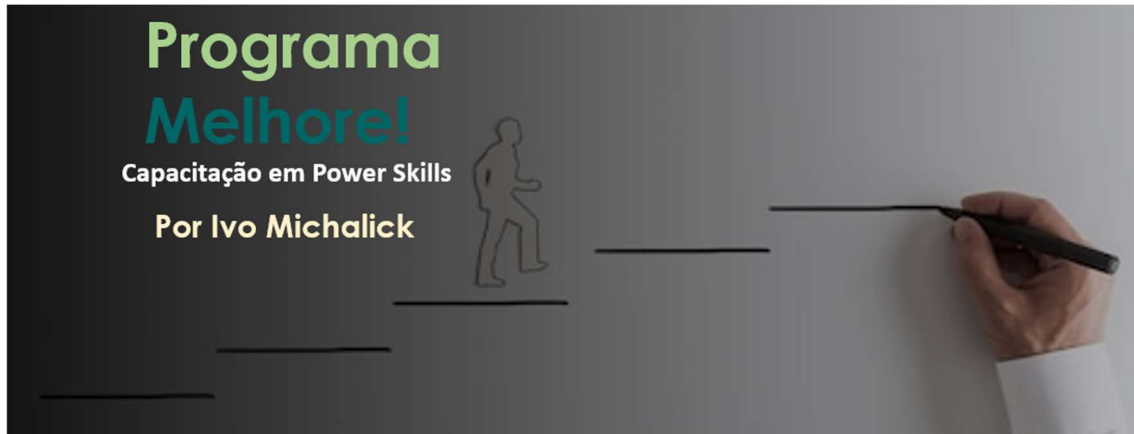


Programa Melhor! – Versão EAD

Por Ivo M. Michalick Vasconcelos, MSc, PMP, PMI-SP, CPCC



O **Programa Melhor!** foi criado por mim, Ivo Michalick, em 2020 (em plena pandemia!) para ajudar pessoas que desejam se tornar melhores.

Ele teve algumas turmas na modalidade online ao vivo, e agora está disponível na modalidade EAD – Ensino à Distância, de forma assíncrona, isto é, o aluno determina seu próprio ritmo de estudo.

O foco são **competências comportamentais**, ou como se costuma dizer hoje em dia, “**power skills**”. Começo pela que vejo como a base, que é a **Inteligência Emocional**, e depois disto trabalho outras competências conforme a descrição do programa abaixo:

Módulo 1: Inteligência Emocional - Fundamentos da Inteligência Emocional

- Onde tudo começou para mim
- Introdução à Inteligência Emocional
- Definição e dimensões da Inteligência Emocional
- Nosso cérebro e as emoções

Módulo 2: Inteligência Emocional - Inteligência intrapessoal – Competência pessoal

- Controle emocional
- *Mindfulness*
- Agilidade emocional

Módulo 3: Inteligência Emocional - Inteligência interpessoal – Competência social

- Comunicação não verbal
- Escuta ativa
- Diálogo
- Observação e Conversa
- Janela de Johari
- *Rapport* (empatia)
- Gentileza

Módulo 4: Inteligência Emocional - Aprendizagem vivencial

- Utilizando as ferramentas e técnicas de Inteligência Emocional
- Estratégias para melhorar nossa Inteligência Emocional
- Considerações finais

Módulo 5: Comunicação em Tempos Difíceis

- Triângulo Dramático de Karpman (Perseguidor/Salvador/Vítima)
- Judô Verbal (originalmente por David D. Burns)
- CNV – Comunicação Não-Violenta (criada por Marshall Rosenberg)
- Conversas Difíceis (originalmente por Stone, Patton e Heen)
- *Feedback*

Módulo 6: Negociação

- Conceito de Negociação
- Ferramentas de Negociação
- Métodos de Negociação
- As 12 Estratégias de Stuart Diamond
- Considerações Finais

Módulo 7: Gestão do Tempo Pessoal

- Christian (Barbosa) ou David (Allen)?
- O Líder e a Gestão de si mesmo
- Mas e o David?!
- Faxina Física e Mental
- Roda da Vida e Iniciativas
- Quer começar com algo mais simples?

Módulo 8: Só mais um tiquinho

- Os 5 Desafios das Equipes (originalmente por Patrick Lencioni)
- Motivação 3.0 (originalmente por Daniel D. Pink)
- "Improv Wisdom" (originalmente por Patricia Ryan Madson)
- Psicologia Positiva e Modelo PERMA (originalmente por Martin Seligman)
- Juntando tudo (este é por mim mesmo!)

O material é complementado por um e-book sobre Inteligência Emocional (tema dos quatro primeiros módulos), mais um caderno com todos os exercícios propostos e um arquivo que lista as referências bibliográficas e links específicos de cada módulo, a bibliografia geral do Programa e sugestões adicionais.

Bônus:

1. Aula online ao vivo e em grupo com o Ivo

Nossa recomendação é que você, dentro de seu próprio ritmo, invista de uma a duas semanas por módulo, o que dá **uma duração de oito a 16 semanas**. E não se assuste que você não vai ficar por conta do Programa em tempo integral, a quantidade de esforço vai depender de você, para cada módulo eu proponho alguns exercícios que vão te ajudar a absorver melhor o conteúdo!

Quando terminar o Módulo 8 você terá acesso ao seu certificado de conclusão do Programa e um bônus: um link de agendamento para um encontro online e ao vivo comigo, em grupo. Neste encontro, com duração prevista de até três horas, você poderá interagir comigo e outros participantes que chegaram até este ponto, esclarecer dúvidas e falar sobre sua experiência com o Programa.

2. Comunidade de Prática exclusiva

Outra oferta exclusiva para quem concluir o Programa é um convite para participar de uma Comunidade Prática facilitada por mim onde poderemos continuar discutindo temas ligados a Power Skills e crescimento pessoal!

Sobre o autor – ivo.michalick@gmail.com



Ivo Michalick é um profissional com mais de 30 anos de experiência em projetos, possui bacharelado e mestrado em Ciência da Computação pelo DCC/UFMG, certificações PMP e PMI-SP do PMI na área de gerenciamento de projetos e CPCC (pelo CTI – Co-Active Training Institute, nos Estados Unidos) na área de coaching, além de uma vasta experiência na gestão de grandes projetos, programas e portfólios de diversas indústrias como logística, mineração, energia, defesa, saúde, tecnologia da informação, óleo e gás e telecomunicações no Brasil e no exterior. Desde 2006 é sócio diretor da M2 Consultoria e Coaching, pela qual presta serviços de consultoria, treinamento e palestras em gerenciamento organizacional de projetos e power skills, além de atender clientes de coaching. Ex Presidente do PMI-MG, voluntário global estratégico junto ao PMI desde 2014 e graduado do PMI Leadership Institute Master Class (turma de 2012), além de palestrante de renome e autor de vários artigos no Brasil e no exterior. Colaborador dos livros "Projetos Brasileiros - Casos Reais Gerenciamento" (Brasport, 2007), "Gestão de Projetos Brasil" (IETEC, 2013), "Gerenciamento de Projetos em Tiritinhas" (Brasport, 2015), "Say Yes To Project Success" (Notion Press, 2017) e "Professional Leader" (Brasport, 2019).

Perfil no LinkedIn: <http://www.linkedin.com/in/ivomichalick>

Apresentação pessoal (maio de 2020): <https://bit.ly/3F95Ylf>