

WORKSHOP



n2

GESTÃO DAS EMOÇÕES E TOMADA DE DECISÃO

Objetivo:

Aprender a tomar decisões mais eficazes tirando partido das emoções. Este curso trabalha ferramentas para desenvolver a inteligência emocional e a tomada de decisões de forma mais rápida e eficaz.

Descrição

O curso explora o papel que as emoções desempenham no processo de tomada de boas decisões e o modo como isso se relaciona com a Inteligência Emocional. Na formação, utilizaremos o modelo da Hipótese dos Marcadores Somáticos de António Damásio, com vista a entendermos o impacto e função das emoções na Tomada de Decisão. A Inteligência Emocional é uma importante componente na forma como gerimos o nosso mundo e nas relações que estabelecemos. Iremos trabalhar ferramentas para a promoção da Regulação Emocional.

Destinatários

Psicólogos, Assistentes Sociais, Professores, Estudantes, Educadores, Técnicos de Intervenção Psicossocial ou outros profissionais que trabalhem com crianças, jovens ou adultos.

Neste workshop irá aprender a:

- Reconhecer a importância das Emoções e quais as suas funções
- Identificar o que é a Inteligência Emocional, o impacto da mesma e como a podemos promover
- Aplicar estratégias de Regulação Emocional
- Tirar proveito das Emoções e do seu papel no processo de Tomada de Decisão

INFORMAÇÕES

Data: 12 Novembro 2019
Horário: 10h00-13h00; 14h00-17h00
Valor: 35€ (associados com quotas em dia 25€)
Local: Associação Pressley Ridge

FORMADOR

Paulo Gomes, Psicólogo

INSCRIÇÕES

21 493 42 68 | academiapr@pressleyridge.pt

CONTACTE-NOS

academiapr@pressleyridge.pt
www.pressleyridge.pt
+351 21 493 42 68
Av.ª Fernando Lopes Graça 7B,
Casal da Mira | 2650-439 Amadora