

**Subárea de Formação**

Liderança e Gestão Emocional

**Mercado**

Global

Conteúdo Programático

# Inteligência e Gestão Emocional

**Pré-requisitos**

n/a

**Destinatários**

Gestores, Consultores, Profissionais das áreas de vendas, marketing e comunicação.

**Enquadramento e Objetivos**

Esta formação tem como objetivo incentivar a práticas de comunicação mais assertivas, que gerem menos ruído e que sejam mais eficazes e claras. Pretende-se também dotar os formandos de competências para dar melhor resposta a situações de maior *stress* e maior exigência emocional.

Mais empatia, mais influência, mais produtividade e melhores relacionamentos em contexto organizacional.

**Principais objetivos:**

- Dar a conhecer a importância da inteligência emocional em contexto empresarial
- Incentivar à prática de um estilo de comunicação mais claro e assertivo
- Comunicar melhor em situações de stress ou em situações de maior exigência emocional
- Dar a conhecer processos e práticas para uma melhor comunicação
- Escutar melhor, para comunicar melhor
- Dar a conhecer a base para a empatia e como colocá-la em prática

**Portugal**T (+351) 253 309 241  
academy@primaverabss.com**Angola**T (+244) 936 699 391 / 222 440 450  
academy\_ao@primaverabss.com**Moçambique**T (+258) 843 098 183 / 21 303 388  
academy\_mz@primaverabss.com**Cabo Verde**T (+238) 975 19 31 / 356 37 73  
academy@primaverabss.com

## Conteúdo do curso [7h]

---

Comunicação em contexto empresarial

A organização, as emoções e a comunicação

A inteligência emocional como base para um melhor ambiente empresarial

Inteligência emocional, empatia, comunicação e influência

Comunicação e Diagnóstico pessoal: a aquisição de consciência

Métodos, processos e práticas de uma comunicação mais assertiva

Observação vs. Julgamentos

A empatia e os relacionamentos empresariais

A Liderança, a Comunicação e Inteligência Emocional

A Comunicação e Gestão de equipas

---

## Esclarecimento de dúvidas [20min]

---

## Fecho Curso [10min]

### Portugal

T (+351) 253 309 241  
academy@primaverabss.com

### Angola

T (+244) 936 699 391 / 222 440 450  
academy\_ao@primaverabss.com

### Moçambique

T (+258) 843 098 183 / 21 303 388  
academy\_mz@primaverabss.com

### Cabo Verde

T (+238) 975 19 31 / 356 37 73  
academy@primaverabss.com