

**ELA -  
Emociono-me  
Logo  
Aprendo**

Formação E-LEARNING 40 h



# Sobre o Curso



Mais do que nunca a positividade e a gestão de emoções foram importante no contexto ensino-aprendizagem. Venha construir o seu Plano de Promoção dos Afetos em contexto educativo/formativo!

**"As Neurociências apontam para o papel determinante das características emocionais para o sucesso quer na vida profissional: como resiliência, criatividade, análise, curiosidade, espanto..."**

A formação visa promover a aquisição, atualização e o aperfeiçoamento de competências, transferíveis para a prática da formação profissional, com foco nas neurociências, neurolinguística e psicologia positiva. Bem como na lógica do estabelecer uma Evidence Based Practice em Educação, e assim construir instrumentos, ferramentas e estratégias facilitadoras da aprendizagem. Visando a máxima: Ser +Feliz para ser +Eficiente.

## Objetivos

A formação visa promover a aquisição, atualização e o aperfeiçoamento de competências, transferíveis para a prática da formação profissional, nomeadamente:

1. Aceder a conhecimentos das áreas das neurociências, neurolinguística e psicologia positiva
2. Estabelecer uma Evidence Based Practice em Educação
3. Construir instrumentos, ferramentas e estratégias facilitadoras da aprendizagem
4. Ser +Feliz para ser +Eficiente



## Facilitadora **Cristina Rocha Ferreira**

Professora Educação Especial no  
Agrupamento de Escolas Coimbra Oeste.  
Programação NeuroLinguística aplicada às  
Vendas ISCAC | Coimbra Business School  
Comunicação e Relacionamento  
Interpessoal

Faculdade de Psicologia e Ciências da  
Educação da Universidade de Coimbra  
Doutoramento em Ciências da Educação -  
Formação de Professores Área de  
estudo Aplicação da Neurolinguística ao  
Contexto Escolar



## Tópicos abordados



### Fisiologia das Emoções

cérebro triuno, neurónios e sinapses, mente consciente e inconsciente, neurotransmissores, cortex prefrontal, centro de recompensa...



### Bem-Estar e Aprendizagem

felicidade com preditora de sucesso (plano Harvard para ser +Feliz), estimular neurotransmissores favoráveis à aprendizagem, a tender a necessidades humanas básicas e seus veículos...



### Estabelecer laços afetivos na aula

pressupostos neurolinguísticos, rapport de grupo (linguagem sugestiva para professores), empatia, reforço por feedback...



### Promover a Mentalidade de Crescimento

profecias auto realizadas, Hábitos do Jovens/Crianças Eficientes, promover crenças fortalecedoras, vocabulário transformacional, coerência cardíaca...



### Projeto de Intervenção

"Plano de Promoção dos Afetos"

# Metodologia

## Como?

### Objetivos

A formação visa promover a aquisição, atualização e o aperfeiçoamento de competências, transferíveis para a prática da formação profissional, nomeadamente:



Aceder a conhecimentos das áreas das neurociências, neurolinguística e psicologia positiva

Estabelecer uma Evidence Based Practice em Educação

Construir instrumentos, ferramentas e estratégias facilitadoras da aprendizagem

Ser +Feliz para ser +Eficiente

### Formato E-Learning totalmente a

A experiência irá decorrer no formato à distância online (E-learning), com 10 horas de sessões síncronas, 10 horas de trabalho assíncrono (isto é, sem sessões com hora marcada), e ainda 20 horas de auto-estudo para o projeto final, na Plataforma Colaborativa Moodle PsicoSoma®.

Será apoiada pela tutoria ativa e contínua, bem como pela Leitura de Manuais, Visualização de Vídeos, Podcast, participação em Fóruns de Discussão ou ainda realização de Testes e Projeto Final.



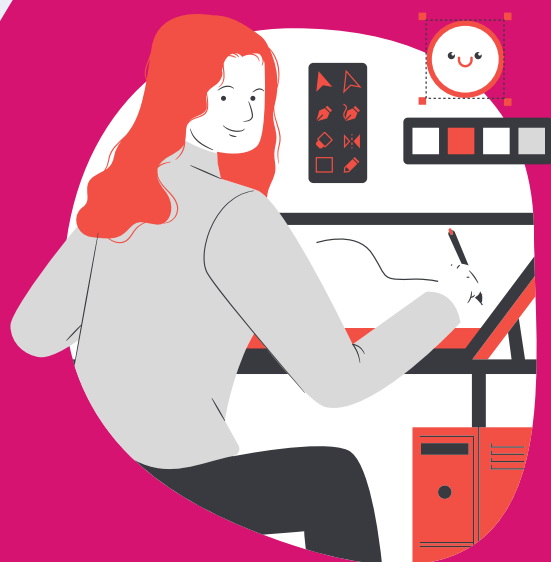
### Avaliação e Atividades a desenvolver

2 Exercícios no Moodle

1 Projeto Final de Ensino à distância

Follow us for updates

CONNEC



## Infos e Inscrições



+351 232 431 060



info@psicosoma.pt

editora@psicosoma.pt



in

# PsicoSoma<sup>15</sup> anos

*EMOTION TRAINERS FOR EXPERT MINDS*

[www.psicosoma.pt](http://www.psicosoma.pt)

