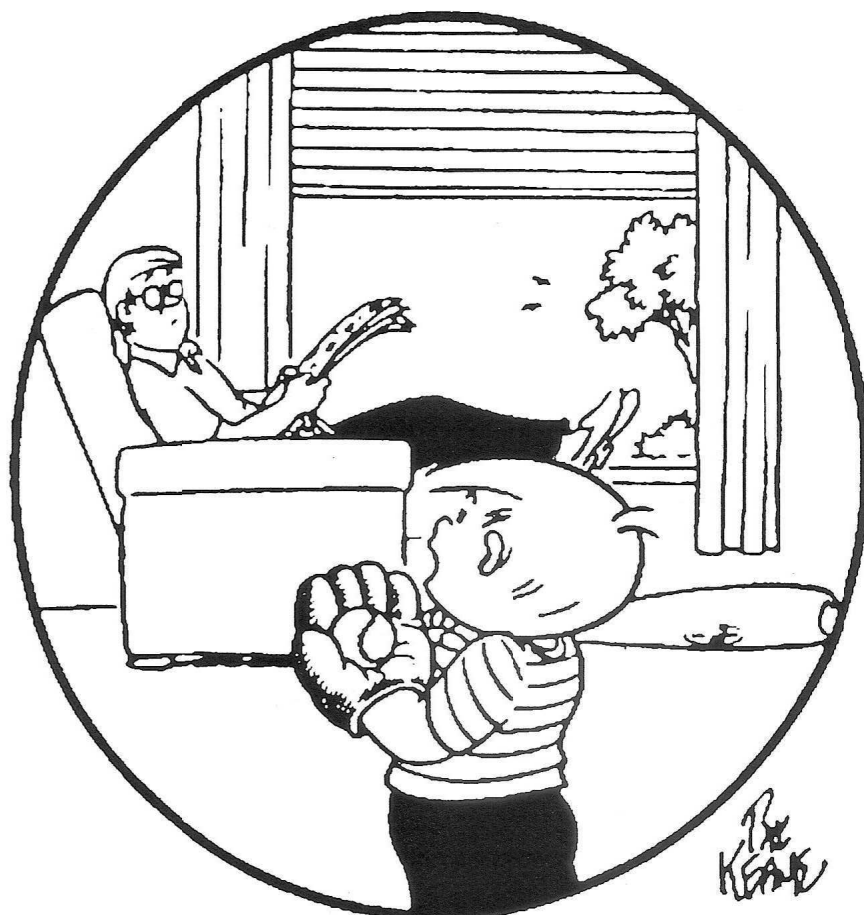


# Golfinho

## Informativo de PNL - Neurolingüística

ANO 6 Edição 1 nº 65

junho/2000



"Quando você puder, pai.  
Vou esperar lá fora, envelhecendo."

Do livro: Você Não Está Só - Jack Canfield, Mark Victor Hansen e Barry Spilchuk - Editora Ediouro

Nesta edição		
1	Metáforas: Sólido como uma rocha e Barreiras	pág. 2
2	Artigo 1: Avaliações Que Encorajam	pág. 4
3	Artigo 2: Transformando a Recaída: A dependência e a PNL	Pág. 6
4	Revisão de livro: Autonomia para Vencer	pág. 9
5	Agenda de cursos: Junho, Julho, Agosto, Outubro	pág. 10

## Sólido Como uma Rocha

Mesmo sem jeans rasgados, sua figura aos dez anos de idade era desleixada. Nenhum dos seus colegas da quinta série conhecia alguém mais mal vestido e sem educação do que Marco. Era seu quinto dia de escola numa tradicional cidade de famílias ricas da Nova Inglaterra. Os pais de Marco eram imigrantes que trabalhavam na colheita de frutas e os colegas o olhavam com desconfiança. Apesar de cochicharem e rirem de suas roupas, ele parecia não notar.

Então veio a hora do recreio e do beisebol. Marco fez o primeiro ponto, que lhe valeu um pouco de respeito por parte dos críticos dos seus trajes. O próximo a rebater era Richard, o menos atlético e mais obeso da classe. Depois da segunda tentativa frustrada de Richard (recebida com reclamações da torcida), Marco cochichou em seu ouvido:

— Esquece eles, garoto. Vai lá e bate.

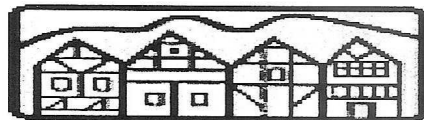
Richard bateu e acertou. Nesse preciso momento, alguma coisa mudou na atitude da classe. Nos meses seguintes, Marco ensinou muitas coisas aos colegas. Coisas como saber se uma fruta estava madura, como chamar o peru selvagem e, principalmente como tratar as pessoas.

