instituto unicenter



Liderar com Inteligência Emocional

Liderar com Inteligência Emocional (444,00€)

Objetivo Geral

Este curso tem como objectivo dotar os participantes dos conhecimentos, técnicas e competências que lhes permitam gerir as suas próprias emoções e as dos outros, utilizandoas como uma ferramenta de gestão para potenciar a eficácia organizacional.

Objetivos Específicos

• Identificar os pilares da Inteligência Emocional aplicados à liderança.
• Desenvolver competências de auto-conhecimento e auto-controlo emocional.
• Utilizar a empatia para melhorar a comunicação e o clima da equipa.
• Gerir conflitos e situações de stress com equilíbrio e assertividade.
• Aplicar técnicas de regulação emocional para influenciar os resultados.

Destinatários

Este curso destina-se a profissionais que têm um papel central na liderança e no desenvolvimento de pessoas. Em particular:
• Gestores de Recursos Humanos: que lideram equipas e necessitam de assegurar o bem-estar e talento.
• Diretores e Chefias de Equipas: responsáveis pela motivação e integração de membros nas suas áreas.
• Profissionais em Transição de Carreira: que desejam adquirir competências humanas para novas funções.

Perfil do formador

Os nossos Formadores trabalham em grandes empresas Nacionais e Internacionais, o que lhes permite partilhar a sua experiência real com os Clientes.
• Licenciados, pós-graduados ou mestrados na área da formação que ministram.
• Experiência profissional relevante no setor da gestão comportamental.
• Ampla experiência pedagógica e de formação técnica.

Programa (carga horária: 12h)

Módulo 1

Fundamentos da inteligência emocional (IE)

- O quociente emocional vs. quociente intelectual na gestão.
- Análise de competências emocionais básicas.

Módulo 2

Auto-conhecimento e auto-controlo

- Identificação de gatilhos emocionais no contexto de liderança.
- Técnicas de regulação e comportamento a apresentar.

Módulo 3

Empatia e comunicação interpessoal

- Acolhimento e escuta activa dos colaboradores.
- Clarificar dados biográficos e emocionais na interacção.

Módulo 4

Gestão de conflitos e stress

- Técnicas de resolução de problemas e tipos de questões.
- Análise de aspectos positivos e negativos em situações críticas.

Módulo 5

A IE como instrumento de gestão

- Identificar potencialidades e orientar colaboradores.
- Corrigir resultados através do feedback construtivo.

Módulo 6

Boas práticas e erros a evitar

- Análise comportamental e posturas do líder.

Módulo 7

Simulações práticas

- Role-playing de gestão de situações críticas e emocionais.

instituto unicenter

Lisboa
R. Duque de Palmela 25 1º andar
1250-097 Lisboa

Telefone: (+351) 21 134 6028

Porto
R. de Nossa Sra. de Fátima 432
4050-426 Porto

Telefone: (+351) 22 608 3500