ESPECIALIZAÇÃO AVANÇADA

INTELIGÊNCIA EMOCIONAL NAS ORGANIZAÇÕES

140 HORAS (44 HORAS SÍNCRONAS E 96 HORAS ASSÍNCRONAS)

MAIS VALIAS: Desenvolver as habilidades e competências emocionais dos alunos envolvidos, de modo a melhor atuarem nas suas mais variadas áreas profissionais, tornando as suas práticas profissionais mais dinâmicas, eficientes e eficazes.

COORDENAÇÃO CIENTÍFICA

ANA MARIA CARVALHO

ONLINE | PÓS-LABORAL

1380€

AS BASES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL
- Conceitos de inteligência emocional e abordagens complementares
- Os pilares da inteligência emocional
- As emoções básicas e a linguagem emocional
- Os modelos mentais
- Soft Skills
- Habilidades socioemocionais
- A autoconsciência e as emoções do outro
- As relações sociais e a afetividade;

SOFT SKILLS: AS COMPETÊNCIAS ESSENCIAIS
- Conceito de Soft Skills e Hard Skills
- Habilidades e competências essenciais para o mercado de trabalho
- Trabalho, carreira, família e sucesso
- Fatores emocionais e comportamentais das habilidades e competências
- Talentos, conhecimentos, habilidades, atitudes e valores pessoais e organizacionais
- Inteligência relacional;

A COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA (CNV) E A FORMAÇÃO DOS HÁBITOS
- A comunicação humana
- As bases para uma comunicação não violenta
- Conceito de comportamento
- Padrões comportamentais no ambiente de trabalho
- Como criar e desenvolver comportamentos e hábitos saudáveis;

A GESTÃO DAS EMOÇÕES E SENTIMENTOS (O EU E OS OUTROS)
- As habilidades e competências socioemocionais
- As emoções positivas e negativas
- A ação das emoções nos comportamentos
- Ansiedade, medo, stress e depressão;

MINDSET: DESENVOLVENDO UMA NOVA MENTALIDADE
- Mindset positivo
- Mindset negativo
- Pensamento crítico nas organizações
- Quebrando paradigmas ou "saindo fora da caixa"
- Resiliência aplicada;

RELAÇÕES INTERPESSOAIS NO AMBIENTE DE TRABALHO
- As necessidades humanas básicas
- O processo da comunicação e da retroalimentação
- O processo da empatia
- O dar e receber feedback
- O papel das emoções nas relações humanas no processo de feedback;

AUTOCONHECIMENTO E IDENTIDADE PESSOAL (EMOCIONAL)
- As bases do autoconhecimento
- A autoestima
- A formação da identidade pessoal (emocional)
- Os mitos e verdades sobre o controlo emocional (domínio próprio)
- Estratégias para lidar com emoções negativas;

RESILIÊNCIA APLICADA AO AMBIENTE ORGANIZACIONAL
- A cultura organizacional
- A inteligência emocional associada à inteligência relacional
- A resiliência humana
- A vulnerabilidade humana
- As estratégias de enfrentamento e coping
- Assertividade para alta performance;

ANA MARIA CARVALHO

Pós-Doutoramento em Educação na UL - Universidade de Lisboa. Doutoramento em Gestão na UTAD – Universidade de Trás os Montes e Alto D'Ouro. Mestrado em Educação e Mestrado em Desenvolvimento Humano com Especialização em Educação a Distância, em Metodologia do Ensino Superior e em Consultoria. Licenciada em Gestão e em Psicologia. Colaboradora e Conteudista em diversas Universidades, Institutos Superiores e entidades formadoras, onde leciona módulos na área de Gestão de Pessoas (Soft Skills-Inteligência Emocional-Liderança Positiva-Resiliência) em cursos de Graduação e Pós-Graduação.

(MAIS INFO NO SITE)

ELIONEIDE VENÂNCIO

Pós-Graduação em Neuro-Psicologia, Pós-Graduação em Gestão de Pessoas. Pós-Graduação também em Jogos de Empresas. Licenciada em Psicologia e Gestão. Colaboradora em diversas Universidades, Institutos Superiores e entidades formadoras, onde leciona módulos na área de Gestão de Pessoas (Comunicação-Inteligência Emocional-Liderança-Coaching) em cursos na área de Licenciatura e Pós-Graduação. Membro da Comissão Especial de Recursos Humanos, da Comissão Especial da Mulher Administradora e Conselheira do Conselho Regional de Administração (RJ/Brasil), atuando como Psicóloga Clínica com adultos e idosos.

ROSANGELA ARRUDA

Pós-Graduação em Coordenação e Dinâmicas de Grupo. Pós-Graduação em Docência Superior. Pós-Graduação em Gestão de RH. Formação em Consultoria e Empreendedorismo para MPEs (Médias e Pequenas Empresas). MBA em Gestão Cooperativa. Licenciada em Administração. Colaboradora em Universidades, Institutos Superiores e entidades formadoras, onde leciona módulos na área de Gestão de Pessoas (Fatores Humanos, Cooperação e Legitimação Interna, Gestão de Pessoas, Liderança, Inteligência Emocional) em cursos de Especialização e Pós-Graduação. Membro da Comissão Especial de Recursos Humanos, Coordenadora do Comitê das Comissões Especiais e Conselheira do Conselho Regional de Administração (RJ/Brasil). Atuando como consultora na área de Recursos Humanos e Coaching.