Grupo RTA

RTA Consultoria

RTA Academy

KNOWLEDGE, EXPERIENCE, SKILLS ... TO INSPIRE & SHARE!

www.rta-consultoria.pt

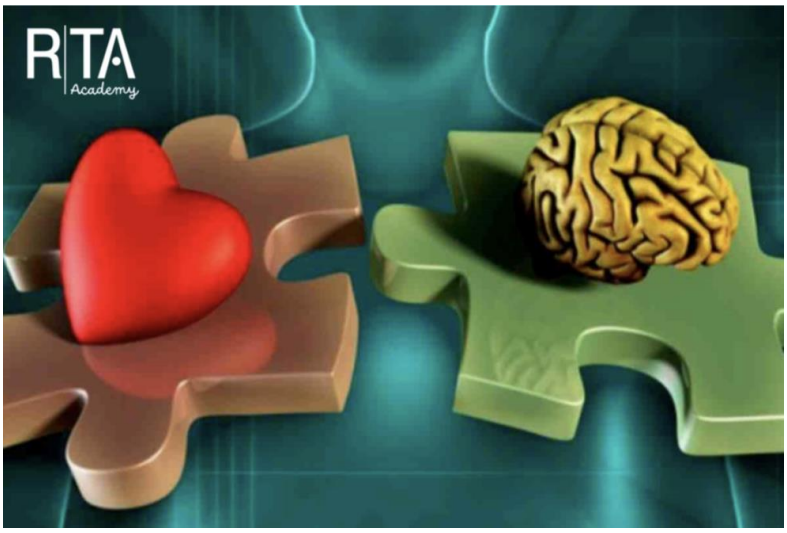
POTENCIAL HUMANO | CERTIFICAÇÃO, QUALIFICAÇÃO, SKILLS, VALOR

Entidade Formadora Certificada dgert

ACT AUTORIDADE PARA AS CONDIÇÕES DO TRABALHO

Ficha de Caracterização do Curso:

GESTÃO EMOCIONAL, ATITUDES E SATISFAÇÃO



ÁREA DE EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

090 – Desenvolvimento pessoal

DURAÇÃO E REGIME

30 horas em regime E-learning
(3h de sessões síncronas/online e 27h de sessões assíncronas/autoestudo)

OBJETIVOS GERAIS

Pretende-se que, no final do curso de formação avançada, os formandos tenham adquirido a capacidade de reconhecer, compreender, expressar e regular as próprias emoções e as dos outros de maneira saudável e produtiva, resultando em maior bem-estar, melhores relações interpessoais, maior capacidade de tomar decisões inteligentes e lidar com o stress. Não se trata de reprimir sentimentos negativos, mas sim de desenvolver estratégias para geri-los, o que permite respostas mais equilibradas e eficazes em diversas situações. Recorrerá a princípios da Inteligência Emocional (IE) e da Programação Neurolinguística (PNL), aplicando-os no desenvolvimento pessoal, na liderança e na melhoria do desempenho organizacional.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

No final da formação, os participantes deverão ser capazes de:

- Conhecer os conceitos de Inteligência Emocional e Programação Neurolinguística;
- Identificar competências e comportamentos emocionais relevantes no contexto profissional;
- Compreender o impacto das emoções nas atitudes e na tomada de decisão;
- Aplicar IE e PNL como ferramentas de influência, motivação e gestão da mudança;
- Desenvolver competências de liderança, criatividade e inovação através da IE e da PNL;
- Utilizar metodologias práticas em contextos de coordenação e estruturação de equipas.

Água & Águas Residuais | Ambiente | Energia | Qualidade | Responsabilidade Social | Segurança Alimentar | Segurança e Saúde no Trabalho | Soft Skills & Comportamental | Sustentabilidade & ESG

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Módulo 1: Fundamentos de Inteligência Emocional e PNL

- Conceito de Inteligência Emocional (IE)
- Conceito de Programação Neurolinguística (PNL)
- A importância e aplicações da IE e da PNL

Módulo 2: Emoções e Comportamentos

- Competências e comportamentos emocionais
- O impacto das emoções nas atitudes
- A IE e a PNL na capacidade de influenciar pessoas e decisões

