

## **Cursos Corporativos**

### **Inteligência Emocional Para Profissionais**

Stephen Covey, no seu livro O 8º hábito, afirma com muita propriedade:

“Que em todas as tarefas a inteligência emocional é duas vezes mais importante que as habilidades puramente cognitivas”;

“Para alcançar o sucesso nos níveis mais altos, nas posições de liderança, a inteligência emocional é praticamente toda a vantagem. Respondem por 2/3 ou mais dos elementos de um alto desempenho”.

**A proposta do curso é desenvolver a inteligência emocional, como competência para potencializar resultados, aperfeiçoar relacionamentos e processos, com qualidade e equilíbrio.**

#### **Inteligência Emocional**

**- Competência vital para manter o foco, otimizar resultados e relacionamentos, com equilíbrio**

#### **Objetivos**

Conscientizar os profissionais sobre a importância das emoções no mundo corporativo, como competência decisiva para tomar decisões qualitativas, otimizar resultados, manter o equilíbrio e o foco, sem prejuízo da qualidade pessoal e profissional.

Exercitar o contato com as emoções, permitindo que sejam expressas e aprendendo a adequá-las aos relacionamentos profissionais e pessoais, como diferencial competitivo.

Aprender a desenvolver inteligência emocional, aliada à resiliência, para otimizar a arte de trabalhar em equipe, solucionar conflitos interpessoais e lidar, de forma qualitativa, com perfis heterogêneos.

Usufruir dos benefícios da inteligência emocional, como caminho permanente de autoconhecimento e forma consciente de gerar resultados, adquirir mais saúde física, emocional e intelectual.

## **Módulo 1**

O Conceito da Inteligência Emocional, com base nos estudos e documentários de Daniel Goleman e outros experts da atualidade

A presença irreversível das emoções no mundo corporativo, como parte das competências vitais dos profissionais de sucesso.

Como a Inteligência Emocional pode otimizar a performance profissional e a entrega de resultados

A diferença entre QI e QE – Como participam no cenário empresarial, do processo de seleção à promoção, fazendo a “diferença” na empregabilidade e na evolução profissional.

A possibilidade de desenvolver o QE em qualquer idade.

O QE como elemento vital na qualidade do desempenho, na administração de situações de pressão, na otimização dos resultados e relacionamentos.

## **Módulo 2**

As emoções nutrem ou envenenam os ambientes – Como o profissional pode interagir, com qualidade e equilíbrio, expressando as emoções nutritivas no cenário empresarial

Identificando as emoções no cotidiano e aprendendo a administrá-las, com foco na qualidade das decisões

As emoções e sua contribuição para encontrar a convergência na divergência

Os prejuízos nos resultados, na imagem profissional e institucional dos profissionais que “ignoram” as emoções como competência profissional

Como incorporar essa competência e ajudar a disseminá-la nos relacionamentos com gestores, pares, clientes internos e externos

## **Módulo 3**

As emoções, a saúde integral (corpo, mente e alma) e a interface com a vida profissional e pessoal

Os cinco passos para adquirir Inteligência Emocional

A inteligência emocional e a Resiliência – Competências que potencializam a alta performance na vida e trabalho

Rituais práticos de qualidade diária, para incentivar o uso saudável das emoções

A inteligência Emocional como parte essencial das novas competências, para conciliar sucesso e felicidade, qualidade de vida pessoal e profissional.

**Carta Horária:** 8 h

**Metodologia:**

Exposição dialogada, com suporte visual

Sensibilização musical

Dinâmicas de grupo

Discussão de cases