric Harvey & Alexander D. Lucia	Faça o que Diz...e Consiga os Resultados que você quer	Cultrix	Walk the Talk ...and get the results you want
Eric Jensen	Pequeno Manual das Grandes Motivações	Ediouro	The Little Book of Big Motivation
Gerald Epstein	Imagens que Curam	Xenon	Healing Visualizations
Gregory Bateson	Mente e Natureza	Francisco Alves	Mind and Nature: A Necessary Unity
Hal A. Lingeran	As Energias Curativas da Música	Cultrix	The Healing Energies of Music
Hendrie Weisinger, Ph.D.	Inteligência Emocional no Trabalho	Objetiva	Emotional Intelligence At Work
Howard Gardner	A Criança Pré-escolar	Artes Médicas	The Unschooled Mind
Howard Gardner	As Artes e o Desenvolvimento Humano	Artes Médicas	The arts and human development
Howard Gardner	Estruturas da Mente - A Teoria das Estruturas Múltiplas	Artes Médicas	Frames of Mind

Howard Gardner	Inteligências Múltiplas	Artes Médicas	Multiple Intelligences
Howard Gardner	Mentes que Criam	Artes Médicas	Creating Minds
Howard Gardner	Mentes que Lideram	Artes Médicas	Leading Minds: Na Anatomy of Leadership
Isabel Briggs Myers & Peter B. Myers	Ser humano é ser diferente - Valorizando as pessoas por seus dons especiais	Gente	Gifts differing - Understanding personality type
John Gottman com Joan DeClaire	Inteligência Emocional Arte de Educar Nossos Filhos	Objetiva	The Heart of Parenting
John O. Stevens (Steve Andeas)	Tomar-se Presente	Summus	Awareness
Jonathan Goldman	Os Sons que Curam	Siciliano	Healing Sounds
Kevin Hogan	A Psicologia da Persuasão	Record	The Psychology of Persuasion
Luiz Machado	O Cérebro do Cérebro	Qualitymark	O Cérebro do Cérebro
Marilu Martinelli	Aulas de Transformação	F.Peirópolis	Aulas de Transformação
Mike Samuels M.D. & Nancy Samuels	A Cura pelas Imagens Mentais	Xenon	Healing With The Mind's Eye
Mona Lisa Schulz, M. D., Ph.D.	Despertando a Intuição	Objetiva	Awakening Intuition
Monique Le Poncin	Pense Melhor, Viva Melhor	Salamandra	
Moshe Feldenkrais	Caso Nora, Consciência Corporal	Summus	The Case of Nora
Moshe Feldenkrais	Consciência pelo Movimento	Summus	Awareness Through Movement
Moshe Feldenkrais	O Poder da Auto-Transformação	Summus	The Potent Self
Moshe Feldenkrais	Vida e Movimento	Summus	The Master Moves
Nelson Spritzer	O Novo Cérebro	LP&M	O Novo Cérebro
Nelson Spritzer	Pensamento & Mudança	LP&M	Pensamento & Mudança
Peter B. Stark	Aprenda a Negociar - O manual de táticas ganha/ganha	Littera Mundi	It's negotiable: the how-to handbook of win/win tactics
Régis Alain Barbier	De Habilis a Sapiens	Do autor	De Habilis a Sapiens
Robert Cooper, Ph.D. e Ayman Sawaf	Inteligência Emocional na Empresa	Campus	Executive EQ: emotional intelligence in business
Robert Masters	Neurolinguagem: Transforme o seu corpo enquanto lê	Pensamento	Neurospeak
Roberto Lira Miranda	Dominando os Poderes da Mente	Makron Books	Dominando os Poderes da Mente
Roberto Shinyashiki	A Carícia Essencial	Gente	A Carícia Essencial
Roberto Shinyashiki	O Sucesso é Ser Feliz	Gente	O Sucesso é Ser Feliz
Roger Von Oech	Um "Toc".na Cuca	Cultura	A Whack on The Side of The Head
Roger Von Oech	Um Chute na Rotina	Cultura	
Sérgio Spritzer	A Espiral de Mudanças	Ortiz	A Espiral de Mudanças
Stephen Levine	Meditações Dirigidas	Ágora	Guided meditations, explorations and healing
Stephen R. Covey	First Things First	Campus	First Things First
Stephen R. Covey	Liderança Baseada em Princípios	Campus	Principle-centered leadership
Stephen R. Covey	Os Sete Hábitos das Famílias muito Eficazes	Campus	The 7 Habits of Highly Effective Families
Stephen R. Covey	Os Sete Hábitos das Pessoas Muito Eficazes	Best Seller	The 7 Habits of Highly Effective People
Stephen R. Covey	Reflexões Diárias p/ Pessoas Muito Eficazes	Best Seller	Daily Reflections for Highly
Stephen R. Covey	Reflexões Diárias Para Pessoas Muito Eficazes	Best Seller	Daily Reflections For Highly Effective People
Suzi Fleury	Competência Emocional: O caminho da vitória para equipes de futebol	Gente	Competência Emocional: O caminho da vitória para equipes de futebol
Tom Wujec	Cabeça Cinco Estrelas	Best Seller	Mental Gym
Tom Wujec	Manual de Ginástica Mental	Best Seller	Pumping ions
Virginia Satir	Terapia do Grupo Familiar	Francisco Alves	Conjoint Family Therapy
Virgínia Satir	Aceitação	Gente	Self Esteem



