

Acompañando el Crecimiento

www.acompañandoelcrecimiento.com

info@uptoyoueducacion.com



Curso recomendado por:



EDUCAÇÃO EMOCIONAL

Você quer simplesmente existir ou viver uma vida cheia de significado? Esta formação é a porta de entrada ideal para compreender sua maneira de pensar, educar e viver, descobrindo novos critérios que ajudem você a crescer a partir da realidade emocional. Isso permitirá que tome decisões que abram caminhos e melhorem suas relações com os outros.

Durante a formação, falamos frequentemente do processo do educador. Se vejo problemas a resolver, minha intervenção focalizará em solucioná-los; se vejo pessoas a atender, minha intervenção será orientada a tomar decisões que acompanhem e satisfaçam as necessidades dos outros. E você... o que vê? Vive apagando incêndios ou atendendo pessoas? Por meio de exposições, diálogos, teatro, trabalho individual e em grupo, exploraremos de forma dinâmica e prática o que contribui para o crescimento saudável de uma pessoa. Revisaremos nosso próprio processo pessoal, aprenderemos a promovê-lo naqueles que amamos e conheceremos ferramentas para transformar situações difíceis em oportunidades de encontro e crescimento. Deixe-nos mostrar que outra educação é possível!

PÚBLICO-ALVO

Qualquer pessoa interessada em seu crescimento pessoal, na educação de filhos ou alunos, na qualidade da vida familiar e conjugal, na liderança e organização de grupos ou no acompanhamento pessoal.

INÍCIO

02 de agosto de 2025

DURAÇÃO

60 horas



www.acompañandoelcrecimiento.com | info@uptoyoueducacion.com

Acompañando el crecimiento S.L. C/San Vicente 2, 1 4600 Valencia CIF:B13944038

FORMATO

Aulas gravadas e sessões semanais ao vivo com o formador

Ao final do curso, você receberá um **certificado de participação** assinado por Acompañando el Crecimiento - Proyecto UPTPYOU.

CONTEÚDO

MÓDULO 1: FUNDAMENTOS DO CRESCIMENTO PESSOAL

Objetivo: compreender a complexidade das emoções e da pessoa, adquirir critérios para educar favorecendo o crescimento e desenvolver o autoconhecimento e a tomada de decisões para melhorar as relações interpessoais.

1. COMO A MENTALIDADE INFLUENCIA A EXPERIÊNCIA EMOCIONAL?

As emoções, longe de serem apenas reações afetivas, estão ligadas ao mais profundo do ser humano. Descobriremos como experiências, crenças e emoções se inter-relacionam e se influenciam mutuamente. Estudaremos os efeitos de diferentes formas de elogiar e corrigir e sua relação com a mentalidade fixa ou de crescimento, explorando a complexidade da vivência emocional.

Ferramenta: Avaliação da mentalidade.

2. NEUROPSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO: A REALIDADE EMOCIONAL NA INFÂNCIA E NA ADOLESCÊNCIA

Faremos um percurso pelo desenvolvimento maturacional da criança e do adolescente, analisando como a realidade emocional vivida por cada pessoa é uma oportunidade para o crescimento pessoal. Trataremos de temas como confiança, autonomia, autoestima, trabalho e identidade pessoal como dinâmicas humanas.

Ferramenta: Revisando etapas de 0-6 anos, 6-11 anos, 11-18 anos.

3. MODELOS EDUCACIONAIS

Se falamos de educação emocional, é necessário esclarecer qual modelo educacional está sendo assumido. Quais critérios educativos eu adotei? Como vivo o processo de ensino-aprendizagem? Trabalharemos essas e outras questões de maneira prática para aplicar esses princípios no dia a dia em contextos como a família, a escola ou a vida adulta.

Ferramenta: Princípios educativos.

4. EMOÇÕES

Vamos esclarecer o que é uma emoção e o que significa conhecer uma emoção. Descobriremos como elas contêm informações preciosas sobre a pessoa. Exploraremos as implicações que isso tem no crescimento pessoal e no acompanhamento educativo.

Ferramenta: De onde venho e para onde vou.