Quando os pais de Marco terminaram seu trabalho naquela região, a classe já estava em clima de Natal. Enquanto os outros alunos traziam echarpes finas, perfumes e sabonetes, Marco chegou à mesa da professora com um presente especial. Era uma pedra, que ele entregou dizendo:

— Dei um polimento especial.

Anos mais tarde, a professora ainda conservava a pedra de Marco em sua mesa. No começo de cada ano letivo, ela contava à nova classe a história do garoto que ensinou a ela e aos colegas a não julgar o conteúdo pela aparência. Pois o que está por dentro é o que conta.

De This little Light of Mine



## Barreiras

Quando eu era pequena, a prima de Dibby tinha uma cachorra, uma vira-lata, que estava grávida. Não sei quanto tempo dura a gravidez das cadelas, mas essa teria filhotinhos dentro de uma semana. Mas antes disso a cadela foi apanhada pelo cortador de grama e perdeu as duas pernas traseiras. Correram para o veterinário e ele disse:

☐—Posso fazer uma sutura, ou se quiserem, podemos fazer ela dormir para sempre. Mas os filhotes estão bem.

A prima de Dibby disse:

— Deixe ela viver.

O veterinário fez as suturas e, na semana seguinte, a cadela reaprendeu a andar. Não perdeu tempo se preocupando, mas simplesmente aprendeu a andar dando dois passinhos com as pernas dianteiras e um pinote com a traseira, mais dois passinhos com a dianteira e um pinote com a traseira, e assim por diante. Deu à luz seis filhotinhos perfeitamente saudáveis. Lambeu e amamentou os filhotes. Quando os cachorrinhos começaram a andar, andavam igualzinho a mãe.

Gilda Radner, de It's Always Something

**Do Livro:** Você Não Está Só - Jack Canfield, Mark Victor Hansen e Barry Spilchuk - Editora Ediouro

# Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística



## Cursos de formação para o 2º sem. de 2000

### Practitioner D

- 1ª parte: 12 e 13 de agosto
  - 2ª parte: 26 e 27 de agosto
  - 3ª parte: 7, 8, 9 e 10 de setembro
  - 4ª parte: 23 e 24 de setembro
  - 5ª parte: 12, 13, 14 e 15 de outubro
  - 6ª parte: 18 e 19 de novembro
  - 7ª parte: 9 e 10 de dezembro
- No Centro de Treinamento em São Paulo

(sábados e domingos da 9 às 17,30 hs)



## A Essência da Identidade

20 a 23 de julho com Gilberto Cury

No Centro de Treinamento em São Paulo

Você vai descobrir, identificar, explorar e compreender melhor sua própria essência, proporcionando à você a integração consciente e inconsciente dos seus valores básicos. Esta experiência vai potencializar tudo o que você já aprendeu, para sua realização como ser humano.

## Cursos Residenciais - Hotel Península em Avaré

### Agosto

**Practitioner Residencial (1ª Fase)**

18 a 27 (com Gilberto Craidy Cury)

### Setembro

**Practitioner Residencial (2ª Fase)**

22/09 a 01/10 (com Gilberto Craidy Cury)

### Outubro

**Trainer Training Residencial**

16 a 22 (com Gilberto Craidy Cury)

### Novembro

**Master Practitioner Residencial**

15 a 26 (com Gilberto Craidy Cury)

**Veja mais informações em: <http://www.pnl.com.br>**

**Informações e inscrições (0\_11) 3845-1616**

**Há 20 anos ajudando as pessoas a desenvolverem seu potencial.**

## AVALIAÇÕES QUE ENCORAJAM

### Um Modelo de avaliação para melhorar o aprendizado.

por Don A. Blacerby, Ph.D.

Em artigo recentemente publicado na *Anchor Point*, intitulado “Desenvolvendo o Processo de Treinamento em PNL”, eu finalizei uma seção dizendo que uma das principais responsabilidades do guia orientador ou assistente é oferecer avaliações de qualidade aos participantes, capazes de melhorar sua experiência de aprendizado e ajudá-los a alcançar os objetivos almejados no seminário. Tenho observado que uma avaliação de qualidade, muitas vezes, resulta numa experiência decisiva.

