

PROGRAMA INTERNACIONAL

DESBLOQUEIOS ENERGÉTICOS E EMOCIONAIS

POR :::: EVA M^a CLEMENTE SÁNCHEZ ::::

*A OMS, Organização Mundial da Saúde, propõe 10 competências para a vida, em que 6 delas são **habilidades emocionais**.*

Empreenda o caminho para o conhecimento e gestão das suas emoções.

Quer saber o que bloqueia a energia da sua vida?

PORTUGAL - LISBOA
14, 15 & 16 JUNHO 2019

Estudos recentes dizem que, **aumentando os nossos níveis de Inteligência Emocional**, aumentam os nossos níveis de **satisfação com a própria vida** e, em consequência, a nossa autovalorização.

Na nossa infância e juventude, não tivemos um desenvolvimento ótimo que nos tenha permitido desenvolver as nossas capacidades emocionais; a boa notícia é que a **Inteligência Emocional desenvolve-se durante toda a vida**.

Segundo a **Neurociência**:

+ **A razão não serve para nada sem as emoções.**

+ **O cérebro é um órgão muito sofisticado e muito difícil de compreender, mas enormemente plástico.**

As competências para a vida e para o bem-estar são as capacidades para adotar **comportamentos apropriados e responsáveis para enfrentar satisfatoriamente os desafios diários da vida**, sejam pessoais, profissionais, familiares, sociais, do tempo livre, etc.

As competências emocionais permitem organizar a nossa vida de uma forma sã e equilibrada, facilitando-nos experiências de satisfação ou bem-estar.

Quem conhece e sabe gerir as suas emoções, está mais preparado para ter melhores resultados no mundo profissional e pessoal.

Quem conhece bem como gerir e focalizar a sua energia, tem maiores garantias de ter êxito na sua vida.

As emoções são a essência e o núcleo sobre os quais se constroem as relações e se tomam as decisões.

Focalizando a nossa energia, sabemos onde estamos e para onde caminhamos.

**“NÃO SOMOS RESPONSÁVEIS PELO QUE SENTIMOS,
MAS SIM, SOMOS RESPONSÁVEIS PELO QUE FAZEMOS
E PELO QUE NÃO FAZEMOS COM O QUE SENTIMOS”**

- Eva M^a Clemente Sánchez -

METODOLOGIA

Trabalharemos de maneira teórica e prática em cada sessão, com casos reais dos participantes.

ENFOQUE

- > Atitude **CONSTRUTIVA**
- > Auto-**CON**-fiança
- > Auto-**VALOR**-ação
- > Ecologia **EMOCIONAL e ENERGÉTICA**
- > Maior satisfação **NA SUA VIDA**

APRENDERÁ A

- + Construir o seu Mapa Emocional
- + Gerir as suas emoções desagradáveis
- + Potenciar emoções agradáveis
- + Automotivar-se / Auto-Motiva-Ação
- + Comunicar e resolver conflitos de maneira emocionalmente inteligente
- + Desbloquear emoções e energias que retêm
- + Reconhecer a sua energia e a energia dos outros
- + Ferramentas de utilização prática

DATAS

14, 15, 16 JUNHO 2019

Sexta-feira,	14 Junho	18:00 - 21:30
Sábado,	15 Junho	09:30 - 20:00
Domingo,	16 Junho	09:30 - 13:30

INVESTIMENTO

Até 30 de Abril **255 € / 210 €*
A partir de 1 de Maio **300 € / 255 €*
*Antigos alunos****

DIRIGIDO A

Pessoas que querem enfrentar mais satisfatoriamente os desafios da vida e aprender a desbloquear-se energética e emocionalmente.

Profissionais que querem incorporar ferramentas de desbloqueios energéticos e emocionais no seu trabalho.

CONTEÚDOS

- + Mapa Emocional
- + Técnicas que regulam a intensidade emocional
- + Motores geradores de energia
- + Tipos de energias e consequências
- + Desbloqueios
- + Puzzle Emocional
- + Comunicação Emocionalmente Inteligente
- + Ciclo emocional e resultados no seu dia a dia

LOCAL

Lisboa
Portugal

CERTIFICADO

Certificado de Participação acreditado por Espacio de Crecimiento Sistémico, António Miguel Freitas e Talent Manager.

FORMADORA



Eva Mª Clemente Sánchez

Fundadora do **Espacio de Crecimiento Sistémico**.
Facilitadora de processos de transformação em organizações,
equipes e pessoas.

Experiência profissional de 20 anos e mais de 10 anos na
Direção e Gestão de RH.

Professora de Mestrado em RH na **Universidade do País Basco** e
ESDEN Business School, em Certificações Internacionais de Systemic
Management, Liderança Pessoal e Emocional, Programas de Inteligência
Emocional e Formação em Desbloqueios Energéticos e Emocionais, em
Espanha, Brasil, Portugal e México.

Colaboradora no “Programa Idade e Talento” na **Câmara de Comércio
de Bilbao e Serviço Basco de Empleo** (LANBIDE).

Master Practitioner em PNL Integrativa. Master em Gestão e
Desenvolvimento de Pessoas, Master em Riscos Psicossociais.
Certificada em Coaching Sistémico e Constelações Organizacionais,
Inteligência Emocional, Hipnose Ericksoniana e Constelações Familiares.

CONTACTO

António Miguel Freitas

+351 965 011 900

amfreitas02@gmail.com

www.talentmanager.pt