MÓDULO 2: FERRAMENTAS DE CRESCIMENTO PESSOAL

Objetivo: crescer no autoconhecimento e na tomada de decisões para melhorar as relações com os outros, aproveitando a complexidade das emoções por meio de ferramentas práticas. Assim, a própria experiência vivida durante a formação poderá ser aplicada futuramente em intervenções com outras pessoas.

1. A DIFERENÇA ENTRE CONHECER E IDENTIFICAR EMOÇÕES

As emoções fazem parte do nosso cotidiano. Trabalhamos a expressão dos sentimentos através da descrição e da narração, promovendo o autoconhecimento. Acompanhamos a experiência emocional, aprendendo a avaliá-la com foco no crescimento pessoal.



Ferramenta: Cartilha emocional.

2. DO MECANISMO AUTOMÁTICO A SER AUTOR DA PRÓPRIA VIDA

Bloqueios, culpar os outros, não reconhecer os próprios comportamentos, ver tudo em preto e branco... tudo isso costuma acontecer de forma automática. Aprenderemos a evidenciar a complexidade interior presente na experiência emocional para diferenciar fatos de sentimentos, julgamentos, decisões ou ações. Faremos também simulações para mostrar que existem múltiplas alternativas de comportamento, promovendo empatia e abertura.

Ferramenta: Corrente emocional – descrevê-la e quebrá-la.

3. TENDÊNCIAS E PERSONALIDADE: PARA ALÉM DOS JULGAMENTOS

Algumas atitudes nos ajudam sempre, outras causam problemas... Por quê? Investigaremos a origem pessoal dos comportamentos e reconheceremos os traços de personalidade que nos predis põem emocionalmente, para ganhar liberdade interior.

Ferramentas: O semáforo, O pêndulo, Traços de personalidade.

4. EXPERIÊNCIAS SIGNIFICATIVAS

Às vezes, um acontecimento nos afeta muito e não sabemos por quê. Descobriremos os fatores que influenciam uma experiência emocional — personalidade, expectativas, intenções, vivências, crenças — e como esses elementos se relacionam.

Ferramenta: A lupa.

5. REVISAR A VIDA: ENTRE O ENCONTRO E O IDEAL

Nem toda forma de revisão pessoal favorece o crescimento e o encontro. Exploraremos os riscos de perseguir ideais inalcançáveis ou comparar-se constantemente com os outros, propondo uma avaliação que fortaleça os vínculos, liberte da culpa e impulsione o crescimento contínuo.

Ferramenta: Revisão do dia.

6. TOMADA DE DECISÕES

Transformaremos bons desejos em decisões concretas que mobilizem a pessoa à ação. Ajudaremos a que essas ações nasçam da interioridade e estejam a serviço do próprio crescimento e do crescimento dos outros.

Ferramentas: O conselheiro fiel, O leme.

7. CRENÇAS

A forma como nos entendemos a nós mesmos, aos outros e ao mundo influencia diretamente nossa autoestima e nossas relações. Identificaremos nossas crenças, sua origem e se elas nos ajudam ou limitam, aprendendo também a apoiar os outros nesse processo.

Ferramentas: Crenças saudáveis, Desejo ou realidade?

8. MELHORAR RELAÇÕES

Melhorar as relações é prioridade, mas nem sempre sabemos como. Oferecemos recursos para diagnosticar o estado das nossas relações e fomentar, a partir daí, vínculos mais autênticos, profundos e transformadores.

Ferramentas: O salva-vidas, Vestígios de humanidade.

9. MOTIVAÇÃO

A questão não é o que nos motiva, mas por que e como despertar a motivação interior. Analisaremos os diferentes tipos de motivação, com foco no encontro como principal fonte, e aplicaremos isso especialmente na infância e adolescência.

Ferramentas: A motivação das minhas ações, Meu sonho, A atividade motivadora.

10. RELACIONAMENTO CONSTRUTIVO COM O GRUPO DE IGUAIS



A amizade é fundamental em todas as fases da vida. Aprenderemos como aproveitar o apoio dos iguais para favorecer o autoconhecimento e a fidelidade às próprias decisões. Exercitaremos a escuta ativa e refletiremos sobre o que caracteriza uma amizade verdadeira em todas as idades.

Ferramentas: Grupo de apoio, Amigos de verdade.

