

# Curso

## Inteligência Emocional e Orientação Profissional





## Curso

# Inteligência Emocional e Orientação Profissional

- » Modalidade: **Online**
- » Duração: **6 semanas**
- » Certificação: **TECH Universidade Tecnológica**
- » Créditos: **6 ECTS**
- » Horário: **ao seu próprio ritmo**
- » Exames: **online**

Acesso ao site: [www.techtute.com/pt/educacao/curso/inteligencia-emocional-orientacao-profissional](http://www.techtute.com/pt/educacao/curso/inteligencia-emocional-orientacao-profissional)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Direção do curso

---

*pág. 12*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 16*

05

Metodologia

---

*pág. 22*

06

Certificação

---

*pág. 30*

# 01

# Apresentação

A situação laboral atual e as profundas mudanças ocorridas no mercado de trabalho nos últimos 10 anos exigem uma nova abordagem por parte dos professores relativamente à orientação profissional e vocacional dos seus alunos. É necessário aproximar a realidade laboral da sala de aula.





“

*Este Curso de Inteligência Emocional e Orientação Profissional irá gerar uma sensação de segurança no desempenho da sua profissão, o que o ajudará a crescer a nível pessoal e profissional”*

A inteligência emocional desempenha um papel importante na tomada de decisões e, neste caso, assume uma importância crucial, uma vez que muitas das escolhas permitem satisfazer as perspectivas dos alunos relação ao seu futuro. Tomar uma decisão irá permitir ao aluno adquirir uma inteligência emocional que, por sua vez, o ajudará a fazer o seu percurso na profissão que escolher.

Os recursos que o profissional irá encontrar neste curso irão permitir-lhe obter melhores resultados a médio e longo prazo no desenvolvimento da capacidade de gestão emocional e da inteligência neste domínio dos membros da escola.

Tanto as atividades propostas como as abordagens inovadoras de orientação que encontrará permitir-lhe-ão melhorar as suas competências profissionais e o desempenho do seu departamento no centro educativo. Além disso, irá encontrar informações que lhe darão apoio para os diferentes casos específicos que possam surgir com os seus alunos.

Esta certificação faz com que os profissionais desta área aumentem a sua capacidade de sucesso, o que resulta em melhores práticas e desempenhos que terão um impacto direto no tratamento educativo, na melhoria do sistema educativo e no benefício social para toda a comunidade.



*Atualize os seus conhecimentos através do Curso de Inteligência Emocional e Orientação Profissional”*

Este **Curso de Inteligência Emocional e Orientação Profissional** conta com o conteúdo educacional mais completo e atualizado do mercado. As suas principais características são:

- ♦ Desenvolvimento de mais de 75 casos práticos apresentados por especialistas em Inteligência Emocional e Orientação Profissional
- ♦ O seu conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático fornece informação científica e prática sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- ♦ Conhecimentos atualizados sobre a deteção e intervenção na Inteligência Emocional e Orientação Profissional
- ♦ Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação pode ser levado a cabo a fim de melhorar a aprendizagem
- ♦ Sistema interativo de aprendizagem baseado em algoritmos para a tomada de decisões sobre as situações apresentadas
- ♦ Com especial ênfase nas metodologias baseadas em evidências em Inteligência emocional e Orientação Profissional
- ♦ Tudo isto complementado por aulas teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso aos conteúdos a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à Internet

“

*Este curso é o melhor investimento que pode fazer na seleção de uma atualização por duas razões: além de atualizar os seus conhecimentos sobre Inteligência Emocional e Orientação Profissional, também obterá um certificado emitido pela TECH Universidade Tecnológica”*

O corpo docente do curso inclui profissionais do âmbito da Inteligência Emocional e Orientação Profissional que trazem para esta capacitação a experiência do seu trabalho, bem como especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

Graças ao seu conteúdo multimédia desenvolvido com a mais recente tecnologia educativa, o profissional terá acesso a uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente de simulação que proporcionará uma aprendizagem imersiva programada para se capacitar em situações reais.

A conceção desta capacitação centra-se na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o profissional deve tentar resolver as diferentes situações da atividade profissional que surgem ao longo do Curso. Para tal, o profissional poderá contar com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos na área da Inteligência Emocional e Orientação Profissional e com grande experiência docente.