A razão disso é, em parte, a maneira como os participantes atribuem significado a uma avaliação – mesmo a mais bem intencionada. Muitos participantes ouvem a avaliação do nível comportamental sobre aquilo que estão fazendo e depois transportam-na para o nível de identidade, perguntando-se inconscientemente: “O que isso significa a respeito de minha pessoa?” Na maioria das vezes, a conclusão deles é negativa, porque presumem que algo neles está errado. Geralmente, isso acontece porque eles percebem que as avaliações recebidas dizem respeito de coisas que fizeram erradas ou que não fizeram suficientemente bem. Grande parte dessa situação decorre de experiências negativas na escola, quando professores bem intencionados fizeram avaliações de maneira inadequada ou mesmo traumatizante.

Outra razão disso é que a avaliação não está ligada ao objetivo ou resultado desejado pelo participante, no nível lógico adequado. Assim, o participante pode atribuir um significado tanto positivo como negativo à avaliação. O que precisamos é de um modelo de avaliação em que o participante atribua um significado imediato consistente com seu senso de *ego* e com a finalidade a que se propõe.

Um modelo muito simples seria o seguinte: antes de iniciar, o avaliador deve descobrir qual é o objetivo ou resultado esperado pelo participante ao fazer o exercício, e qual a visão ou missão superior a que serve esse objetivo. Uma vez que a visão ou missão encontra-se no nível neurológico espiritual / sistema superior ou identidade, a avaliação é expressa positivamente como estando a serviço do objetivo e da visão ou missão. Isso faz automaticamente a conexão positiva para o aluno. E, se o avaliador fizer rapport suficiente, o participante terá dificuldade em refutar a avaliação. O avaliador pode escolher a visão ou missão (ou ambas) dependendo de qual delas recebe maior investimento emocional do participante. Às vezes, é melhor conectar a avaliação a ambas (visão e missão). Durante o resto deste artigo, farei referência à missão.

Um pouco antes de dar a avaliação, será de grande auxílio para o avaliador revisar sua compreensão do objetivo e da missão, antes de apresentá-la ao aluno. Assim, a avaliação será expressa em termos de: “À luz de seu objetivo e missão, eu notei (avaliação baseada no sensorial) ...” A avaliação pode apresentar-se como um encorajamento positivo para “comportamentos adequados” ou sob a forma de sugestão de novas escolhas ou alternativas para fazer as coisas. Também, acho que sempre será melhor dar avaliações baseadas no sensorial, demonstrando o comportamento enquanto faz os comentários.

Uma avaliação encorajadora geralmente não cria problemas. Será até mais poderosa e eficaz se for conectada ao objetivo e à missão. Um exemplo disso seria: “À luz de seu objetivo de aprender a ser mais preciso na ancoragem, para ter maior domínio da PNL e ajudar melhor os seus clientes, eu notei que você o tocou no mesmo local e da mesma maneira todas as vezes que você disparou a âncora. Isso me diz que você está realmente alcançando seu objetivo de ser mais preciso e evidencia que você está dominando sempre mais a PNL.”

Dar uma avaliação oferecendo outra forma de fazer alguma coisa é mais difícil. Algumas maneiras de dar tais avaliações seriam: “À luz de seu objetivo e missão, eu notei que você (avaliação sensorial específica) e sugiro que se você fizer (comportamento alternativo expresso em termos sensoriais) isso ajudará ainda mais o seu objetivo e sua missão.” Usando o objetivo e a missão acima, um exemplo poderia ser: “À luz do seu objetivo de se tornar mais preciso na ancoragem para ter maior domínio da PNL e ajudar melhor os seus clientes, eu notei que você ancorou a primeira vez no pulso esquerdo. Sugiro que você volte àquela âncora no pulso esquerdo, ao invés de tocar o cotovelo esquerdo.” É claro que se isso for demonstrado enquanto o comentário está sendo feito, será ainda mais eficaz.

Uma forma excelente de juntar tudo isso num treinamento é a seguinte: Antes de começar um exercício, o pequeno grupo repassa sua compreensão do mesmo e chega a um consenso sobre todos os passos e a intenção do exercício. Assim, forma-se a intenção do grupo e ajuda a reunir todos.

1. Cada um dos participantes declara seu objetivo para o papel que vai exercer no exercício e a visão e/ou missão a que serve. Se eles estiverem alerta para um determinado tipo de avaliação



que desejam ou de uma área específica que querem avaliar, eles podem solicitar isso agora. O grupo também combina sobre quando a avaliação deve ser dada (ex.: quando é notada, no final, nas pausas naturais, etc.) Isso estabelece a intenção de cada participante.

2. A avaliação é dada no tempo que foi combinado, à luz de seu objetivo e missão, conforme anteriormente elaborado neste artigo.
3. Quando os papéis se trocam, repete-se os passos 2 e 3.

