



Associação Portuguesa de Hotelaria Restauração e Turismo

INFOALERTA 52.22

Data	24 de outubro de 2022
Assunto:	Formação Online – Inteligência Emocional: habilidades essenciais para o sucesso

Cara(o) Associado,

A próxima formação a decorrer na Academia APHORT Online é a de «**Inteligência Emocional: habilidades essenciais para o sucesso!**»

Inteligência Emocional: habilidades essenciais para o sucesso! – online

Duração total: 15h

Datas: terças e quintas-feiras, dias 8*, 10, 15, 17, 22 e 24 de novembro;

Horário: das 15h30 às 18h00

Valor total: 85 euros por participante

Público-alvo: gestores de topo; líderes de equipa;

ENQUADRAMENTO:

Há muito que é consensual a importância da inteligência emocional como fator fundamental para o sucesso profissional, em funções de liderança num contexto de equipa, mas também para profissionais que trabalham sozinhos.

Pessoas emocionalmente inteligentes comunicam melhor, têm mais sensibilidade e empatia, relacionam-se melhor consigo e com os outros, e por isso, tornam-se pessoas mais bem-sucedidas.

Todos os conteúdos estão adaptados para dar resposta ao formato “online”.

OBJETIVOS GERAIS:

Esta é uma experiência intensa, transformadora, onde serão criadas as condições para que os participantes possam desenvolver algumas competências de Inteligência Emocional, essenciais para o sucesso, respondendo construtivamente a situações desconfortáveis, influenciando-se uns aos outros de forma positiva, atingindo melhores resultados, num ambiente confortável e harmonioso.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar os princípios fundamentais da Inteligência Emocional;
- Conhecer ferramentas de vários modelos de referência, nomeadamente, Daniel Goleman;
- Identificar os estados internos, recursos e intuições;
- Gerir emoções para deixar de ter atitudes impulsivas;



Associação Portuguesa de Hotelaria Restauração e Turismo

INFOALERTA 52.22

- Alinhar valores, interesses e a resiliência para superar obstáculos;
- Aumentar os níveis de produtividade e diminuir a procrastinação;
- Desenvolver empatia, para uma melhor comunicação;
- Criar relações de confiança; gerir conflitos;
- Melhorar a capacidade em se adaptar, trabalhar e colaborar com diferentes profissionais, principalmente em posições de liderança.

Inscrições e outros temas: <https://aphort.com/formacoes/>

Após preenchimento do formulário de inscrição disponível no site, deverá efetuar o pagamento e aguardar uma confirmação final e envio dos respetivos links de acesso.

Se seleccionar a opção “pagamento por Referência MB” a mesma ser-lhe-á enviada logo que possível para o email que indicar no formulário. O pagamento é fundamental para garantir o seu lugar.

*a data de início indicada poderá vir a ser adiada de forma a garantirmos a construção da turma. Manteremos, no entanto, os dias da semana e horários previstos. A data efetiva de início será confirmada diretamente aos inscritos.

Com os meus melhores cumprimentos

Rodrigo Pinto Barros

Presidente