*Aumente a sua confiança na tomada de decisões, atualizando os seus conhecimentos através deste curso.*

*Aproveite a oportunidade para conhecer os últimos desenvolvimentos em matéria de Inteligência Emocional e Orientação Profissional e melhorar o apoio prestado aos alunos.*



02

# Objetivos

O Curso de Inteligência Emocional e Orientação Profissional visa facilitar o desempenho de profissionais dedicados a trabalhar com adolescentes e/ou a orientá-los no seu futuro profissional.



“

*Este curso destina-se a atualizar os seus conhecimentos sobre Inteligência Emocional e Orientação Profissional, utilizando a mais recente tecnologia educativa, para contribuir com qualidade e segurança para a tomada de decisões e o acompanhamento destes alunos”*



### Objetivos gerais

- Aprender os fundamentos teóricos da inteligência emocional
- Aprender a trabalhar a inteligência emocional nas diferentes etapas educativas
- Aprender a trabalhar a inteligência emocional em relação à orientação vocacional e profissional





## Objetivos específicos

---

- ♦ Apoiar o aluno independentemente da vocação que escolha
- ♦ Dar ao aluno as bases para enfrentar os desafios que irá enfrentar no seu percurso depois de ter escolhido a sua profissão ou vocação

“

*Aproveite a oportunidade e comece a atualizar-se quanto aos últimos desenvolvimentos em Inteligência Emocional e Orientação Profissional”*

# 03

## Direção do curso

O corpo docente do curso inclui especialistas de referência em Inteligência Emocional e Orientação Profissional que trazem a sua experiência de trabalho para esta capacitação. Além disso, outros especialistas de reconhecido prestígio também participam na sua concepção e elaboração, completando o curso de forma interdisciplinar.



“

*Aprenda com profissionais de referência os últimos avanços em procedimentos na área da Inteligência Emocional e Orientação Profissional”*

## Direção



### Dra. Yolanda Jiménez Romero

- ♦ Psicopedagoga especializada em Neurolinguística
- ♦ Psicopedagoga
- ♦ Licenciatura em Ensino Primário com especialização em Inglês
- ♦ Mestrado em Psicopedagogia
- ♦ Mestrado em Neuropsicologia de Altas Competências Intelectuais
- ♦ Mestrado em Inteligência Emocional
- ♦ Professora especializada em Altas Capacidades Intelectuais
- ♦ Co-diretora, Autora e Professora em diferentes Projetos Educativos Universitários

## Professores

### Sra. Carmen García Camarena

- ♦ Gerente da *Step by Step*, uma empresa de orientação vocacional em todas as etapas profissionais
- ♦ Psicóloga e Mestre em Gestão de Empresas, CAP pela Universidade Alfonso X, O Sábio
- ♦ Especialização em FOL e Mestrado em RH e técnicas de grupo
- ♦ Criadora de uma metodologia adaptada às fases do Ensino Básico e Secundário

### Sr. José María Maroto

- ♦ Engenheiro Informático
- ♦ Consultor especializado em *Coaching*, Gestão da Mudança, Motivação, Inteligência Emocional e Liderança
- ♦ Professor especializado em processos de Inovação e *Big Data*
- ♦ Especialista na aprendizagem, conferencista e escritor de artigos e publicações relacionadas com os tópicos da sua especialidade



# 04

## Estrutura e conteúdo

A estrutura dos conteúdos foi concebida por uma equipa de profissionais dos melhores centros educativos, universidades, conscientes da relevância da certificação atual para poder intervir na preparação e acompanhamento dos alunos, e comprometidos com o ensino de qualidade através das novas tecnologias educativas.