Quando os pequenos grupos fazem isso antes de iniciar o exercício, a experiência de aprendizado é melhorada de diversas maneiras:

Primeiro, ajuda os participantes a aprender os passos do processo, se eles revisarem de memória a demonstração, imediatamente após observarem-na.

Segundo, estabelece a intenção, em nível de pequeno grupo, bem como em nível individual. E estabelece a intenção para cada um dos papéis que os participantes vão desempenhar neste exercício. Parece-me que, muitas vezes, alguns dos papéis são assumidos muito de leve porque o participante não tem a intenção ou o objetivo de aprender nesse determinado papel. Por exemplo, freqüentemente tenho observado a meta pessoa totalmente dissociada do exercício. Se eles tiverem um objetivo de meta aprendizado, como “Eu quero melhorar minha capacidade de observação a respeito das diferentes maneiras que as pessoas respondem a essas questões”, ou “Eu quero aprender maneiras diferentes de realizar este processo”, ou “Eu quero melhorar minha capacidade de dar avaliação” eles ficarão muito mais envolvidos no processo.

Terceiro, estabelece a avaliação como algo útil porque os ajudará a alcançar seu objetivo e missão.

Quarto, faz com que eles especifiquem a espécie de avaliação que acham ser a mais útil para eles.

Em minha experiência na observação do processo “normal” de avaliação, tanto o avaliador como o avaliado se retraem durante a avaliação. Também tenho observado algumas avaliações muito agressivas, em nome de “endireitar as coisas”. Tenho visto pessoas praticantes da PNL altamente competentes entrarem em estados totalmente sem recursos, tanto no papel de avaliadores como de avaliados. Como tenho observado a prática deste modelo de avaliação, tenho visto grande camaradagem e boa vontade. De fato, observei em um treinamento que alguns participantes ficaram um pouco desanimados porque “Eu não tive tempo de obter minha avaliação!”.

---

*Anchor Point - Maio 1998*

*Tradução: Hélia Cadore – Fone-fax: 330-4963. E-mail: [lcadore@uol.com.br](mailto:lcadore@uol.com.br)*



## Projeto Você 2000 uma realidade

**O projeto Você 200, apesar de sua pouca idade já está se espalhando pelo Brasil. Faça parte você também dos cursos de formação em PNL mais baratos do mundo.**

**Practitioner em Vitória no Espírito Santo, primeira fase:**

**De 26 à 30/junho à noite, 01/julho durante o dia e 02/julho pela manhã**

Informações com: David Mariano de Oliveira

e-mail: [davidmar@escelsa.com.br](mailto:davidmar@escelsa.com.br) Tels: (0xx27) 343-4347 / 343-5884

Horários: 8:00 às 12:00 e das 20:00 às 22:00

**Practitioner(completo) em Joinville, Santa Catarina**

**11 à 13 de Agosto, 1 à 3 de setembro, 29 à 30 setembro e 1º outubro**

Sendo sextas feiras à noite e sábado e domingo o dia todo.

Informações com: Agenor Cattoni

e-mail: [cattoni@utesc.br](mailto:cattoni@utesc.br) Tel/Fax: (0xx47) 435-0729 Horário Comercial

**Visite nosso site na Internet: [www.voce2000.com.br](http://www.voce2000.com.br)**

## Transformando a Recaída: A dependência e a PNL

por Dr. Richard Bolstad e Margot Hamblett

### Definição de Dependência.

Seis a sete por cento dos americanos apresentam, em algum momento de suas vidas, sinais de dependência química (O'Brian e McKay, 1998, p.127). Nessa pesquisa, a palavra *substância* foi usada no sentido estrito de substâncias como álcool, cocaína, maconha ou ópio. A pesquisa excluiu a dependência de nicotina e cafeína, bem como qualquer dependência comportamental, como o jogo compulsivo. Neste artigo, vamos focalizar o uso de substâncias; mas as mesmas intervenções funcionam também em qualquer outro problema de dependência. O álcool, sozinho, é responsável pela metade das fatalidades relativas ao trânsito, um quarto dos suicídios, um terço dos assaltos, e a causa de morte de 100.000 americanos por ano (Dorsman, 1997, p.2).

