



# Traçando **metas** & alcançando **objetivos**

WORKSHOP PAD BRASIL

# AMPLIAÇÃO DE MODELOS MENTAIS



**"Modelo Mental:**  
suposições, generaliza-  
ções ou até quadros ou  
imagens internas que  
influenciam como com-  
preendemos o mundo e  
como entramos em ação."  
**Peter Senge, A Quinta Disciplina**

“Focou, falou, fixou. E se for foco e fala negativos: Ficou, falou, fixou, ferrou” – Arline Davis

Um modelo mental é formado através de um processo em que informações de nosso mundo são filtrados de três maneiras: **omissão, generalização e distorção.**

O resultado final pode ser adequado o suficiente para resolver problemas ou pode ser empobrecido, assim fazendo parte da manutenção do problema.

**Criamos "mapas de mundo" através de  
nosso sistema nervoso. Estes são os modelos  
mentais. "O Mapa não é o território."**

A Vida é sistêmica. Nossa mente e corpo  
funcionam como um sistema. Nossas relações  
e comunicação são sistêmicas.

**No curso você aprenderá:**

Formular metas: A qualidade da formulação  
de uma meta e a clareza com a qual ela é  
comunicada para você mesmo ou a uma  
equipe são críticas para sua realização.

# OBJETIVOS

- ▶ Como traçar suas metas do jeito certo, de forma que seu cérebro realmente entende e mobiliza foco e ação para realizá-las;
- ▶ Um critério neurológico que você deve usar para escrever metas que vão ser realizadas sem sacrificar sua família ou outros valores importantes no caminho;
- ▶ Motivo principal porque tantos projetos deram errados na sua vida no passado e o passo a passo para fazer seus novos projetos darem certo a partir de hoje.

# BRUNA TOMAZETTI

Diretora do Grupo Staff  
Diretora Técnica do Espaço Soull -  
Educação e Saúde  
Psicóloga CRP 09/4147

**62 39267884 | [www.grupo-staff.com/site/](http://www.grupo-staff.com/site/)**



/bruna.tomazetti



brunatomazetti



Espaço Soull