Convidamos autores e editores a nos enviar os livros que não constam nesta lista para que sejam incluídos!  
Os livros que claramente são de PNL serão todos incluídos, outros ficarão a critério do editor da página.



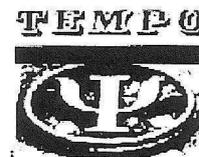
Enviar os livros para: "GOLFINHO" - Diretora: M. Helena Lorentz  
Rua Cel. Aurélio Bittencourt, 110/101 - CEP. 90430-080 PORTO ALEGRE-RS

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

**Agora com tele-entrega**



**TAMASA** Rua Félix da Cunha, 360 lj105 - B.Floresta - P.Alegre/RS Fones: (051) 222-1997/9695 Fax: 222-1997

**TEMPO** Av.Pernambuco, 2623 cj. 405 - B.Floresta - P.Alegre/RS Fone: (051) 222-9609 Fone/fax: 222-6667



# Sociedade Brasileira de Programação Neurolinguística

## Datas dos cursos de formação para 1999

### Practitioner Extensivo

Datas, Sexta feira das 18:30 às 22:00hs, Sáb. e Dom. das 9:00hs às 17:30hs ou 18:00hs  
Março 19 a 21 / Abril 23 a 25 / Maio 21 a 23 / Junho 18 a 20  
Julho 23 a 25 / Agosto 27 a 29 / Setembro 24 a 26 / Outubro 22 a 24

### Practitioner Residencial

Datas: 1ª Parte: 19 a 28 de março      2ª Parte: 16 a 25 de abril

### Master Practitioner Extensivo

Datas, sempre aos Sábados e Domingos das 9:00hs às 17:30hs ou 18:00hs  
Março 6 e 7 / Abril 10 e 11 / Maio 8 e 9 Sábado e Domingo / Junho 3 a 6

### Hipnose, Metáforas e Contador de Histórias

Datas: 20 a 26 de fevereiro

**Novo curso**

### PNL para médicos ( 5 módulos)

Datas, sempre aos Sábados e Domingos das 9:00hs às 17:30hs ou 18:00hs  
Fevereiro 27 e 28 / Março 27 e 28 / Maio 1 e 2  
Maio 29 e 30 / Junho 26 e 27

**Novo curso**

### PNL para Terapeutas (5 módulos)

Datas, sempre aos Sábados e Domingos das 9:00hs às 17:30hs ou 18:00hs  
Fevereiro 27 e 28 / Março 27 e 28 / Maio 1 e 2  
Maio 29 e 30 / Junho 26 e 27

**Novo curso**

### PNL para Professores (3 módulos)

Datas, sempre aos Sábados e Domingos das 9:00hs às 17:30hs ou 18:00hs  
Março 13 e 14 / Abril 17 e 18 / Maio 15 e 16

**Novo curso**

### Leitura Fotográfica (3 módulos)

Datas, sempre aos Sábados e Domingos das 9:00hs às 17:30hs ou 18:00hs  
Parte I Março 6 e 7 / Parte II Março 13 e 14 / Parte III Março 20 e 21

