

INFORMAÇÃO DO CURSO



<h1>Inteligência Emocional</h1>		Código: MAV-IE	Nº horas: 12h
Organização Formação: Presencial/ Online		Contacto: geral@knowhow.pt	
Público-Alvo			
A todos os que desejam melhorar a sua relação com os outros e com os acontecimentos em geral, na esfera pessoal e profissional.			
Objetivos			
Dotar os participantes de consciência do impacto emocional na qualidade das relações e cooperação entre equipa.			
Conteúdos Programáticos			
Autoavaliação da competência emocional; O que é a Inteligência Emocional, o que são emoções e sentimentos. Identificar emoções em si; Compreender causa/consequência das emoções no pensamento e no comportamento. Comunicar com inteligência emocional; Gestão emocional – técnicas e ferramentas.			
Recursos Pedagógicos			
<ul style="list-style-type: none"> - Formador/a com experiência técnica/profissional; - Documentação de apoio pedagógico; - Método ativo incluindo exposição, trabalhos em grupo, apresentações individuais e outras dinâmicas. 			
Informação adicional			
<ul style="list-style-type: none"> - Formação certificada DGERT - Cumprimento da Lei do Trabalho - Intraempresa/Interempresa (sujeito a nº mínimo para arranque de 12 formandos/as) 			