

# A PNL PARA TREINADORES DE FUTEBOL

1 a 15 outubro 2025 | 6h

**FORMAÇÃO ONLINE ASSÍNCRONA**

**Inês Torres**

**CREDITAÇÃO**

**TREINADORES DESPORTIVOS**

Mais informações e inscrições em:

**[www.formacaodesportiva.pt](http://www.formacaodesportiva.pt)**

## APRESENTAÇÃO

A comunicação assertiva é uma competência essencial que permite expressar pensamentos, sentimentos e necessidades de maneira clara e respeitosa. A Programação Neurolinguística (PNL) oferece ferramentas e técnicas eficazes para aprimorar essa forma de comunicação, promovendo interações mais produtivas e harmoniosas.

O principal objetivo desta formação é que os formandos compreendam de que forma é que a comunicação assertiva pode gerar impactos positivos, servindo-se de pressupostos e ferramentas da PNL. Depois de entender o que implica a programação neurolinguística, os formandos serão capazes de utilizar diferentes estratégias para melhorar a sua comunicação e torná-la mais assertiva.

## ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em **regime e-learning**, através da plataforma Google Classroom sendo, para isso, necessário que cada formando tenha uma conta Google (e-mail gmail).

Os participantes terão acesso aos materiais disponibilizados pela formadora, podendo visualizar as apresentações e/ou ler os restantes documentos em qualquer dia/hora durante o período definido para a formação. Todos os formandos podem colocar questões que serão, tão prontamente quanto possível, respondidas pela formadora via e-mail.

Módulo	Temática	Duração
1	A importância da PNL para treinadores de futebol PNL: conceito e pressupostos Relação pensamento/comportamento	2h
2	Sistemas de representação Rapport e empatia	2h
3	Linguagem positiva Modelagem Ancoragem	2h

## LOCAL E HORÁRIO

Realizada em formato online assíncrono

1 a 15 outubro de 2025

6 horas

## DESTINATÁRIOS

- Treinadores desportivos;
- Todos os interessados na temática.

## AVALIAÇÃO

Após a visualização e/ou leitura dos materiais disponibilizados pela formadora, os formandos são convidados a realizar um teste/trabalho de avaliação, em formato digital, no final da formação. O teste deverá ser realizado até ao final do dia 15 de outubro de 2025.

Cada teste terá uma classificação expressa na escala qualitativa de 0 a 20 valores. Só será emitido certificado aos formandos que obtenham pelo menos 10 valores no teste. **O teste só poderá ser realizado uma vez.**

## FORMADORES

### Inês Torres

Natural do Porto, Inês Torres nasceu em 1991, tem formação académica em vídeo e marketing, e é Mestre em Gestão do Desporto. Desde 2021 que se vocacionou para a área do coaching e desenvolvimento pessoal na área particular do Futebol, sendo este o foco profissional. Tem formações em scouting, direção desportiva e outras de relevo, em entidades tais como Federação Portuguesa de Futebol e Liga Portugal. É também Delegada ao Jogo da FPF desde 2022. Atualmente está a frequentar uma Pós-graduação em Psicologia do Desporto e da Performance pela Universidade Europeia.

## VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	50€
-------------	-----

## CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

[geral@formacaodesportiva.pt](mailto:geral@formacaodesportiva.pt)

Esta formação é organizada pela BRS – Formação Desportiva, Unipessoal Limitada, Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

