



ESTADO DO MARANHÃO
PROCURADORIA GERAL DE JUSTIÇA
ESCOLA SUPERIOR DO MINISTÉRIO PÚBLICO

| PLANO DE CURSO (X) Presencial () EAD | |
|---|---|
| 1. NOME DO CURSO/SEMINÁRIO/PALESTRA/FORMAÇÃO | 2. UNIDADE (Órgão solicitante) |
| <input type="checkbox"/> PODER E ALTA PERFORMANCE | |
| 3. JUSTIFICATIVA <p>Justifica-se a realização do Curso Poder e Alta Performance pela necessidade de trabalhar a inteligência emocional de membros e de servidores do Ministério Público do Estado do Maranhão, visando à melhora da qualidade de vida desses indivíduos e da performance pessoal e profissional, tendo em vista a Portaria-ESMP-122019 que instituiu o Programa de Preparação para Aposentadoria, no âmbito da Escola Superior do Ministério Público.</p> <p>Inspirado no best-seller de mesmo nome, do autor Paulo Vieira, o curso Poder e Alta Performance tem como objetivo aprimorar a inteligência emocional do leitor por meio de técnicas baseadas em neurociência e no Coaching Integral Sistêmico. O conteúdo permitirá ao aluno entender e gerenciar, de forma consistente, os seus comportamentos, pensamentos, sentimentos e atitudes. Reconhecer e trabalhar suas crenças limitantes, aprendendo a entender e a lidar melhor com as suas emoções. Em pouco tempo, o aluno será capaz de fazer mudanças positivas, ser mais produtivo e mais eficiente em todos os pilares de sua vida, aproveitando as oportunidades que surgirem, gerando resultados grandiosos, e mudando sua vida pessoal e profissional para melhor.</p> <p>Inteligência emocional é um conceito presente na psicologia e criado pelo psicólogo Daniel Goleman. Ter inteligência emocional é, resumidamente, se autoconhecer, entender melhor seus pontos fortes e fracos, saber lidar com suas emoções e se relacionar positivamente consigo mesmo e com os mais diversos tipos de pessoas.</p> <p>A inteligência emocional vem sendo considerada por estudiosos do comportamento humano e grandes empresas, mais importante do que a inteligência intelectual (QI), para alcançar a satisfação, em termos gerais, e o sucesso profissional. Pessoas com a inteligência emocional desenvolvida possuem a capacidade de controlar melhor seus impulsos, utilizar as emoções corretas para situações adequadas,</p> | <ul style="list-style-type: none">Ⓣ ESMPⓉ MPMAⓉ SECINSTⓉ CAOP PIPD |

praticar a gratidão, a empatia, ajudar e motivar as pessoas a seu redor.

A inteligência emocional, conforme Goleman, pode ser subdivida em cinco habilidades específicas: Autoconhecimento emocional; Controle emocional; Automotivação; Empatia; Desenvolvimento positivo de relacionamentos interpessoais (habilidades sociais).

Hoje, saber lidar com as emoções e os sentimentos, é considerado com um dos principais trunfos para o sucesso pessoal e profissional.

O Curso Poder e Alta Performance tem o objetivo de ajudar as pessoas a assumirem as rédeas de suas vidas, conhecer um pouco mais sobre si mesmas, através de conceitos, técnicas e ferramentas que identificarão o estado atual de suas vidas, seus valores e seus recursos, e como utilizá-los para alcançar um estado desejado.

Durante o curso, os alunos vão aprender a:

- Identificar o que está errado em sua vida, analisando seu estado atual.
- Sair da zona de conforto e ousar.
- Usar a comunicação (corporal e verbal) a seu favor.
- Aprimorar seus relacionamentos.
- Estabelecer e realizar objetivos grandiosos.
- Conquistar crenças fortalecedoras.
- Refazer laços e relacionamentos importantes.

4. Local do Evento:

Auditório PROMOCAP

5. Público Alvo:

☐ MEMBROS E SERVIDORES DO MPMA

| | | | |
|--------------------------------------|---|---|---|
| <p>6. DISCIPLINAS (TEMAS)</p> | <p>P</p> <p>☐ PODER E ALTA PERFORMANCE</p> | <p>7. PROFESSORES/ PALESTRANTE Emmanuella Souza de Barros Bello Peixoto. Promotora de Justiça com formação em Coaching Integral Sistêmico. Palestrante autorizada do Curso Poder e Alta Performance. Formação em Constelação Familiar e Coaching Financeiro.</p> | |
| <p>8. ANO: 2018</p> | <p>5. QUANTITATIVO DE MÓDULO/ TEMÁTICAS</p> <p style="text-align: center;">1</p> | <p>9. DURAÇÃO DO CURSO</p> <p>21 e 22.08.2019 14 h: 30 às</p> | <p>10. CARGA HORÁRIA TOTAL</p> <p>8 h</p> |

11. EMENTA (síntese, específica de cada disciplina/temática)

- ☐ Poder e Alta Performance. Inteligência Emocional. Conceitos, técnicas e ferramentas de Coaching Integral Sistêmico. A importância do conhecimento, das emoções inteligentes e da ação focada para alcançar o sucesso e a alta performance nos vários pilares da vida. A Pirâmide do valor humano. A importância de ser, de fazer e de ter. Identificação do estado atual dos pilares da vida. Fisiologia: a postura dos reis. A importância da comunicação não verbal para a felicidade e o sucesso. Palavras: poder de vida e de morte. A importância da comunicação verbal positiva e construtiva para a felicidade e o sucesso. Como estabelecer e realizar objetivos grandiosos. Estabelecimento de metas e plano de ação. Crenças fortalecedoras: a concretização do extraordinário. Utilizando recursos e emoções de forma positiva e construtiva.

12. OBJETIVOS**Geral:**

- ☐ **Iniciar o aprendizado sobre Inteligência Emocional de forma prática no âmbito do Ministério Público do Estado do Maranhão.**

Específico(s):

- ☐ **Disponibilizar conhecimentos e ferramentas que permitirão aos participantes gerenciar de forma consistente os seus comportamentos, pensamentos, sentimentos e atitudes.**
- ☐ **Transmitir informações sobre a importância de reconhecer e avaliar os seus próprios sentimentos, crenças e recursos, assim como os das outras pessoas, e a necessidade de gerar capacidade de lidar com essas informações e percepções.**

13. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS/ TEMÁTICAS

- ☐ **PODER E ALTA PERFORMANCE.** Conhecimento. Emoções inteligentes. Ação focada. Pirâmide do valor humano. Identifique seu estado atual. Fisiologia: a postura dos reis. Palavras: poder de vida e de morte. Como estabelecer e realizar objetivos grandiosos. Crenças fortalecedoras: a concretização do extraordinário.

14. METODOLOGIA DE ENSINO

- ☐ Aula expositiva com utilização de slides, apostila de exercícios e dinâmicas em sala de aula.

15. RECURSOS DIDÁTICOS

- ☐ Equipamentos multimídia – Data Show, aparelhagem de som, microfone individual e microfone para participação dos alunos.
- ☐ Apostila com o conteúdo disponibilizado pela palestrante e impressão providenciada pela Escola Superior do Ministério Público
- ☐ Crachás
- ☐ Caneta
- ☐ Folhas em branco