Ao tentar definir a dependência, os psiquiatras e outros referem-se a mais do que o uso excessivo, e a mais do que à sensação psíquica de necessidade da substância (American Psychiatric Association, 1994, p. 108-9). Referem-se àquilo que os conselheiros chamam de ambivalência (Miller e Rollnick, 1991, p. 36-47), e ao que os Practitioners de PNL chamam de incongruência seqüencial (Bandler e Grinder, 1982, p. 179-188). A pessoa acessa sua parte neurológica que busca o uso da substância, e depois a parte que não quer usá-la, em seqüência contínua. Por exemplo, ela pode exceder a quantidade da substância que planejara usar. Pode fazer tentativas de parar, ou seja, ela deseja parar de usar tal substância, mas continua a usá-la. Pode abandonar outras atividades que são importantes para ela, em conseqüência do uso da substância. Pode continuar a usar a substância apesar de, na verdade, sofrer problemas penosos e persistentes devidos ao seu uso. Pode até ter procurado parar de usá-la, e experimentado extremo desconforto (chamado de recaída). Em resumo, a dependência ocorre quando uma parte da pessoa quer parar, mas (e a palavra "mas" é usada intencionalmente) outra parte, aparentemente mais forte, não quer parar.

### As Pessoas conseguem livrar-se naturalmente da maioria das dependências

Existe um grande número de programas que oferecem assistência para interromper o uso de substâncias por pessoas viciadas, inclusive o famoso programa de "12 passos" como o dos AA (Alcoólicos Anônimos). No entretanto, contrariamente à crença popular, a maioria das pessoas livra-se da dependência por si mesmas. Diversas pesquisas da Institution for Health and Aging (Universidade da Califórnia) mostram que os problemas de bebida, até o nível em que ocorrem os *blackouts*, quase sempre desaparecem antes da meia idade, sem assistência médica; como acontece com a maioria dos viciados em drogas na adolescência (Peele, 1989, p. 66). Mais de dois terços dos viciados que param de beber álcool o fazem por si mesmos. 95% dos 30 milhões de Americanos que deixaram de fumar na última década o fizeram sem auxílio médico do estilo AA. (Prochaska et alia, 1994, p. 36). Essas pessoas têm mais sucesso a longo prazo do que aquelas que escolhem programas de tratamento: 81% dos que param de beber por conta própria permanecem abstêmios durante mais de 10 anos, comparados com apenas 32% dos que vão aos AA. (Trimpey, 1996, p.78; Ragge, 1998, p.24).

O mesmo parece acontecer com as dependências que fazem parte de um estilo de vida. Em 1982, Stanley Schachter publicou os resultados de um estudo a longo prazo sobre a obesidade. No início dos anos 70, ele formou a idéia de que enquanto a maioria das pessoas com excesso de peso podem emagrecer, muito poucas conseguem manter o peso. Em duas comunidades estudadas, o que ele realmente descobriu foi que 62% das pessoas obesas conseguiram perder uma média de 15 kg. e manter esse peso em média por 11,2 anos. Aqueles que nunca haviam entrado em programas de perda de peso obtiveram mais sucesso a longo prazo. Casualmente, ele descobriu que muitos fumantes deixam de fumar

por si mesmos. Ele acompanhou também esta variável, e descobriu novamente que aqueles que já haviam feito programas de tratamento não foram tão bem sucedidos como aqueles que deixaram por si mesmos! (Schachter, 1982, p. 436-444).

E a respeito das chamadas “drogas pesadas”? Em um estudo de 1982 sobre o uso da morfina, 50 pacientes de cirurgia foram submetidos ao uso de morfina, sem controle, durante 6 dias. Embora eles usassem muito mais do que a quantidade usada por um dependente usual, todos eles diminuíram o uso da droga e o interromperam, sem problema algum, após a saída do hospital. Dos soldados americanos que usaram heroína na guerra do Vietnã (e a maior parte deles o fez) 73% ficaram viciados e livraram-se da dependência após o retorno. As autoridades ficaram apavoradas, esperando um enorme aumento do número de viciados. Na verdade, 90% simplesmente parou assim que voltou para a América. Os pesquisadores observaram: “Geralmente, acredita-se que após recuperar-se da dependência, a pessoa deve evitar qualquer contato posterior com a heroína. Pensa-se que experimentar a heroína, mesmo uma só vez, conduz rapidamente à volta para a dependência... A metade dos homens que ficaram viciados no Vietnã usaram heroína na volta, mas somente um em cada oito retornaram ao vício da heroína.” (Peele, 1989, p. 167-168; Trimpey, 1996, p.78).

