

workshop:

Inteligência Emocional e Empoderamento das Equipas

Calendarização

28 de Novembro
de 2019,
USALBI, Castelo
Branco

Horário: 10:00h -
17:30h

As estratégias de *comunicação e resolução de problemas* com base na *inteligência emocional* aplicadas às equipas de trabalho, são hoje ferramentas importantes para o exercício de funções de chefia, coordenação e cooperação em equipas de trabalho.

Dinamizadora:

Isabel Oliveira

Mediadora de Conflitos –
Civil e Comercial, Familiar e
Escolar Conflict Coaching /
PNL / Formação

Conteúdos

1. Trabalhar a autoconsciência emocional e o autocontrolo;
2. Comunicar com inteligência emocional:
 - a. A linguagem das emoções / crenças e convicções à volta das emoções;
 - b. A escuta ativa: presença, autenticidade, congruência – a descodificação das emoções pela observação do discurso, do corpo e da face;
 - c. Empatia e comunicação - como estabelecer *rapport*;
 - d. Narrativa, conflito e inteligência emocional – como criar histórias positivas.

Objetivos

- Ajudar os participantes a reconhecerem e a utilizarem as suas competências emocionais;
- Ajudar os participantes a comunicarem de forma eficiente com os seus colegas de equipa;
- Ajudar os participantes a utilizarem as suas competências emocionais para se auto motivarem e motivarem a sua equipa.

DESTINATÁRIOS: Profissionais de CPCJ e outros profissionais na área da Infância e Juventude.