



TRILHA DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL

GUIA

DO ALUNO

**TRILHA DE APRENDIZAGEM:
DESENVOLVIMENTO PESSOAL
(ETAPA 2)**

APRESENTAÇÃO

Sejam bem-vindos à Trilha de Aprendizagem: Desenvolvimento Pessoal (etapa 2), que será realizada de 17 a 21 de outubro de 2022, com teletransmissões ao vivo e atividades complementares no Ambiente Virtual de Aprendizagem - AVA do MPBA, tendo como instrutoras e conteudistas Esbela Neves, Alessandra Urbano e Luciana Benedetto, servidoras da instituição.

O conteúdo da trilha deve ser utilizado exclusivamente para fins de aprendizagem, não podendo ser reproduzido ou alterado.

CURRÍCULO DAS INSTRUTORAS

Alessandra da Silva Cruz Urbano:

- Empreendedora;
- Coach;
- Mentora de Mulheres Empreendedoras;
- Especialista em Análise de Perfil Comportamental e Especialista em Análise de Sabotadores;
- Pós-graduada em Gestão Pública, com Trabalho de Conclusão de Curso em Inteligência Emocional e Produtividade no Setor Público.

Esbela Machado Magalhães Neves:

- Master Coach Integral Sistêmico;
- Analista de Perfil Comportamental CIS Assessment;
- Graduada em Psicologia;
- Pós-graduanda em Psicologia Positiva: a Ciência da Felicidade;
- Co-autora do Livro "Mindset da Felicidade";
- Ministrante Credenciada: "O Poder da Ação", "O Poder da Autorresponsabilidade", "Foco na Prática", "Poder e Alta Performance" e "Jeito de Viver Família".

Luciana Benedetto Torres:

- Bacharel em Direito;
- Psicóloga Clínica;
- Especialista em Psicologia Conjugal e Familiar.

PÚBLICO - ALVO

Membros e Servidores do MPBA.

OBJETIVO

Aperfeiçoar e potencializar as competências emocionais dos integrantes do MPBA.

CARGA HORÁRIA

A segunda etapa da trilha possui carga horária de 20 horas, distribuídas em transmissões ao vivo, das 9h às 11h, e atividades complementares assíncronas no AVA.

CRONOGRAMA

DATAS	TÍTULO/ CONTEÚDO	INSTRUTORA
17/10	Decifre e influencie pessoas	Esbela Neves
18/10	Turbine a sua comunicação. Comunicação interpessoal e relacionamentos dentro do grupo de trabalho	Alessandra Urbano
19/10	Será que é possível ser feliz no trabalho?	Esbela Neves
20/10	Atitudes para aprimorar o desempenho de líderes e equipes	Alessandra Urbano
21/10	- Burnout - Transtornos fóbicos - Transtorno de estresse pós-traumático - Transtorno obsessivo-compulsivo - Outros Transtornos Mentais específicos	Luciana Benedetto

METODOLOGIA

Os encontros por teletransmissão serão realizados de forma síncrona, sendo indispensável que os participantes estejam em um local reservado e silencioso, disponham de microfone e câmera para comunicação com as instrutoras e seus colegas.

Também serão disponibilizados conteúdos complementares, fóruns de debates e atividade avaliativa na sala virtual da trilha, no endereço www.ead.mpa.mp.br.

Os links de acesso ao Teams para as transmissões ao vivo serão enviados por e-mail no dia anterior à aula.

COMO INTERAGIR NOS FÓRUNS

- Verifiquem se o que desejam perguntar ou expor já foi postado por algum colega. Caso tenha sido, concentrem a conversação no mesmo tópico, para que a conversa não fique diluída;
- Para criar um tópico novo, cliquem no fórum, em seguida, na opção “Acrescentar um novo tópico de discussão”.
- Após preencher os dados do formulário, cliquem em “Enviar mensagem ao fórum”;
- A mensagem enviada poderá ser editada em até 30 minutos após o envio;
- Para responder mensagens já postadas em tópicos de discussão, é só clicar em “Responder”. A resposta também poderá ser editada em até 30 minutos após a postagem;
- É importante que as contribuições nos fóruns sejam concisas, evitando comentários longos. Documentos com informações adicionais poderão ser anexados às mensagens;
- Evitem a escrita com letras maiúsculas, pois na linguagem da internet significa que estamos gritando. Caso desejem enfatizar alguma parte de suas contribuições, utilizem os recursos de formatação de texto como negrito, itálico e sublinhado;
- Fomentem um ambiente de cooperação nos fóruns, mesmo que discordem de algum pensamento apresentado por um colega. Caso haja posicionamentos contrários acerca de alguma questão, escrevam sobre seus posicionamentos próprios, respeitando, contudo, as contribuições dos colegas.

AVALIAÇÃO

Ao final da segunda etapa da trilha, será disponibilizada uma atividade avaliativa, que constitui um pré-requisito para obter o certificado de conclusão.

CERTIFICADO

Para ser considerado capacitado e receber o certificado de conclusão dessa etapa da trilha de desenvolvimento pessoal, o participante deverá obter no mínimo 70% de frequência às teletransmissões e responder a atividade avaliativa. O certificado será emitido pelo CEAF até 30 dias após a finalização das aulas.

PESQUISA DE OPINIÃO

Após o término das aulas, será disponibilizada uma pesquisa de opinião para que os participantes avaliem a qualidade das atividades desenvolvidas, seu conteúdo e organização, exponham dificuldades encontradas e sugestões para que possamos aprimorar o trabalho a ser desenvolvido pelo CEAF. Ficaremos muito gratos com sua colaboração.