### Como a medicação reforça a dependência.

O vício tem sido descrito pelos AA como uma doença física incontrolável, e os alcoólatras são informados de que apenas uma bebida restabelece o processo da doença incontrolável. A pesquisa invalida consistentemente essa afirmação. Em 1973, o psicólogo Alan Marlatt ofereceu bebidas com forte aroma de álcool, e descobriu que – enquanto eles acreditavam que as bebidas não continham álcool – bebiam somente quantidades normais. Por outro lado, os alcoólatras a quem foi dito que suas bebidas continham álcool começaram a beber compulsivamente, embora a bebida não contivesse álcool. Tais estudos foram repetidos numerosas vezes, sob condições variáveis. Aqueles que acreditam que não têm mais força depois de beber um drink contendo álcool mostram resultados muito piores nos estudos a longo prazo. Um estudo acompanhou, durante quatro anos, 548 alcoólatras diagnosticados e tratados inicialmente em oito diferentes centros de AA, e descobriu que enquanto apenas 7% deles conseguiram manter a abstinência, 18% eram agora bebedores sociais sem nenhum caso de embriaguez. Nesse estudo, aqueles que concordaram mais fortemente com o modelo de doença do alcoolismo dos AA foram os que apresentaram maior tendência a enfrentar problemas quatro anos mais tarde (Ragge, 1998, p.32-34).

Considere os 90% dos usuários veteranos do Vietnã que abandonaram o uso da heroína após seu retorno. O que causou a dependência, em primeiro lugar? Tinham uma doença que outros americanos não tinham? Não; eles foram colocados em uma situação que produzia extrema incongruência. Uma parte deles os mantinha numa zona de guerra, enquanto outra parte enfrentava uma grande dor. Eles suprimiam a consciência dessa dor com a heroína, da mesma maneira que os pacientes acima mencionados de cirurgia no hospital suprimiam sua dor com a morfina. Após seu retorno para os Estados Unidos, 90% dos veteranos descobriram que não mais sofriam da dor. Apenas 10% deles ainda tinham grandes necessidades não satisfeitas, ao retornarem. Os outros simplesmente pararam, porque a necessidade havia parado. Eles nunca foram “fracos” antes da droga. Eles estavam suplantados pelas suas próprias necessidades internas, notavelmente saudáveis e compreensíveis. Não é preciso uma “doença” para explicar esse processo.

Stanton Peele enfatiza: “Quando o narcótico diminui a dor, ou quando a cocaína produz um sentimento de alegria, ou quando o álcool ou o jogo criam um sentimento de poder, ou quando fazer compras ou comer indicam à pessoa que ela está sendo cuidada, é à sensação que a pessoa fica viciada. Não é necessária outra explicação – sobre laços químicos ou deficiências biológicas. E nenhuma dessas

outras teorias fazem sentido perante os mais óbvios aspectos da dependência.” (Peele, 1989, p. 151). A medicação do vício tem efeitos colaterais até mais graves quando a pessoa realmente pára de usá-la e acaba o tratamento. A informação que lhe é passada é de que o fato de estar completamente bem agora é uma prova de que ela realmente tinha uma doença! Essa é uma faca de dois gumes, contradita pela grande maioria dos viciados que se recuperam por si mesmos.

### Como o “Confronto” reforça a dependência.

Imagine um psicoterapeuta trabalhando com um cliente que apresenta incongruência seqüencial, em que ele se embriaga mas depois deseja não tê-lo feito. O terapeuta acha que a parte dele que quer parar é a “certa” e começa a argüir e “confrontar” o cliente a partir desse ponto de vista. O resultado é previsível. O cliente também apresentará o seu lado da argumentação. Isso tem conduzido à crença de que a “negação” e a “racionalização” são características da personalidade de pessoas viciadas. Cinco décadas de pesquisa mostram que não existe correlação entre a negação e o vício. (Miller e Rollnick, 1991, p.9-10). De fato, o único problema de caráter associado com o vício é a ambivalência sobre a substância a ser usada! No entanto, a negação tem aumentado, em função dos programas de tratamento baseados no confronto. Na verdade, quanto maior o tempo em que uma pessoa permanece no programa de “12 passos” para viciados, tanto mais aumenta seu grau de culpa, depressão, medo, e outras características de personalidade geralmente associadas ao vício (Ragge, 1998, p. 25).

Reafirmamos a pressuposição básica da PNL: a resistência indica simplesmente falta de rapport! Diversas meta-revisões de estudos de pesquisa mostram que o estilo do terapeuta é mais importante do que o conteúdo da terapia na previsão dos resultados em relação à dependência. O estilo mais eficaz é menos confrontador, mais enfático, e usa mais habilidades de comunicação (Finney e Moos, 1998, p. 160; Miller e Rollnick, 1991, p. 4-7). Está provado que, se mesmo numa única sessão for usado o “confronto” e o rótulo (Encare isso: você é um alcoólatra!), isso aumenta a argumentação e negação do cliente (Miller e Rollnick, 1991, p. 9-10). É extremamente importante compreender isso. Pelo menos um livro orientando o uso da “abordagem Ericksoniana” no aconselhamento sobre dependência enfatiza o uso da confrontação extrema (Lovern, 1991). A dependência não é, por si mesma, uma evidência de personalidade baseada na negação e racionalização argumentativa, e as abordagens agressivas como a de John Lovern na verdade geram o problema que desejam resolver.