MÓDULO 3: ACOMPANHAMENTO PARA O CRESCIMENTO PESSOAL

Objetivo: adquirir critérios para acompanhar pessoas em processos de desenvolvimento, respeitando seus ritmos e praticando estilos de diálogo que favoreçam o encontro e o crescimento. O autoconhecimento será essencial para um bom acompanhamento, e a tomada de decisões será o meio adequado para melhorar as relações.

1. ACOMPANHAMENTO PESSOAL: ALGUMAS CHAVES

Vamos conhecer o tipo de vínculo que serve de base para os diálogos de acompanhamento e as experiências necessárias para que surja novidade na vida da pessoa. Descobriremos também princípios gerais para o diálogo e as particularidades de acompanhar crianças, adolescentes e adultos.

2. AGRADECIMENTO E RECONCILIAÇÃO: DUAS DINÂMICAS ESSENCIAIS

Aprofundaremos nas dinâmicas de agradecer e perdoar a partir de uma visão integral da pessoa, de sua interioridade e para o crescimento de sua vida e relações. Veremos como aplicar essas dinâmicas em processos de acompanhamento na escola e na família.

3. DIÁLOGOS A PARTIR DAS EMOÇÕES: A PEDAGOGIA DOS DOIS PASSOS

Aprenderemos a dialogar a partir da realidade emocional da vida para ajudar as pessoas a se conhecerem e a tomarem decisões que melhorem suas relações. Fomentamos estilos de vida e de relação que favoreçam o crescimento em todas as idades.

4. DIÁLOGOS PARA AMPLIAR O FOCO

Exploraremos como não ficar presos apenas à emoção do momento e incluir temas como autoestima, autoconceito, ética, crenças, sentido e moral.

5. DIÁLOGOS COM SIMULAÇÃO PARA TRIANGULAR

Aprenderemos a promover o pensamento complexo para compreender melhor a realidade, desenvolvendo um estilo relacional que abra a pessoa para essa complexidade.

6. DIÁLOGOS PARA ACESSAR A INTERIORIDADE E AGIR A PARTIR DELA

Estudaremos como não ficar apenas nas tensões e comportamentos, ajudando as pessoas a acessar sua interioridade e agir a partir dela.

7. DIÁLOGOS A PARTIR DO BLOQUEIO PARA GANHAR ABERTURA PESSOAL

Reconhecemos o nível de bloqueio ou abertura em que nos encontramos e aprenderemos como o diálogo pode promover maior abertura, compreendendo-se a partir do passado, presente e futuro.

8. DIÁLOGOS SOBRE TEMAS POLÊMICOS

Frequentemente surgem temas polêmicos ou perguntas impactantes no diálogo, que podem assustar o acompanhante. Aprenderemos a evitar confrontos inúteis e a situar esses temas em uma perspectiva que permita análise e compreensão.

9. DIÁLOGOS PARA ACOMPANHAR O ESTRESSE E A RESILIÊNCIA

Descobriremos que o estresse pode ser um recurso para proteger o que é mais valioso. Veremos como certos significados dados às experiências vividas geram sobrecarga e como a resiliência pode transformar a dor em oportunidade de crescimento, sem perder a sensibilidade.

10. QUALIDADE DAS RELAÇÕES E APEGO



O apego seguro é uma experiência que sustenta a vida. Como educar para promover esse tipo de vínculo? O que fazer quando isso não é vivido? Veremos como crescer a partir das relações passadas para melhorar as relações presentes e futuras, tanto na família quanto em outros contextos.

DATAS E HORÁRIOS

Sábados das 8:30h às 10h

Agosto: 2, 9, 16, 23, 30 | Setembro: 6, 13, 20, 27 | Outubro: 4, 18, 25

Novembro: 8, 29 | Dezembro: 13

INSCRIÇÃO

www.acompañandoelcrecimiento.com/crecimentopessoal

PREÇO

R\$600,00/participante.

(Taxas de transferência internacional não incluídas)

Inclui acesso às sessões ao vivo, ferramentas em PDF trabalhadas no curso e documentos complementares.

Se precisar pagar em parcelas ou solicitar bolsa, entre em contato conosco — teremos prazer em ajudar!

MAIS INFORMAÇÕES E CONTATO

Secretaria: Bianca Stutz info.brasil@uptoyoueducacion.com / 22 9 9894 7545



Uma experiência única para o seu crescimento e o das pessoas ao seu redor.