**Novo curso**

### Trainer Training

Datas: 14 a 23 de maio

### A Essência da Identidade

Datas: 11 a 20 de junho

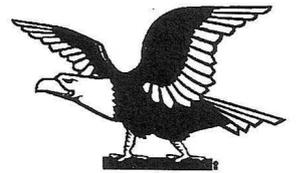
### Master Practitioner Residencial

Datas: 27 de outubro a 7 de novembro

**Mais detalhes e  
outros cursos na Internet:**

**[www.pnl.com.br](http://www.pnl.com.br)**

## "ÁGUIA"



“Esta é uma estorinha que eu gosto de usar com a finalidade de dizer que, mesmo que você ainda não saiba fazer algo, poderá fazê-lo desde que tenha vontade de verdade. Ela pode ser útil, para casos em que a pessoa teve um educação repressiva e está se reprimindo, impossibilitando-se de alternativas que a vida lhe dá de crescer no trabalho, mudar, casar etc., ou porque falhou uma vez, ou por nunca ter se atrevido, e você vê que a pessoa tem possibilidades. Você descobrirá inúmeras outras utilidades.”



... Esta é a estória de uma aguiazinha filhote que foi achada por um fazendeiro, com a asa quebrada, na floresta.. Para salvá-la, ele a levou para a sua fazenda... não tendo onde colocá-la, botou-a junto das galinhas, num galinheiro. Deu comida de galinha e cuidou dela como se cuida de uma galinha. Ela se curou, mas foi crescendo como se fosse uma galinha. Às vezes achava esquisito ser tão diferente: não cacarejava, seu bico era grande e tinha grandes garras. Mas ali ficava, triste, vendo que havia algo que não estava bom, sem fazer nada...

... Até que um dia passa por aquelas paragens um naturalista... que, ao ver uma águia (ave de rapina) criada como se fosse uma galinha, leva o maior susto. Era preciso ajudá-la a mudar! Pediu licença ao fazendeiro para ensiná-la a voar e começou...

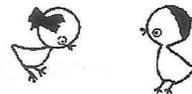
... No primeiro dia... pegou a águia e colocou-a no braço, dizendo: você não é uma galinha, é a rainha dos pássaros, uma águia; bata suas asas e saia voando... A águia não entendeu nada... Nunca tinha visto uma águia antes... pulou para o chão e voltou para o poleiro...

... No segundo dia... o naturalista, inconformado, resolveu explicar melhor... Levou-a ao alto do telhado e mostrou que ela podia voar dali, que ela tinha asas que a fariam sair voando, que suas asas eram maiores que as de uma galinha... além do bico... do seu canto... e que suas garras foram feitas para alcançar seu alimento, quando assim lhe conviesse... Bastava que ela batesse as asas e saísse voando... A águia entendeu que era diferente, porque assim se sentia; mas ela ainda não sabia como... E assim, voltou ao poleiro com toda aquela estória de liberdade, asas, garras, rainha dos pássaros...

... No terceiro dia... o naturalista entendeu que era uma questão de tempo e oportunidade... Então ele fez a oportunidade... levou-a para o alto das montanhas, lugar de águia, e mostrou muitas outras águias voando... Voltou a dizer: bata as asas e saia voando... Suas asas foram feitas para voar alto... você é a rainha dos pássaros... Ela ficou observando as outras e, de repente... num grito de liberdade... num grito de águia... saiu voando de asas abertas... Diz a lenda que esta águia nunca fez uma galinha de vítima, porque foi com as galinhas que aprendeu a ter o pé no chão, a catar seus grãos de milho e, de vez em quando, sentar no poleiro, esperando sua vez...