Módulo 3: IE, PNL E LIDERANÇA

- IE e PNL como fatores de desempenho e de obtenção de resultados em liderança
- A influência da IE e da PNL na tomada de decisões
- Criatividade, inovação e motivação
- Gestão da mudança

Módulo 4: Equipas e Aplicações Práticas

- Estruturação, liderança e coordenação de equipas
- Dicas úteis e casos práticos

Módulo 5: Análise de Casos

PÚBLICO-ALVO

Profissionais de todas as áreas que pretendam desenvolver competências emocionais e de comunicação, líderes, gestores e técnicos interessados em aplicar IE e PNL para melhorar o desempenho individual, o trabalho em equipa e os resultados organizacionais.

ORGANIZAÇÃO DA FORMAÇÃO

Formação em regime e-Learning, com componente assíncrona (autoestudo) e síncrona (online/virtual, sessões calendarizadas em tempo real):

- *Sessões assíncronas* - Refere-se à interação dos e-formandos com os materiais disponibilizados, com o objetivo de estimular o autoestudo e a autoaprendizagem. Esta componente inclui também o esclarecimento de dúvidas junto do formador (através de fóruns), a partilha e discussão de ideias, bem como a realização de atividades que favorecem o desenvolvimento de competências.
  O e-formando dispõe de um período definido para frequentar o curso, durante o qual tem acesso à plataforma 24 horas por dia.
- *Sessões síncronas* - Realizam-se em tempo real, em datas previamente agendadas e incentivam a interação direta entre formador e e-formando, possibilitando a comunicação imediata por meio de chat, videoconferência ou audioconferência.

Cada módulo inclui os seguintes elementos:

- Sessões de estudo, constituídas por slides acompanhados de questões de resposta fechada;
- Manual e/ou materiais complementares de apoio ao estudo;
- Fórum de apoio, onde o e-formando pode colocar dúvidas e receber orientação do formador;
- Atividades, que poderão assumir a forma de questões, exercícios, trabalhos ou testes, destinadas a consolidar os conhecimentos adquiridos e a aplicabilidade.

KNOWLEDGE, EXPERIENCE, SKILLS
... TO INSPIRE & SHARE!

www.rta-consultoria.pt

Água & Águas Residuais | Ambiente | Energia | Qualidade | Responsabilidade Social | Segurança Alimentar | Segurança e Saúde no Trabalho | Soft Skills & Comportamental | Sustentabilidade & ESG

METODOLOGIAS DE FORMAÇÃO

A metodologia adotada privilegia a participação ativa dos formandos, recorrendo a atividades práticas, à análise de casos reais e à partilha de experiências entre os participantes e o formador. Para tal, são utilizados diferentes métodos, nomeadamente: expositivo, interrogativo, demonstrativo e participativo/ativo.

METODOLOGIAS DE AVALIAÇÃO DAS APRENDIZAGENS

O curso inclui uma avaliação final, sendo que a classificação obtida nas atividades determina a nota global do curso:

- *Avaliação Contínua:* Corresponde à realização/participação nas sessões de estudo e fóruns dos diferentes módulos | Ponderação na avaliação final do módulo – 40%
- *Avaliação Final:* Corresponde à realização de trabalhos ou testes | Ponderação na avaliação final do módulo – 60%.

RECURSOS PEDAGÓGICOS/ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS

Para realizar o curso, os e-formandos devem ter acesso a um computador com ligação à internet, equipado com um navegador atualizado, garantindo assim a plena utilização de todos os recursos digitais disponibilizados, como slides, manuais e materiais complementares.

INVESTIMENTO

280,00 € (+ IVA)

Aguardamos por si!

Solicite-nos um orçamento personalizado em função do número de interessados para formação à medida.

"Saber-saber | Saber-fazer | Saber-ser

Grupo RTA
RTA Consultoria
RTA Academy
KNOWLEDGE, EXPERIENCE, SKILLS
... TO INSPIRE & SHARE!
www.rta-consultoria.pt
Água & Águas Residuais | Ambiente | Energia | Qualidade | Responsabilidade Social | Segurança Alimentar | Segurança e Saúde no Trabalho | Soft Skills & Comportamental | Sustentabilidade & ESG