

PALESTRA “INTELIGÊNCIA EMOCIONAL”

OBJETIVO

- _ LEVAR AS PESSOAS A REFLEXÕES DAS ATITUDES FRENTE AOS SEUS COMPORTAMENTOS
- _ CONTRIBUIR NA BUSCA DE EQUILÍBRIO E COMPETÊNCIAS PARA FAZER A GESTÃO DE SUAS EMOÇÕES
- _ CONSCIENTIZÁ-LAS PARA BUSCAREM O AUTOCONHECIMENTO, POIS SÓ ASSIM IRÃO SE DESENVOLVER COMO PESSOA E PROFISSIONAL.

PARA QUEM SE DESTINA?

- _ PARA PESSOAS QUE QUEIRAM ELEVAR SEUS NÍVEIS DE CONSCIÊNCIA QUANTO A GESTÃO DE SUAS EMOÇÕES, CONSEQUENTEMENTE COMPORTAMENTOS E ATITUDES.

VOCÊ SAIRÁ DESTA PALESTRA:

- _ MUDANÇA DE MINDSET
- _ COM SEU NÍVEL DE CONSCIÊNCIA MAIS ELEVADO QUANTO A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E AUTOCONHECIMENTO
- _ SABENDO IDENTIFICAR EMOÇÕES E SENTIMENTOS
- _ DESCOBRINDO AS HABILIDADES NECESSÁRIAS PARA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

CONTEÚDO

1. O QUE É INTELIGÊNCIA EMOCIONAL
2. OS 3 GRUPOS DE PESSOAS
3. AS 5 HABILIDADES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL
 - AUTOCONHECIMENTO E AUTOCONSCIÊNCIA
 - CONTROLAR OS PROCESSOS EMOCIONAIS
 - AUTOMOTIVAÇÃO
 - CONHECER AS EMOÇÕES DE TERCEIROS
 - GERIR EMOÇÕES DE GRUPOSCOMO DESENVOLVER A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL
4. IMPACTO DA BAIXA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

AGENDA

2 HORAS