Do livro “Hipnoterapia ericksoniana passo a passo”  
Sofia M. F. Bauer - Editorial Psy (pág.123) - 1998



**Confira novidades na Internet**

**Pensamento do Dia, Metáfora da Semana, Artigo do Mês**

**<http://www.golfinho.com.br>**

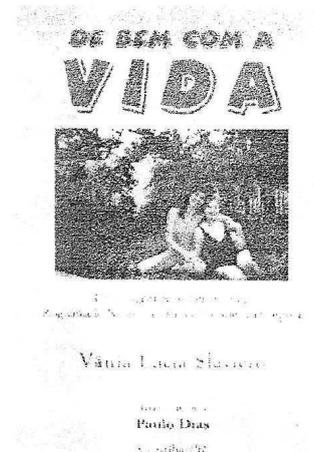
**Já atingimos 31329 acessos (mais de 2.500/mês)**

## REVISÃO DE LIVROS Por João Nicolau Carvalho\*

### "De Bem com a Vida" e "Reaprendendo a Viver"

A bibliografia brasileira de Programação Neurolingüística acaba de ser aumentada por mais duas obras: "**De Bem com a Vida**", de Vânia Lúcia Slaviero (edição da autora, Curitiba - PR) e "**Reaprendendo a Viver**", de Terezinha Passos, Editora Vozes, Petrópolis - RJ.

"De Bem com a Vida", 420 páginas, é uma espécie de viagem por alguns recantos e eventos da PNL e da consciência corporal, pois casando práticas de Yoga com a Programação Neurolingüística, Vânia vai apresentando um rico mosaico de exercícios em que o corpo e a mente vão se fundindo com o espírito na busca de uma sintonia "biopsicossocial". De leitura amena, fartamente ilustrado, alguns dirão que se trata de uma obra de auto-ajuda, esquecendo-se de que um livro de história ou de matemática também o são.



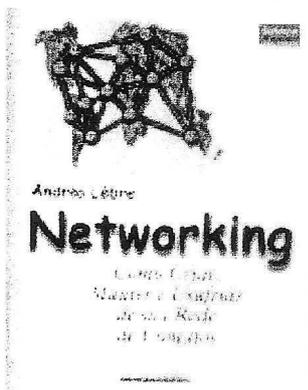
Já "Reaprendendo a Viver" tem o selo de uma grande editora, a Vozes, responsável por livros universitários e religiosos e pelo lançamento, em língua portuguesa, das Obras Completas de Jung.

"Reaprendendo a Viver" é, também, uma obra de leitura muito fácil - e, naturalmente, rápida. Em 80 páginas a autora, numa linguagem coloquial, recheada de intimismos, vai expondo alguns caminhos que ela percorreu com a PNL na busca de soluções e aprendizados pessoais, gerando descobrimentos importantes e entendendo melhor o potencial e as motivações do ser humano. A autora, com muita simplicidade, propõe-se a "acabar com os ácaros que residem" dentro de nós - entre capítulos práticos e estórias metafóricas.

O livro não agrega novos conhecimentos e vivências ao leitor especialista, mas é uma obra amena, leve, útil para quem quer beliscar, pela vez primeira, algumas facetas da Programação Neurolingüística.

Já "De Bem com a Vida" propõe juntar expressões corporais e algumas práticas de Yoga à PNL, através de exercícios, embora procure não teorizar os possíveis elos existentes entre a Programação Neurolingüística e o pensamento oriental. O livro de Vânia Lúcia Slaviero é pura vivenciação.

\*Advogado, professor universitário, master em PNL.



O "Golfinho" recebeu uma obra, recém lançada pela Editora Qualitymark, do Rio de Janeiro, **Networking - Como Criar, Manter e Usar sua Rede de Contatos**, de autoria de Andréa Lebre, que pelas suas características singulares, de formato e conteúdo, um verdadeiro manual programado, será fruto de resenha especial na edição de março.

**AGENDA DE CURSOS WORKSHOPS E EVENTOS****FEVEREIRO 1999**

**Cursos da SBPNL - Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística**

**Informações e Inscrições pelo fone: (011) 820-1616 ou e-mail: [pnl@pnl.com.br](mailto:pnl@pnl.com.br) ou <http://www.pnl.com.br>**

**1 - Hipnose, Metáforas e Contador de Histórias**

Dias 20 a 26 de fevereiro

**2 - PNL para Médicos (5 módulos)**

Dias 27 e 28 fev / 27 e 28 mar / 1 e 2 maio / 29 e 30 maio / 26 e 27 junho (Sáb. e Dom. 9 às 17:30h ou 18h)

**3 - PNL para Terapeutas (5 módulos)**

Dias 27 e 28 fev / 27 e 28 mar / 1 e 2 maio / 29 e 30 maio / 26 e 27 junho (Sáb. e Dom. 9 às 17:30h ou 18h)

