

FORMAÇÃO EM COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS **SER EMOCIONALMENTE MAIS INTELIGENTE**

Esta formação teórico-prática, fundamentada numa revisão conceptual e empírica, tem como objetivo central promover a reflexão sobre as relações positivas entre a Inteligência Emocional e a Saúde/Bem-Estar, assim como o papel da Inteligência Emocional no campo educativo – no que refere aos resultados consolidados no desempenho académico e na superação dos desafios colocados pelo contexto de ensino superior. As atividades práticas apresentam técnicas para desenvolver as competências emocionais dos participantes. Ser emocionalmente mais inteligente...é ser capaz de pensar sobre o que sentimos, e usar de forma adaptativa e propositada a informação do processo emocional.

Módulos Programáticos	M1: Neurobiologia e Psicofisiologia das Emoções M2: Capacidades da Inteligência Emocional (Identificar; Usar; Compreender e Gerir) M3: Saúde, Desempenho Académico e Inteligência Emocional
Datas	24/11/2016 (3h) 25/11/2016 (3h)
Duração	6 horas
Horário	14.30h – 17.30h
Local	P.PORTO - Serviços da Presidência
Formadores	Filipa Heitor  (Psicóloga - GIAP@P.PORTO)
Taxa de participação	Estudantes P.PORTO - 5€ Antigos Estudantes P.PORTO - 10€ Estudantes de outras Instituições de Ensino Superior - 25€ A prioridade das inscrições é estabelecida a estudantes P.PORTO
Inscrições	Formulário de inscrição disponível aqui Data limite de inscrições: 16/11/2016 A confirmação da inscrição e as informações relativas ao processo de pagamento são remetidas por email no dia 17/11/2016

Informações acerca das condições de funcionamento; inscrições e cancelamento; declaração de participação e outras disposições normativas, disponíveis [aqui](#) para consulta.