Continua no próximo número

Anchor Point - March/2000

Tradução: Hélia Cadore – Fone-fax: 330-4963. E-mail: [lcadore@uol.com.br](mailto:lcadore@uol.com.br)



## Atenção assinantes:



Na Internet estamos cada vez mais divulgando a PNL

<http://www.golfinho.com.br>      [golfinho@golfinho.com.br](mailto:golfinho@golfinho.com.br)

acessos até 30/4/2000 85231, até, 31/5/2000, **90585**

são mais de **5.300** pessoas visitando nossa página, no mês.

Conheça: [www.metaforas.com.br](http://www.metaforas.com.br)

Com pesquisa por palavra-chave, mais de 100 metáforas

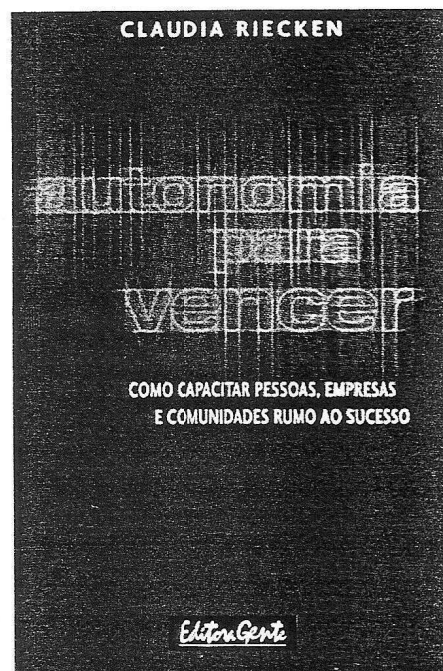


## Autonomia Para Vencer

João Nicolau Carvalho\*

"**Autonomia para vencer**" é o título do livro de Cláudia Riecken, publicado pela Editora Gente, de São Paulo. A autora é *trainer* em Programação Neurolingüística, curso de DHE-Design Human Engineering com Richard Bandler, e sócia da filial em nosso país da Quantum Leap Inc, organização capitaneada por John Grinder. Cláudia recebeu, portanto, treinamento dos dois criadores da PNL. Executiva, tendo atuado em diversas empresas, é também coordenadora-chefe de curso de especialização ministrado na Faculdade de Comunicação Social Cásper Líbero. Poliglota, atua como psicoterapeuta, conferencista e apresentadora de VTs e rádio. Um belo currículo.

Em "**Autonomia para vencer**" Cláudia Riecken, alia narrativas de experiências de sucesso pessoal e empresarial, e descreve um singular projeto comunitário por ela desenvolvido com ferramentas de Programação Neurolingüística. Montado em 3 partes, na primeira aprendemos a consultar, recrutar, ouvir e comprometer lideranças de bases comunitárias -- e a contextualização da PNL como ferramenta de mudanças de crenças e valores. A comunidade, na sua própria linguagem, *amplia* o mapa do território.



Na Parte 2, formalmente um pouco mais impessoal, conhecemos como melhorar nossas habilidades interpessoais e comunicação. *Generalização, Seleção ou Eliminação, e Distorção ou Alucinação*, processos de aprendizagem agrupados por Bandler e Grinder, são lembradas e colocadas em prática na comunidade. O capim braquiária se transforma numa bela metáfora e uma história contada por Grinder e Bandler é recontada. Os sistemas representacionais ou neurológicos são aprofundados: o terreno para comunicação é arado.

Na terceira e última parte, -- "**A Estrutura da Autonomia para Vencer**" -- a autora propõe, com base em sistema desenvolvido por John Grinder, categorias de atuação no relacionamento organizacional, e alerta para alguns desafios: a centralização, a inflexibilidade, esta transfigurada de teimosia em homenagem a Daniel Goleman e seu livro *Trabalhando com a Inteligência Emocional* (Ed. Objetiva, Rio de Janeiro). A autora, com base em trabalhos heurísticos de Teresa Amabile, da Escola de Administração de Empresas de Havard, expõe os quatro matadores da criatividade e ensina como transformá-los em aliados, ressignificados: vigilância, avaliação, excesso de controle, prazos implacáveis.

