

# COMUNICAÇÃO INTERPESSOAL, ASSERTIVIDADE, INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

14 e 28 de março 2023 | 19h30 – 21h30 | 4 horas

Formação online

ANA MADUREIRA

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS

Mais informações e inscrições em:

[www.kairosport.pt](http://www.kairosport.pt)

Iniciativa realizada com o apoio de:

## APRESENTAÇÃO

A inteligência emocional é, cada vez mais, uma competência pessoal muito valorizada a nível profissional. A forma como conseguimos lidar com as nossas emoções (e com as dos outros) permite que desempenhemos melhor as funções que nos são atribuídas.

Para além disso, também o modo como comunicamos com os que nos rodeiam e a assertividade com que pautamos o nosso discurso exercem um papel fundamental na nossa vida pessoal e profissional.

Assume, assim, particular importância dotar todas as pessoas, em particular treinadores desportivos e técnicos de exercício físico, dos conhecimentos e competências necessários para que possam melhorar a comunicação interpessoal, aumentar a assertividade e desenvolver a inteligência emocional e, através desse processo, possam atingir os objetivos que traçam, quer de um ponto de vista pessoal como profissional.

Esta formação torna-se, assim, de grande relevância para treinadores desportivos e técnicos de exercício físico, para que contribuam para o desenvolvimento de relações pessoais e profissionais mais ricas e saudáveis, promovendo a obtenção de melhores resultados desportivos pelas suas equipas ou atletas.

## ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime *e-learning*, através da plataforma Zoom. **Os participantes terão de ter a câmara ligada durante todas as sessões**, estando garantidas todas as condições técnicas para a realização da formação através da utilização de uma licença profissional.

Data	Temática
15 março 2023 19h30 – 21h30	Comunicação interpessoal Estilos de comportamento A assertividade: vantagens, atitudes e comportamentos Segredos para o sucesso
28 março 2023 19h30 – 21h30	Inteligência Emocional: - Funcionamento - Desenvolvimento das competências emocionais - Relação com a habilidade de comunicar Estudos de caso/aplicações práticas

## DESTINATÁRIOS

- Treinadores e Atletas das várias modalidades;
- Técnicos de Exercício Físico;
- Diretores Técnicos;
- Todos os interessados na temática.

**FORMADOR****Ana Madureira**

- Consultora e Formadora
- Criadora da empresa e marca nacional Dona Imagem.
- Mestrado em Ciências da Comunicação (Comunicação Estratégica) pela FCSH da Universidade Nova de Lisboa
- Licenciatura em Ciências da Comunicação (Comunicação Institucional) pela FCSH da Universidade Nova de Lisboa
- Com a Dona Imagem, tem desenvolvido a sua experiência em Comunicação e Consultoria em diversas áreas (Autárquica, Política, Pessoal, formação e treino de competências pessoais em comunicação (nomeadamente, falar em público), Educação, Indústria, Comércio, Restauração, Psicologia/Psicanálise, Ourivesarias, Bombeiros/Socorro, Solicitadoria, Desporto, Produtos Locais, entre outras).
- Formadora certificada, com mais de 3000 horas ministradas.
- Consultora de Imagem Pessoal e Organizacional.
- Gestora de conteúdos
- Apaixonada por pessoas e pelo desenvolvimento pessoal
- Outras paixões: praticar ballet, brincar com o filho Xavier, sorrir, animais, ler, escrever, fotografar, fazer vídeos, conversar horas a fio...

**LOCAL E HORÁRIO**

Realizada em *e-learning*

15 e 28 de março de 2023 – 19h30 – 21h30 (4 horas)

**VALOR DA INSCRIÇÃO**

Valor único	30€
-------------	-----

**CONTACTOS**

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

[geral@kairosport.pt](mailto:geral@kairosport.pt)

APOIOS E PARCERIAS



Esta formação é organizada pela BizPoint, Lda – Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