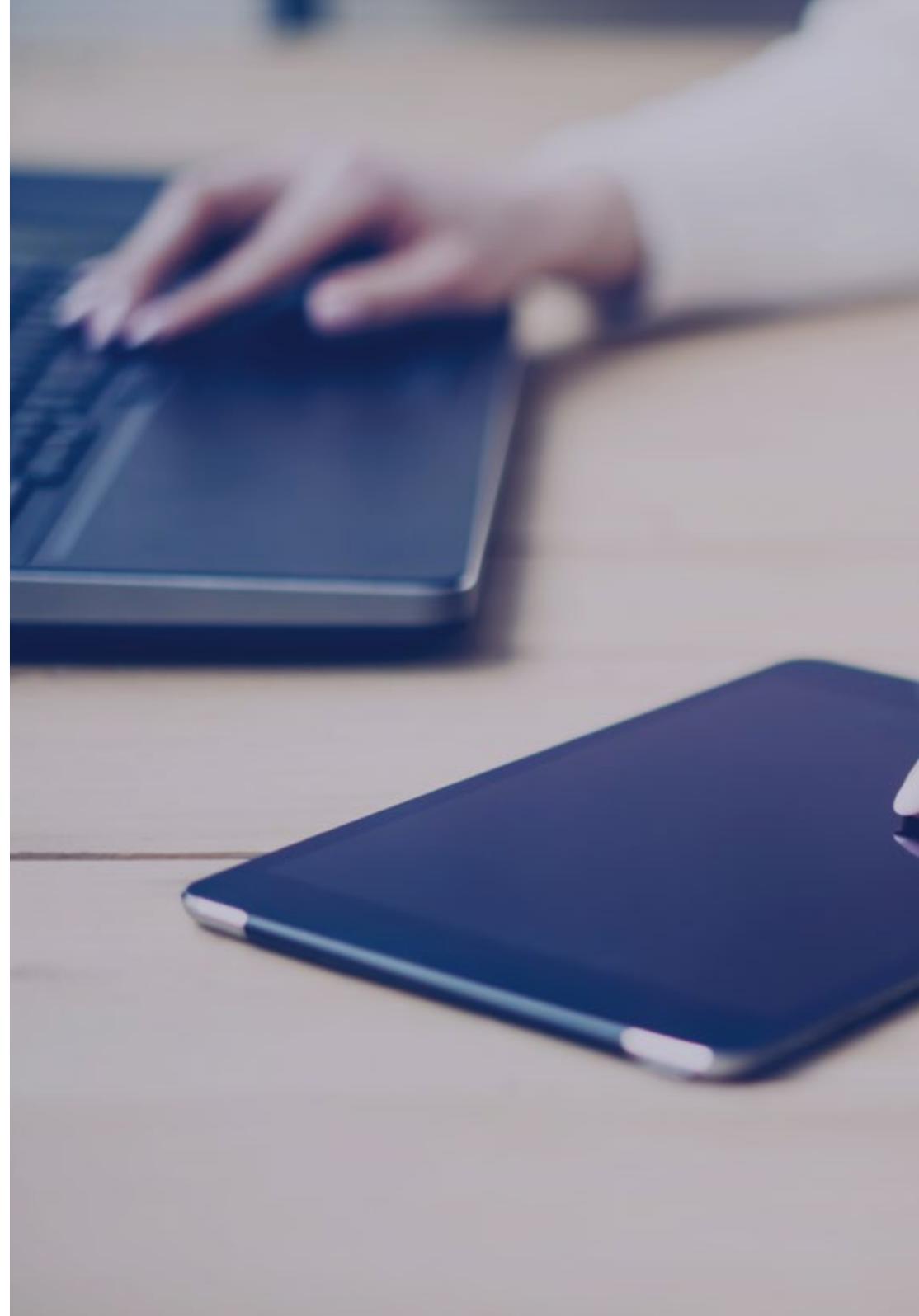


“

*Este Curso de Inteligência Emocional e Orientação Profissional conta com o conteúdo educativo mais completo e atualizado do mercado”*

## Módulo 1. Desenvolvimento da inteligência emocional na orientação profissional

- 1.1. Bases teóricas: para que serve a inteligência emocional?
  - 1.1.1. Definição do conceito de inteligência emocional
  - 1.1.2. Elementos da inteligência emocional
  - 1.1.3. Inteligência emocional e educação
  - 1.1.4. Educação emocional e competências básicas
  - 1.1.5. Relatório Delors (UNESCO 1996)
  - 1.1.6. Família e educação emocional
  - 1.1.7. Competências emocionais
  - 1.1.8. Contextos ideais
  - 1.1.9. Princípios, valores e virtudes
  - 1.1.10. Roteiro da inteligência emocional
- 1.2. Autoconhecimento e gestão das emoções
  - 1.2.1. Dimensão humana, auto-conhecimento
  - 1.2.2. O que são os sentimentos?
  - 1.2.3. Expressão no corpo
  - 1.2.4. Expressão racional
  - 1.2.5. O que são as emoções?
  - 1.2.6. Emoções básicas
  - 1.2.7. Expressão da emoção
  - 1.2.8. Autoconfiança
  - 1.2.9. Modelos de aplicação do autoconceito
  - 1.2.10. Autocuidado



