



SERVIÇO SOCIAL DA INDÚSTRIA
DEPARTAMENTO REGIONAL DE SÃO PAULO

CERTIFICADO

Certificamos que **ANA JÚLIA PEDROSO DE FREITAS**, CPF nº **46312057844** concluiu o curso à distância **Soft Skills: Inteligência Emocional** com duração de 6 horas.

São Paulo, 25 de julho de 2024

Validação Certificado



66a23be7-1620-4136-878f-fd5bac1f01b3

Alexandre Ribeiro Meyer Pflug

Superintendente do Sesi-SP

Maria Aparecida Bouchardet

Gerente de Educação Continuada

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

- A relação das Inteligências múltiplas com a Inteligência emocional
- A importância da autoconsciência para facilitar o autocontrole das reações emocionais
- Automotivação e atenção plena para alcançar objetivos
- A manutenção da saúde integral para conectar corpo e mente
- Flexibilidade para enfrentar desafios e se tornar melhor
- Autoinfluência e influência positiva
- Empatia e comunicação positiva para a construção de relacionamentos positivos