

Liderança com Inteligência Emocional

Objetivos Gerais

Este curso pretende dotar os participantes dos conhecimentos e skills que lhes permitam liderar e gerir equipas utilizando a Inteligência Emocional.

Objetivos Específicos

No final do curso os formandos ficarão aptos a:

- Identificar as competências do Líder Eficaz;
- Dominar os conceitos de: Emoção e Inteligência Emocional;
- Reconhecer o Papel das Emoções;
- Compreender a Utilização do Cérebro e a sua Influência na Gestão das Emoções;
- Distinguir os Diferentes Tipos de Emoções;
- Gerir com Mais Facilidade os Processos de Mudança;
- Desenvolver Diferentes Competências, enquadradas nas Dimensões da Inteligência Emocional.

Destinatários

Este Curso destina-se a todos os profissionais em funções de Chefia e enquadramento que queiram liderar as suas equipas tendo por base os princípios da Inteligência Emocional, nomeadamente, Quadros Dirigentes e Responsáveis pela Coordenação de Equipas e Grupos de Trabalho, Gestores, Consultores, etc.

Pré-requisitos

Os pré-requisitos necessários para frequentar este curso são:

- Ter acesso a um computador ou um tablet com ligação à Internet e um browser (programa para navegar na web), como o Chrome, Safari, Firefox ou Internet Explorer.
- Pode aceder ao curso a partir de qualquer computador (por exemplo, em casa e no escritório), tablet ou smartphone.

Carga Horária

07 Horas

Conteúdo Programático

Módulo 0 – Apresentação de Plataforma e Método de Utilização

Módulo I – Liderança

- Conceito de Liderança.
- Competências Necessárias a uma Liderança Eficaz.

Módulo II - Emoção e Gestão de Emoções

- Conceitos de: Emoção, Razão e Gestão de Emoções;
- Quociente Intelectual (QI) e Quociente Emocional (QE);
- Classificação das Emoções;
- Componentes das Emoções;
- As Competências Base da Inteligência Emocional para o Sucesso Pessoal e Profissional.

Módulo III - O Funcionamento Cerebral e o Domínio de Si Próprio

- Hemisférios Cerebrais: o seu funcionamento;
- A Utilização do Cérebro e a sua Influência na Gestão das Emoções;
- Perceção e valorização dos sentimentos essenciais.

Módulo IV - O Processo de Mudança das Pessoas e das Equipas

- Como Identificar e Regular os nossos “Desafios Emocionais”;
- Perceção das Crenças Limitantes e Potenciadoras;
- Identificação dos Bloqueios Impostos e a sua Desconstrução;
- O Comportamento Emocionalmente Inteligente.

Módulo V - Comunicar Através da Inteligência Emocional

- A Mais-Valia da Inteligência Emocional na Habilidade de Comunicar;
- Desenvolvimento de Competências de Escuta na Relação com os Outros;
- As Atitudes Comunicacionais como base para o Exercício de uma Liderança de Sucesso.

Metodologia

Este curso tem sempre presente o formador, que irá mesmo dar a formação presencial através da plataforma.

O Formando pode intervir juntamente com o formador ou com os restantes formandos tal como faz na sala de aula.

As apresentações e exercícios serão sempre disponibilizados pelo formador no final de cada sessão de formação.

No final do curso receberá um Certificado de Formação Profissional caso frequente pelo menos 90% das aulas, realize os trabalhos e os testes propostos, participe nas discussões online e tenha avaliação final positiva.

Esta formação é certificada e reconhecida.