

TREINAMENTOS DA ÂNIMO DESENVOLVIMENTO HUMANO

1. Fomentando o Capital Psicológico Positivo no Trabalho e na Vida

Carga Horária: 16 horas, em quatro encontros de 4 horas

Conteúdos:

- ✚ Otimismo Realista
- ✚ Esperança Ativa
- ✚ Autoeficácia Pragmática
- ✚ Resiliência Sábia

Público: Carreira Técnica e Gerencial

Objetivo: Fomentar o desenvolvimento dos recursos pessoais, vinculados ao Capital Psicológico Positivo, num contexto do bem-estar ocupacional, com reflexos positivos no trabalho: engajamento, satisfação e desempenho.

Objetivos Específicos:

Ao final do treinamento, os participantes deverão estar aptos a:

- Compreender os elementos constituintes das dimensões do Capital Psicológico Positivo: Esperança, Autoeficácia, Resiliência e Otimismo;
- Identificar áreas carentes de ativação, expansão e um maior investimento pessoal para o Florescimento no trabalho (prosperidade, felicidade, engajamento e emoções positivas), descobertas em processos de autoconhecimento;
- Aplicar, no contexto do trabalho e vida pessoal, os elementos desenvolvedores do potencial humano - associados ao Capital Psicológico Positivo, inclusive “ferramentas”, técnicas e suas práticas catalisadoras.

Referência deste Treinamento já Ministrado: STF - Área de Pessoas (QVT)

2. Gestão das Emoções no Trabalho

Carga Horária: 20 horas, em cinco encontros de 4 horas

Conteúdos:

- ✚ Inteligência Emocional
- ✚ Inteligência Social
- ✚ Relacionamentos e Comunicações Positivas (Evitando a Insalubridade nas Relações Sócio-Profissionais)
- ✚ Modelo PERMA de Bem-Estar Subjetivo
- ✚ Emoções Positivas e Seus Sabotadores
- ✚ Combatendo as Crenças Limitantes e Desamparo Aprendido

Público: Carreira Técnica e Gerencial

Objetivo: Desenvolver competências para a melhor gestão das emoções e alocação de recursos pessoais com reflexos na melhoria da QVT, clima organizacional, produtividade e sentidos do trabalho.

Objetivos Específicos:

Ao final do treinamento, os participantes deverão estar aptos a:

- Entender a estruturação da inteligência emocional e da social.
- Distinguir o papel da comunicação e dos relacionamentos positivos para a QVT.
- Entender o modelo de bem-estar PERMA e seus vínculos com a melhor gestão das emoções.
- Aplicar a estratégia de enfrentamento das crenças limitantes de si mesmo, do outro e da realidade;
- Posicionar-se sobre as mudanças no mundo do trabalho e sociedade e como elas afetam a saúde emocional do trabalhador.

Referência deste Treinamento Já realizado. ANABB (Ass. Nacional Funcionários do BB), IBMEC-DF e Hospital Universitário Walter Cantídio (EBSERH)

3. Liderança Positiva e Estratégica

Carga Horária: 20 horas, em cinco encontros de 4 horas

Conteúdos:

- ✚ Competências da Liderança Positiva e do Capital Psicológico Positivo
- ✚ Um novo mundo pede uma nova, e mais Estratégica, Liderança
- ✚ Competências Socioemocionais no trabalho
- ✚ Lideranças Insalubres e Salubres
- ✚ Novos Papéis da Liderança:
 - ✚ O Líder Mobilizador, Inspirador e Engajador de Pessoas
 - ✚ O Líder de Inovativo de Processos e Negócios
 - ✚ O Líder de Resultados em Redes de Parcerias
 - ✚ O Líder Negociador e Restaurador de Relações
 - ✚ O Líder Formativo: As conversas difíceis e a comunicação não-violenta

Público: Carreira Gerencial e Lideranças Estratégicas

Objetivo: Proporcionar espaço de reflexão, e ação, sobre o papel da liderança no aprimoramento dos processos, serviços, negócios e relacionamentos da gestão, na perspectiva de seu usuário cidadão.

Objetivos Específicos:

Ao final do treinamento, os participantes deverão estar aptos a:

- Alinhar-se com o movimento de aperfeiçoamento da gestão pública e avaliar o gap de competências em relação às competências emergentes do Serv. Público Mundial;
- Entender o papel limitador e emancipador de estilos de liderança insalubres e salubres, respectivamente;
- Conhecer os quatro perfis de liderança que despontam na gestão pública: Mobilizador, Inovativo; Articulador e Negociador.
- Estabelecer conversações difíceis, sem assédio moral, e se comunicar sem violência;
- Utilizar metodologias de pedagogia ativa na gestão participativa.

Referência deste Treinamento já Ministrado: ADASA – GDF, Hospital das Clínicas da Universidade Federal do Goiás (EBSERH) e Ministério Público do Trabalho

4. Comunicação Eficaz nas Relações de Trabalho

Carga Horária: 20 horas, em cinco encontros de 4 horas

Público: Carreira Técnica e Gerencial

OBJETIVO GERAL

Desenvolver competências para melhorar os processos comunicativos nas relações de trabalho, com impactos positivos no clima organizacional, sentidos do trabalho e produtividade.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- a. Compreender as novas dimensões que a comunicação exigirá de uma sociedade em reinvenção;
- b. Conhecer os recursos da Inteligência Emocional favorecedores dos relacionamentos interpessoais e da comunicação eficaz;
- c. Entender, e bem se colocar, nos ambientes de comunicação digital, redes sociais e home-office;
- d. Identificar os diferentes perfis atitudinais e suas correspondentes necessidades e expectativas comunicacionais;
- e. Apropriar-se dos conceitos da Psicologia Positiva que aprimorem os processos comunicativos e os relacionamentos interpessoais;
- f. Utilizar as ferramentas e estratégias para Comunicações Não-Violentas e para As Conversas Difíceis.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

Módulo I – Comunicação Estratégica Institucional

Módulo II – Comunicação, Mídia e Poder

Módulo III – Comunicação Interpessoal

Módulo IV – Comunicação para Resultados

Módulo V – Comunicação Emancipadora

Referência deste Treinamento já Ministrado: ADASA – GDF, Hospital Universitário Júlio Bandeira (EBSERH)

5. Qualidade de Vida e Envelhecimento Ativo

Carga Horária: 12 horas, em três encontros de 4 horas

Público: Colaboradores com mais de 50 anos.

