

## PSICOLOGIA POSITIVA NA LIDERANÇA

### Sobre o curso:

Programa de desenvolvimento de liderança avançado, embasado exclusivamente nos conceitos da psicologia positiva, com ênfase na prática de autodesenvolvimento e fortalecimento de capacidades inovadoras de gestão. A **psicologia positiva** tem peso ainda maior neste momento da humanidade. Segundo Martin Seligman e outros 55 pesquisadores que vêm trabalhando nestes estudos, quanto mais as pessoas trabalham no seu bem-estar, buscam satisfação com quem são, com o que fazem e com o que conquistam na vida e atuam dentro das suas fortalezas, mais facilmente irão relatar **sentimentos de propriedade** e **propósito** com a existência. E assim ficam, inclusive, **imunologicamente** mais bem preparadas para lidar com os desafios do dia a dia. Neste curso você terá acesso a testes e ferramentas que o ajudará na mudança do seu modelo mental e o instigará a desenvolver modos mais afirmativos e positivos de abordar pessoas, gerenciar o tempo, manter o foco, contribuir para resultados e gerir a si mesmo e aos negócios.

### Objetivos:

- ✓ Discutir e ampliar a visão dos profissionais sobre autogestão, liderança e gestão de pessoas e empresas com ênfase nos estudos científicos das virtudes e fortalezas humanas.
- ✓ Aprofundar conceitos e práticas trabalhadas no PDL ou em outros programas de desenvolvimento de lideranças, trazendo visão moderna e pesquisada dos principais conceitos da psicologia positiva e seus efeitos no exercício da liderança.
- ✓ Habilitar líderes a atuar de forma mais afirmativa, gerando equipes mais autoconscientes, sinérgicas e engajadas, promovendo resultados sistemáticos e perenes para si mesmo e suas organizações.

### Público-alvo:

Gestores, Coordenadores, Líderes empresariais, e Profissionais estratégicos, ex-participantes do PDL da Fritz Müller ou outro curso de liderança formal.

### Metodologia:

O programa está estruturado de forma modular (encontros temáticos), alternando avaliações individuais, uso de ferramentas padronizadas de diagnóstico, apresentações dialogadas, cenas de filmes, leituras de livros e textos, atividades reflexivas individuais e coletivas, dinâmicas de grupo, bem como exercícios práticos em grupo, tarefas intermódulos e avaliações compartilhadas.

### Conteúdo Programático:

#### Módulo 1:

- ✓ Fundamentos básicos de Psicologia Positiva - Breve histórico
  - ✓ A teoria do bem-estar - satisfação com a vida = felicidade
  - ✓ Os autores Martin Seligman e Tal Ben-Shahar
  - ✓ Os modelos Perma-V e SPIRE - os elementos do bem-estar
- Exercícios: Diagnósticos PERMA-V e SPIRE - grau de satisfação com a vida / profissão - Plano de ação de melhoria.

**Módulo 2:**

- ✓ Forças de Caráter
  - ✓ Autores Martin Seligman e Christopher Peterson
  - ✓ Conceito, aplicações e práticas
  - ✓ As 6 Virtudes e as 24 Forças universais
  - ✓ VIA - Identificando as forças de caráter
  - ✓ Os excessos e as faltas - sub-utilização e sobre-utilização
  - ✓ As colisões e sinergias das forças de caráter
  - ✓ Desenvolvendo as forças de caráter para uma vida mais plena
- Exercícios: Teste VIA - as forças de assinatura - excessos e faltas - efeitos na vida - plano de desenvolvimento das Forças.

**Módulo 3:**

- ✓ Encarando mudanças
  - ✓ Autora Elizabeth Kubler-Ross
  - ✓ O modelo das 5 fases da aceitação da frustração, sofrimento e luto
  - ✓ Aceitando mudanças
  - ✓ Comunicação Não-Violenta
  - ✓ Autor Marshall B. Rosenberg
  - ✓ Os elementos da CNV
  - ✓ Os 4 elementos da CNV - observação, necessidades, sentimentos, pedido
  - ✓ Escuta ativa e empática
  - ✓ Construindo relações mais compassivas
- Exercícios: Identificando as fases da mudança - fazendo observações e não julgamentos - as necessidades - os sentimentos - treino de pedidos empáticos - os elementos da escuta ativa - treino de CNV - plano de aplicação na vida prática.

**Módulo 4:**

- ✓ Inteligência Positiva
  - ✓ Autor Shirzad Chamine
  - ✓ Os elementos da IP - Inteligência positiva e o uso afirmativo da mente
  - ✓ Sabotadores mentais X o Sábio na mente
  - ✓ Identificando os sabotadores - trabalhando para neutralizá-los
  - ✓ Inventário de IP
  - ✓ Usando a mente produtivamente e atingindo resultados mais satisfatórios na vida
- Exercícios: inventário de IP - identificando os sabotadores - planejando mudanças na forma de pensar - plano de ação de melhoria.

**Datas:** 14, 21, 28/10, 04, 11 e 18/11

**Horário:** 18h às 22h

**Carga horária:** 24 horas

**Local:** Fundação Fritz Müller | Rua Iguaçu, 151 – Itoupava Seca, Blumenau/SC

**Investimento:** R\$ 2.240,00 em 8x de R\$ 280,00 no boleto ou 10x no cartão de crédito.

**Incluso:** Material didático, *coffee break* e certificado para participantes com mínimo de 80% de frequência.

**Currículo Professor:** *Reinaldo Paiva*

Psicólogo, Consultor Empresarial para as áreas de Gestão de Pessoas e Desenvolvimento Organizacional, especializado em Neurociências e Terapias Cognitivas, Coaching, Treinamento & Desenvolvimento e Capacitação profissional. Pós-graduado em Gestão de Negócio, Programação Neurolinguística e Consultoria empresarial. Experiência como Gerente de RH, Change Management em projetos de implantação de novos processos e ERP, Consultor de empresas, Coach executivo e Psicoterapeuta cognitivo. Associado FBTC (Federação Brasileira de Terapias Cognitivas), formado pela ADIGO Consultores em metodologia de Consultoria e Aconselhamento para indivíduos, grupos e organizações, bem como em Professional & Self Coaching e Behavioral Analyst (DISC) pelo Instituto Brasileiro de Coaching (IBC). Practitioner em Forças de Caráter e Psicologia Positiva pelo Instituto Flow.

## CLIENTES



**Obs.** É necessário o preenchimento do número mínimo de participantes para a realização do curso. Caso não seja preenchido, a coordenação reserva-se o direito de não abrir a turma.

Para mais informações entre em contato 47 3057.8001 ou [cursos@fundacaofritzmuller.com.br](mailto:cursos@fundacaofritzmuller.com.br)