- 1.3. A inteligência emocional na adolescência
  - 1.3.1. Fases de desenvolvimento, a criança cresce emocionalmente. Ciclo vital
  - 1.3.2. Virginia Satir, modelo familiar
  - 1.3.3. Da família ao indivíduo
  - 1.3.4. Características emocionais do adolescente
  - 1.3.5. Percepção emocional
  - 1.3.6. Âmbitos emocionais do adolescente
  - 1.3.7. Desenvolvimento de competências
  - 1.3.8. Tensão social
  - 1.3.9. Visualização de objetivos
  - 1.3.10. Modelos de aplicação
- 1.4. Empatia, liderança e regulação emocional
  - 1.4.1. O nosso cérebro, os hemisférios cerebrais
  - 1.4.2. Inteligência racional versus inteligência emocional
  - 1.4.3. O *self* e o outro
  - 1.4.4. Assertividade como um modo de vida, uma regulação emocional
  - 1.4.5. Crenças básicas, o nosso mapa de ver a vida
  - 1.4.6. Conhecer os meus objetivos pessoais
  - 1.4.7. Reconhecer as competências pessoais
  - 1.4.8. O verdadeiro sucesso
  - 1.4.9. Competências a desenvolver
  - 1.4.10. Conhecimento real das crenças limitadoras
  - 1.4.11. Modelos de aplicação

- 1.5. Desenvolvimento de aptidões sociais
  - 1.5.1. Educar para as relações sociais
  - 1.5.2. Experiência direta
  - 1.5.3. Imitação
  - 1.5.4. Reforços
  - 1.5.5. Aumentar o nível de competência social
  - 1.5.6. Resolução de conflitos
  - 1.5.7. Gestão do stress
  - 1.5.8. Comportamentos disruptivos
  - 1.5.9. Comunicação
  - 1.5.10. Modelos de aplicação
- 1.6. Implicações para o emprego
  - 1.6.1. Período de individuação
  - 1.6.2. Desenvolvimento intelectual
  - 1.6.3. Desenvolvimento físico
  - 1.6.4. Desenvolvimento de um modo de vida
  - 1.6.5. Desenvolvimento da personalidade
  - 1.6.6. Orientação vocacional
  - 1.6.7. Potencial e desafio
  - 1.6.8. Educação e formação
  - 1.6.9. Modelos de aplicação
- 1.7. Entusiasmo e motivação
  - 1.7.1. Entusiasmo inicial e motivação sustentada
  - 1.7.2. Definição dos níveis neurológicos
  - 1.7.3. Gerar autoestima
  - 1.7.4. A caminho do seu objetivo
  - 1.7.5. Resolução de problemas
  - 1.7.6. Auto-motivação: pontos fortes
  - 1.7.7. Motivação na sala de aula: cultivar a curiosidade
  - 1.7.8. Interesses profissionais
  - 1.7.9. Tolerância ao insucesso
  - 1.7.10. Modelos de aplicação





- 1.8. Gestão emocional
  - 1.8.1. Percepção, o mapa de olhar para a vida, análise da situação emocional
  - 1.8.2. Observação do ambioma
  - 1.8.3. Deteção de crenças limitantes
  - 1.8.4. Emoções para a vida
  - 1.8.5. Stress, conceito, sintomas e tipos
  - 1.8.6. Gestão do stress
  - 1.8.7. Sustentar a emoção
  - 1.8.8. Resiliência
  - 1.8.9. Canais de expressão
  - 1.8.10. Modelos de aplicação
- 1.9. O desenvolvimento de atitudes e competências para o ambiente de trabalho
  - 1.9.1. O que são as competências laborais?
  - 1.9.2. Padrões de competência
  - 1.9.3. Perfis ocupacionais
  - 1.9.4. Competências de empregabilidade
  - 1.9.5. Atitudes em relação à empregabilidade: atitudes sociais, laborais
  - 1.9.6. Componentes afetivos, cognitivos e comportamentais das atitudes
  - 1.9.7. Mudança de atitude: congruente e incongruente
  - 1.9.8. Competências sociais mais valorizadas no que diz respeito à empregabilidade
  - 1.9.9. Mapa pessoal de atitudes e competências
  - 1.9.10. Modelos de aplicação
- 1.10. Recursos no ensino primário: uma abordagem evolutiva
  - 1.10.1. Identificação de emoções
  - 1.10.2. O eu e o outro
  - 1.10.3. Ambiente emocional
  - 1.10.4. Descrição do ambiente da criança: canais de expressão
  - 1.10.5. Auto-conceito
  - 1.10.6. Desenvolvimento da auto-estima
  - 1.10.7. Melhorar a expressão das emoções, a assertividade
  - 1.10.8. Estratégias de intervenção na educação emocional
  - 1.10.9. Desenvolvimento das competências emocionais
  - 1.10.10. Modelos de aplicação

05

# Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem. A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a *New England Journal of Medicine*.



