

# Conteúdo Programático

- A Liderança e a Inteligência Emocional – como elas se relacionam
- Entendendo a inteligência emocional na prática
- Os pilares da inteligência emocional
- O autoconhecimento como primeiro passo para a inteligência emocional
- Identificando aptidões, potencialidades e fraquezas
- Consciência dos sentimentos, ações e reações
- Inteligência emocional e liderança
- Assertividade: o equilíbrio na relação com o outro
- A empatia transformando nossos relacionamentos
- Gerenciamento de sentimentos e emoções através da inteligência emocional
- Aplicação da inteligência emocional para o sucesso pessoal e profissional
- Quem eu sou agora – Quem eu desejo ser – Como faço para ir daqui até lá
- Transtorno de déficit de empatia
- Temperamento, Personalidade e Caráter – um mergulho na nossa formação
- Quais as influências do temperamento no comportamento?
- Quais são os fatores de combinação entre os tipos de temperamentos?
- Os temperamentos no dia a dia