**4 - Conhecendo a PNL**

Dias 6 e 7 de fevereiro

**5 - Inteligência Emocional**

Dias 20 e 21 de fevereiro

**Cursos da PNA - Programação Neurolingüística Aplicada - Dra Cló Guilhermino**

**Inscrições: (011) 277-7999 r. 247 ou (011) 277-0208 - fax: (011) 277-8141, e-mail: [gaia@dialdata.com.br](mailto:gaia@dialdata.com.br)**

**1 - Practitioner em PNL**

Datas: 6 Módulos - Todos os primeiros sábados e domingos dos meses de fevereiro à julho

**Cursos PAC - Programação em Autoconhecimento e Comunicação**

**Informações e inscrições pelo telefax (011) 3824-0068 ou email: [info@pac.com.br](mailto:info@pac.com.br) - <http://www.pac.com.br>**

**1 - Trainer's Training - Instrutora - Deborah Epelman - NLP Advanced Trainer**

Data: 18 a 28 de fevereiro Local - Fazenda Irubi - São João da Boa Vista - SP

**MARÇO 1999**

**Cursos da SBPNL - Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística**

**Informações e Inscrições pelo fone: (011) 820-1616 ou e-mail: [pnl@pnl.com.br](mailto:pnl@pnl.com.br) ou <http://www.pnl.com.br>**

**1 - Practitioner em PNL (1ª parte)**

Dias 19 a 28 de março

**2 - Leitura Fotográfica com Dr. Tom Chung**

Em três módulos, dias: (6 e 7), (13 e 14) e (20 e 21) de março, sempre aos sábados e domingos

**3 - Inteligência Emocional**

Dia 3 de março - Quarta-feira

**4 - Master Practitioner Extensivo**

1ª parte: Dias 6 e 7 de março

**5 - Negociação & Vendas**

Dias 9 e 10 de março - Terça e Quarta-feira

**6 - PNL para Professores (1ª parte)**

Dias 13 e 14 de março

**7 - Practitioner Extensivo (1ª parte)**

Dias 19, 20 e 21 de março

**Cursos PAC - Programação em Autoconhecimento e Comunicação**

**Informações e inscrições pelo telefax (011) 3824-0068 e-mail: [info@pac.com.br](mailto:info@pac.com.br) - <http://www.pac.com.br>**

**1 - Introdução em PNL - Instrutora: Sueli L. Cassis - Trainer em PNL**

Dias: 06 e 07 de março - Local a ser confirmado em São Paulo - SP

**2 - Practitioner em PNL - Instrutora - Deborah Epelman - NLP Advanced Trainer**

(8 módulos) 1º módulo em 13 e 14 de março - Local a ser confirmado em São Paulo - SP

**Cursos do Instituto Cre-Ser, com Dr. Deroni Sabbi**

**Informações e inscrições: tel. (051) 362-6177 ou e-mail: [cre-ser@plugar.com.br](mailto:cre-ser@plugar.com.br) ou [www.cre-ser.com.br](http://www.cre-ser.com.br)**

**1 - Prosperidade e Alegria de Viver - De 13 a 16 de fevereiro - feriadão do Carnaval - Workshop na Serra Gaúcha**

**ABRIL 1999**

**Cursos da SBPNL - Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística**

**Informações e Inscrições pelo fone: (011) 820-1616 ou e-mail: [pnl@pnl.com.br](mailto:pnl@pnl.com.br) ou <http://www.pnl.com.br>**

**1 - Frente a Frente com Seus Filhos**

Dias 10 e 11 de abril - Sábado e Domingo

**2 - Negociação & Vendas Avançado**

Dias 13 e 14 de abril - Terça e Quarta-feira

**Envie sua colaboração para as diversas seções para:**

**"O GOLFINHO" - Diretora: M. Helena Lorentz**

**Tel/fax (051) 330-2005**

**Rua Cel. Aurélio Bittencourt, 110/101  
90430-080 PORTO ALEGRE-RS - BRASIL**

**E-mail: [golfinho@golfinho.com.br](mailto:golfinho@golfinho.com.br)  
INTERNET: <http://www.golfinho.com.br>**

**ENTRE EM CONTATO CONOSCO**