“

*Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”*

## Na Escola de Educação TECH utilizamos o Método do Caso

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos simulados, com base em situações reais em que terão de investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver a situação. Há abundantes provas científicas sobre a eficácia do método.

*Com a TECH, o aluno pode experimentar uma forma de aprendizagem que abala as fundações das universidades tradicionais de todo o mundo.*



*É uma técnica que desenvolve o espírito crítico e prepara o educador para tomar decisões, defender argumentos e contrastar opiniões.*

“

*Sabia que este método foi desenvolvido em 1912 em Harvard para estudantes de direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais complexas para que tomassem decisões e justificassem a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard”*

#### A eficácia do método é justificada por quatro realizações fundamentais:

- 1 Os educadores que seguem este método não só conseguem a assimilação de conceitos, mas também um desenvolvimento da sua capacidade mental, através de exercícios que avaliam situações reais e a aplicação de conhecimentos.
- 2 A aprendizagem é solidamente traduzida em competências práticas que permitem ao educador integrar melhor o conhecimento na prática diária.
- 3 A assimilação de ideias e conceitos é facilitada e mais eficiente, graças à utilização de situações que surgiram a partir de um ensino real.
- 4 O sentimento de eficiência do esforço investido torna-se um estímulo muito importante para os estudantes, o que se traduz num maior interesse pela aprendizagem e num aumento do tempo passado a trabalhar no curso.



## Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.



*O educador aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes de aprendizagem simulados. Estas simulações são desenvolvidas utilizando software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.*

Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis globais de satisfação dos profissionais que concluem os seus estudos, no que diz respeito aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Esta metodologia já formou mais de 85.000 educadores com sucesso sem precedentes em todas as especializações. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

*O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.*

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica.

A pontuação global do nosso sistema de aprendizagem é de 8,01, de acordo com os mais elevados padrões internacionais.



Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



#### Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



#### Técnicas e procedimentos educativos em vídeo

A TECH traz as técnicas mais inovadoras, com os últimos avanços educacionais, para a vanguarda da atualidade em Educação. Tudo isto, na primeira pessoa, com o máximo rigor, explicado e detalhado para a assimilação e compreensão. E o melhor de tudo, pode observá-los quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

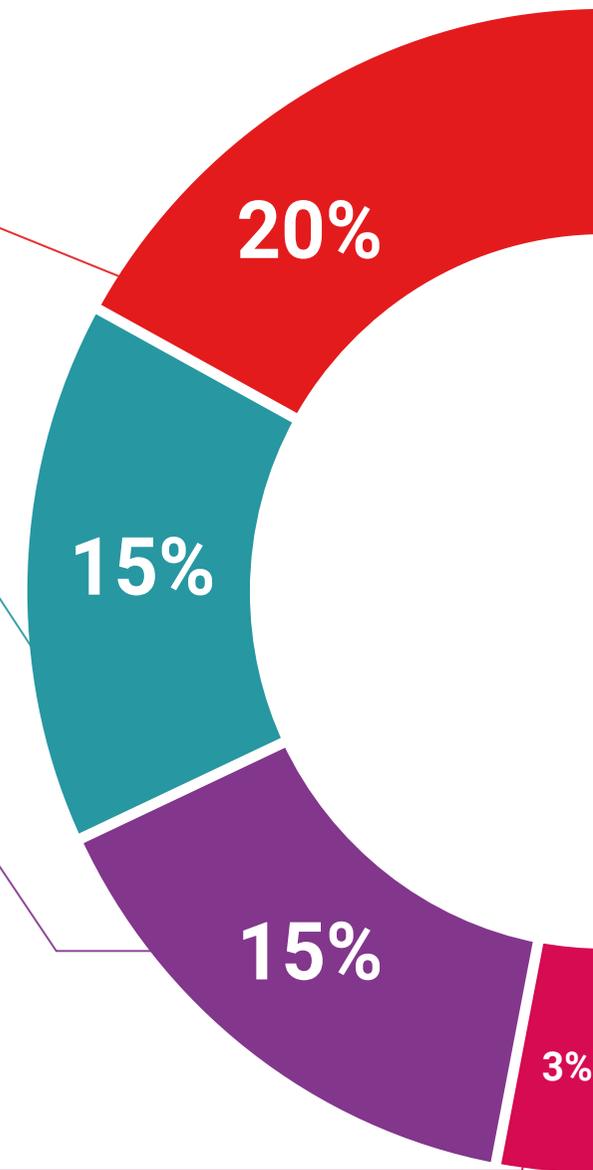
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