Conteúdos:

- ✚ A Nova Longevidade: Os Gerontolescentes
- ✚ Aspectos Psicossociais, Facilitadores da Pós-Carreira Plena de Sentido – O Capital Psi. Positivo
- ✚ Promovendo a busca de Saúde Integral na “Envelhecimento”.
- ✚ O Modelo PERMA, do Bem Estar Subjetivo, Aplicado à Longevidade
- ✚ Possibilidades e Alternativas para uma Longevidade com maior Qualidade de Vida
- ✚ Elaboração do Projeto de Vida 80-100 para a Aposentadoria (As cem coisas...)

Objetivo: Mobilizar os participantes para fomentarem visão e posturas mais esperançosas, otimistas e positivas acerca do sentido da vida na Longevidade, numa perspectiva de aumento crescente da expectativa de vida da população, possibilitando a vivência da “envelhescência” com maior qualidade de vida.

Objetivos Específicos:

Ao final do treinamento, os participantes deverão estar aptos a:

- Compreender e vacinar-se contra os aspectos dificultadores e expectativas irreais, melhorando sua adaptação ao processo de pós-carreira.
- Entender o movimento pelo qual passa a humanidade de quebra de paradigmas do que é ser velho;
- Elencar os quatro elementos do Capital Psicológico Positivo e as Cinco Dimensões do Bem-Estar Subjetivo facilitadores da reinvenção da vida e do viver, em qualquer idade.
- Conhecer o conceito de saúde integral da OMS
- Ter acesso a um conjunto de casos e práticas que inspiradoras para uma longevidade plena de sentido e elaborar o Projeto de Vida 80-100.

Referência deste Treinamento já Ministrado: EMBRAPA-SEDE

6. Promoção da Saúde Mental no Trabalho

Carga Horária: 20 horas, em 5 encontros de 4 horas

Conteúdos:

- ✚ O Papel do Capital Psicológico Positivo (autoeficácia, resiliência, otimismo e esperança) no Fomento à Saúde Mental no Trabalho e Prevenção à Síndrome de Burnout.
- ✚ Dos EPIS aos EPES (Equipamentos de Proteção Emocional no Trabalho)
- ✚ Sabotadores da Saúde Mental no Trabalho
- ✚ Impactos na Saúde do Assédio Moral e Sexual no Trabalho
- ✚ As Chaves para Uma Vida mais Feliz e Plena de Sentido
- ✚ Gestão das Emoções
- ✚ Teoria do Bem Estar (PERMA) e suas Correlações no Trabalho

Público: Líderes e Colaboradores

Objetivo: Desenvolver Competências para promoção da saúde mental no trabalho, com foco na gestão das emoções, no capital psicológico positivo e teoria do bem-estar emocional (PERMA), fomentando recursos pessoais catalizadores dos sentidos do trabalho, da qualidade de vida e resiliência do trabalhador.

Planejador Metodológico, Conteudista e Professor: Ricardo de Faria Barros

Referência deste Treinamento: Hospital Universitário da Universidade Federal do Vale do São Francisco (EBSERH). Obs: Empenhado e Agendado para março 2021.

7. Negociação Estratégica e Avançada

Carga Horária: 20 horas, em 5 encontros de 4 horas

Conteúdos:

- ✚ Ecosistema Negocial
- ✚ Negociação Comportamental
- ✚ Negociação Cultural
- ✚ Negociação Estratégica e Positiva
- ✚ O Jeito Harvard de Negociar (Etapas de I a VI)
- ✚ Superando Limites e Barreiras Negociais com a Comunicação e Gestão de Conflitos Positivos

Público: Líderes e Colaboradores

Objetivo: Desenvolver Competências da Negociação, com foco na mudança do modelo mental e percepção do ecossistema negocial e alteração de padrões de comportamento negociais, redutores e dificultadores de “como se chegar ao sim”.

Planejador Metodológico, Conteudista e Professor: Ricardo de Faria Barros

Currículo do Conteudista e Professor



Ricardo de Faria Barros, 55 anos, residente em Brasília, Mestre em Gestão Social e Trabalho (UNB), Especialista em Psicologia Positiva (PUCRS), Especialista em Gestão de Pessoas (USP), Psicólogo (UEPB), Aposentado como executivo do BB, com vasta experiência em cargos de gestão naquela Instituição. Formação em Coaching, pela Sociedade Latino Americana de Coaching – SLAC, Membro da Associação Internacional de Psicologia Positiva, Professor de Pós-Graduações no IBMEC-DF e Escola Superior do Ministério Público, proprietário da Ânimo Desenvolvimento Humano <http://www.animodh.com.br>, e do blog: <http://www.bodecomfarinha.blogspot.com.br> com mais de 600 textos para desenvolvimento profissional e pessoal. Autor dos livros: *Aposentei-me, e agora?*, *Sobre a Vida e o Viver*; *Apanhadores de Possibilidades nos Campos do Infinito*; e *Coautor do Manual de Treinamento e Desenvolvimento – Gestão e Estratégias (7ed)*.

Contatos: ricardo@animodh.com.br

Fone: 61 993112906