O livro é interessante e, comparando-o com outros brasileiros de PNL, singular. Há, no entanto que se escoimar, em futuras edições, de alguns deslizes estilísticos e ortográficos não captados pela revisão. A obra, o leitor e a autora merecem tal providência.

\*Professor universitário, trainer em PNL.

### Livro Novo:

UNIVERSO PARALELO - Contos Didáticos, Hipnóticos e de Auto-ajuda  
 Maria Cristina Mesquita Lara - Editora Livro Pleno tel/fax (0\_\_19) 243-2275

### Conheça o novo site:

[www.metaforas.com.br](http://www.metaforas.com.br) (é sem acento)

**AGENDA DE CURSOS WORKSHOPS E EVENTOS****JUNHO 2000****SBPNL - Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística**

1 - Técnicas de Apresentação: 14 e 15 (das 09:00 às 17:30 horas)

2 - Criatividade: 28 e 29 (das 09:00 às 17:30 horas)

**Informações e Inscrições: (0xx11) 3845-1616 e-mail: [pnl@pnl.com.br](mailto:pnl@pnl.com.br) <http://www.pnl.com.br>****Projeto Você 2000 [www.voce2000.com.br](http://www.voce2000.com.br)**

Practitioner em Vitória no Espírito Santo, primeira fase: Hor: 8:00 às 12:00 e das 20:00 às 22:00

De 26 à 30/junho à noite, 01/julho durante o dia e 02/julho pela manhã

Informações com: David Tels: (0xx27) 343-4347 / 343-5884 e-mail: [davidmar@escelsa.com.br](mailto:davidmar@escelsa.com.br)**JULHO 2000****SBPNL - Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística****A Essência da Identidade** - de 20 à 23 de julho com Gilberto Cury

Comunicação &amp; Negociação 12 e 13 Das 09:00 às 17:30 horas

Atingindo Objetivos 26 e 27 Das 09:00 às 17:30 horas

Comunicação &amp; Negociação 29 e 30 Das 09:00 às 17:30 horas

**Informações e Inscrições: (0xx11) 3845-1616 e-mail: [pnl@pnl.com.br](mailto:pnl@pnl.com.br) <http://www.pnl.com.br>****INAP - Instituto de Neurolingüística Aplicada**Informações: (0\_\_21) 551-1032 ou e-mail: [pnl@pnl.med.br](mailto:pnl@pnl.med.br) <http://www.pnl.med.br>1 - Terapia Ericksoniana Breve Desmistificada com **Jeff Zeig** Dias 7 e 8 de jul das 9 às 18 h2 - Metáforas e Sugestões na Hipnose Ericksoniana com **Jeff Zeig** Dia 9 de jul das 9 às 18 h**NLP Millenium Project - Robert Dilts, Judith DeLozier & Co-Facilitators**

Data: de 27 de julho a 10 de agosto

Grupo do Brasil sendo organizado por PAC - [www.pac.com.br](http://www.pac.com.br)**Informações e Inscrições: (0\_\_11) 3824-0068 e-mail: [deborah@pac.com.br](mailto:deborah@pac.com.br)****AGOSTO 2000****SBPNL - Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística**

1 - Practitioner "D" extensivo em São Paulo início 12 e 13 de agosto

2 - Practitioner Residencial 1ª fase 18 a 27 agosto e 2ª fase 22/9 a 1º/10 (Hotel Península em Avaré)

**Informações e Inscrições: (0xx11) 3845-1616 e-mail: [pnl@pnl.com.br](mailto:pnl@pnl.com.br) <http://www.pnl.com.br>****Projeto Você 2000 [www.voce2000.com.br](http://www.voce2000.com.br)**

Practitioner (completo) em Joinville, Santa Catarina

11 à 13 de Agosto, 1 à 3 de setembro, 29 à 30 setembro e 1º outubro

Sendo sextas feiras à noite e sábado e domingo o dia todo.

Inf. com: Agenor Cattoni Tel/Fax: (0xx47) 435-0729 Horário Comercial e-mail: [cattoni@utesc.br](mailto:cattoni@utesc.br)**OUTUBRO 2000****SBPNL - Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística**

1 - Trainer Training Residencial de 16 a 22 de outubro - Hotel Península em Avaré

**Informações e Inscrições: (0xx11) 3845-1616 e-mail: [pnl@pnl.com.br](mailto:pnl@pnl.com.br) <http://www.pnl.com.br>****Envie sua colaboração para as diversas seções para:****"GOLFINHO" - Diretora: M. Helena Lorentz****Tel/fax (0\_\_51) 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**