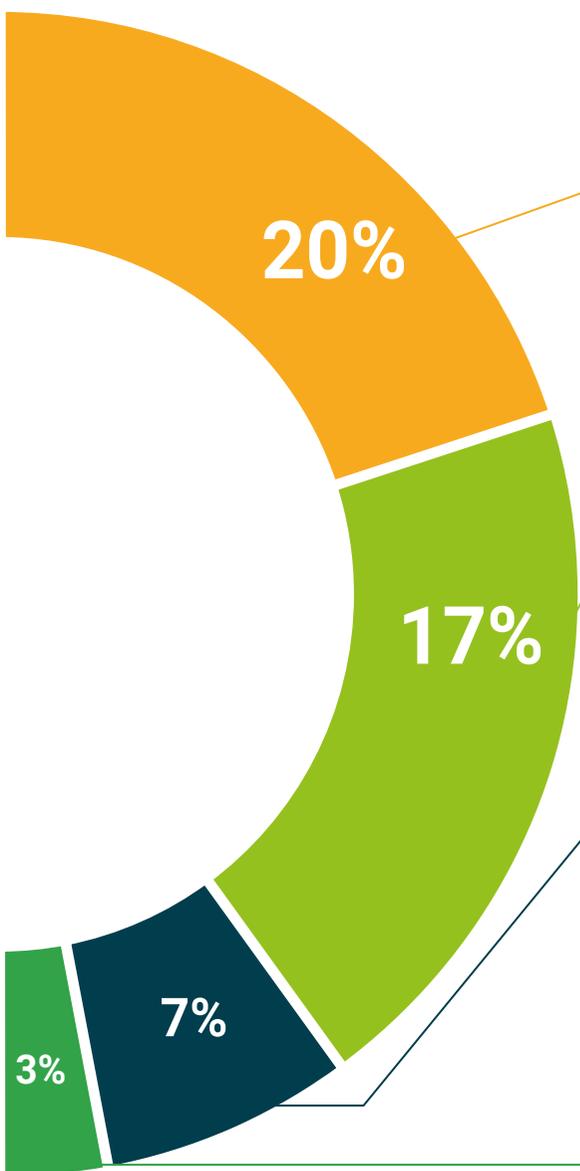
Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu".



#### Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação.





### Análises de casos desenvolvidas e conduzidas por especialistas

A aprendizagem eficaz deve necessariamente ser contextual. Por esta razão, a TECH apresenta o desenvolvimento de casos reais nos quais o perito guiará o estudante através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



### Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.



### Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializada.

O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.



### Guias rápidos de atuação

A TECH oferece os conteúdos mais relevantes do curso sob a forma de folhas de trabalho ou guias de ação rápida. Uma forma sintética, prática e eficaz de ajudar os estudantes a progredir na sua aprendizagem.



06

# Certificação

O Curso de Inteligência Emocional e Orientação Profissional garante, para além de um conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

*Conclua este plano de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Curso de Inteligência Emocional e Orientação Profissional** conta com o conteúdo educacional mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* correspondente ao **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de emprego, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Curso de Inteligência Emocional e Orientação Profissional**

ECTS: **6**

Carga horária: **150 horas**



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro  
saúde confiança pessoas  
informação orientadores  
educação certificação ensino  
garantia aprendizagem  
instituições tecnologia  
comunidade compromisso  
atenção personalizada  
conhecimento inovação  
presente qualificação  
desenvolvimento site

**tech** universidade  
tecnológica

### Curso

## Inteligência Emocional e Orientação Profissional

- » Modalidade: Online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 6 ECTS
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Curso

Inteligência Emocional e  
Orientação Profissional

