

A **PH+ Desenvolvimento de Potencial Humano, Lda.** iniciou a sua atividade em 1996. O objetivo da PH+ é desenvolver o potencial humano dos seus clientes, através de 2 vetores principais:

- Apoiando e aconselhando pessoas com problemas nas esferas comportamental, emocional e relacional;
- Promovendo o desenvolvimento de pessoas, famílias, grupos, organizações, instituições e comunidades, através de programas terapêuticos, consultoria, formação e coaching.



Produtos e Serviços

Formação e Desenvolvimento Pessoal

Programas de Promoção da Saúde: “Deixar de Fumar”, Programa de Emagrecimento Saudável (PES).

Programa “Life Coaching”. Promover o equilíbrio entre as esferas familiar, profissional e pessoal. Programa individual ou em grupo dirigido a quem deseja melhorar a sua qualidade de vida, saúde e bem-estar.

Programa “Study Matters”. Motivar para o estudo e melhorar as competências e a eficácia do estudo. Implementado por psicólogos com experiência na área educacional. Programa em grupo (máximo 8 participantes) ou individual.

Programa de Aconselhamento Vocacional. Ajudar os jovens na escolha da área de estudos. Avaliam-se competências, motivações e descobrem-se caminhos.



Formação e Desenvolvimento Organizacional

- Animação de crianças e jovens;
- Gestão de projetos;
- Gestão do stress;
- Gestão de conflitos;
- Prevenção e tratamento do tabagismo (para profissionais de saúde);
- Terapia familiar;
- Formação Pedagógica Inicial e Contínua de Formadores (homologado pelo IEFPP).



Consultório de Psicologia e áreas conexas

Avaliação Psicológica. Identificar problemas, estabelecer um diagnóstico. Elaborar um plano terapêutico ajustado aos resultados da avaliação.

Psicoterapia e Aconselhamento. Intervir em situações problemáticas. Promover a saúde, o bem-estar e a autonomia em crianças, adolescentes, adultos e famílias.

Terapia Conjugal / Familiar. Apoiar a gestão de conflitos e problemas nas relações conjugais, parentais e familiares.

Terapia da Fala. Prevenir, avaliar e intervir nas perturbações da linguagem.



Consultoria Organizacional

- Diagnóstico de necessidades;
- Desenvolvimento, implementação e avaliação de planos de formação;
- Avaliação de desempenho;
- Seleção e recrutamento;
- Coaching de executivos, gestores, chefias e vendedores;
- Programas de prevenção do stresse, do uso de drogas e do abuso de álcool em meio laboral.

+ Família

Damos resposta a algumas das necessidades familiares.

- Baby e Kidsitting
- Atividades Lúdico-Educativas para crianças.

