

Habilidades Socioemocionais

Haroldo Dutra Dias
Odlasela Academy

HAROLDO DUTRA DIAS

www.incompany.com.br



HAROLDO DUTRA DIAS

Perfil

Haroldo Dutra Dias é Doutorando e Mestre em Neurociências, realizando pesquisas sobre neurobiologia das emoções, saúde mental e bem-estar psíquico. Atualmente investiga depressão e ansiedade, especialmente no ambiente de trabalho e nas escolas. Palestrante internacional, já proferiu conferências, seminários e palestras em mais de 20 países. É autor de diversos best-sellers como “A Bússola e o Leme”, “Mind” e “Meditação – A arte da Serenidade”, que estiveram em primeiro lugar na Amazon. Juiz de Direito do Estado de Minas Gerais, há 20 anos, é titular da 3 Vara Empresarial e da Fazenda Pública, onde lidera equipes com mais de 50 pessoas, altamente qualificadas. Professor da Escola Judicial, há 30 anos realiza treinamentos de juízes, servidores e cooperadores, tratando temas como gestão de pessoas, produtividade, habilidades sócio-emocionais, comunicação pacificadora e bem-estar psíquico.

TEMAS DE PALESTRAS

Habilidades Sócio-emocionais

Comunicação Pacificadora

Mente Plena

Visão e Propósitos

Ação Plena

Ética

Temas Especiais

CUSTOMIZAÇÃO

“
As palestras e treinamentos são customizados de acordo com as demandas da sua empresa



TEMAS DE PALESTRAS



Neurociência & Neuromarketing



Educação



Interrelacionamento pessoal



Comportamento emocional



Protagonismo



Fortalecimento de crenças pessoais



Transformação pessoal e do mundo



Mundo pós pandemia



Saúde Mental

SINOPSES DE PALESTRAS

Habilidades Sócio-emocionais

Equipes altamente treinadas podem apresentar sérias dificuldades de interação, sinergia e cooperação. Tornou-se comum no ambiente de trabalho a desmotivação, estagnação, conflitos, estresse, ansiedade, "burnout", e até mesmo assédio. Observa-se igualmente melindres, hiper-reatividade, dificuldade com feedback. Esses problemas revelam que o desenvolvimento de habilidades sócio-emocionais tornou-se demanda prioritária para indivíduos, empresas e instituições públicas. Essa habilidades envolvem tanto a compreensão das emoções quanto a implementação de estratégias de regulação (equilíbrio) emocional. Nessa abordagem, apresento os mais recentes conceitos sobre emoções, regulação emocional e interação baseada valores, com base nas neurociências e psicologia. O objetivo é ampliar o vocabulário das emoções, reconhecer os mecanismos humanos de defesa emocional, e abordar estratégias efetivas de regulação emotiva.





COMUNICAÇÃO PACIFICADORA

A comunicação agressiva, preconceituosa, hiper-reativa, tendenciosa e melindrosa gera e/ou agrava inúmeros conflitos. A comunicação pacificadora procura corrigir essas distorções educando indivíduos e corporações a se comprometerem com a geração e manutenção de ambientes saudáveis e pacíficos. Nessa abordagem, apresento: formas de exercitar a escuta (ativa e flutuante), capaz de identificar as necessidades, emoções e interesses envolvidos; modos de treinar a linguagem verbal e não-verbal que assegure conciliação, acordo e cooperação mútua; ensinar técnicas de solução de conflitos, aptas a restabelecer a paz, sinergia, respeito e liderança; promover a assertividade, sensibilidade e racionalidade, objetividade e abordagem comunicativa baseada em resultados.



MENTE PLENA

Segundo a WHO (World Health Organization – Organização Mundial da Saúde), no ano de 2019, 1 em cada 8 indivíduos, ou seja, 970 milhões de pessoas, vivem com algum tipo de transtorno mental. Ansiedade e depressão são os transtornos mais comuns. Após a Pandemia de Covid19, houve um acréscimo de 25% nesse número. Esses quadros acarretam um grande número de licenças saúde, perda de produtividade, além de dramas pessoais, familiares, escolares e profissionais. Nessa abordagem, apresento o conceito de bem-estar psíquico, que pode ser atingido quando adotamos ações de prevenção, proteção e promoção de nossa saúde mental, com estratégias simples e eficazes, vencendo o preconceito que paira sobre o tema. Apresento técnicas simples para o cultivo da Serenidade, compreendida como condicionamento da mente, decorrente do hábito da quietude, contemplação, lucidez e pacificação. Mostro exercícios para fortalecimento do Foco, que representa a capacidade de identificar e cultivar aquilo que é prioridade em nossa vida. Por fim, baseado no renomado estudo da Universidade de Harvard, apresento o conceito de felicidade legítima, decorrente do fortalecimento de relações humanas sólidas e saudáveis, ancoradas na paz, alegria, bondade, sabedoria, compartilhamento e prosperidade.

AÇÃO PLENA

O tempo é uma dádiva, o mais precioso de todos os recursos. No entanto, nenhum de nós sabe exatamente quanto recebeu desse valioso patrimônio assim que nasceu. Sabemos apenas que esse “pacote de tempo é limitado”. Um fato, porém, nos chama a atenção: todos os seres humanos recebem da vida, diariamente, um depósito de 24 horas, que deve ser utilizado de forma livre e responsável. Não há privilégios nem discriminações, pois todos nós recebemos a mesma quantia. Nessa abordagem, apresento duas grandes reflexões: a) quando não sabemos a direção, compensamos com a quantidade... o remédio para esse mal é incremento do propósito e do significado, ou seja, reservar mais tempo para o que realmente importa – Foco na Prioridade; b) quando o tempo escorre por nossas mãos, é preciso compreender que a melhor maneira de ganhar tempo é parar de perdê-lo... isso significa Foco no resultado, ou seja, ações em massa, organizadas em torno de um propósito definido. Demonstro que Ação Plena é fruto da conquista dessas duas importantes habilidades: Discernimento (Foco na Prioridade) e Organização (Foco no Resultado). Apresento, ainda, uma forma prática e eficaz de organizar a agenda semanal com base nesses conceitos.



CONTRATE

Fale com a gente para mais informações sobre Haroldo Dutra Dias




Site


www.incompany.com.br



Telefone

(11) 3392-1633

(11) 94447-3461 

(11) 98383-7183 



Email

palestras@incompany.com.br

