



# CERTIFICADO

Certificamos que

*Gabriela Ehlert*

---

Participou do **Workshop Inteligência Emocional para Líderes** realizado no dia  
24/07/2025, com duração de 4 hora.

*Ana Cláudia de A. Ribeiro*

---

**Ana Cláudia de Araújo Ribeiro**  
Instrutora e Diretora da PreparaRH Soluções

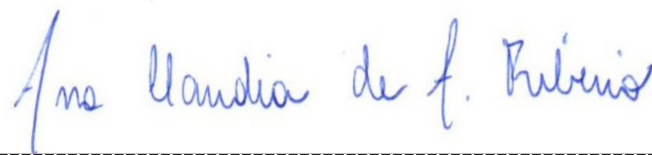
**Nome:** Gabriela Ehlert

**Workshop:** Inteligência Emocional para Líderes

**Carga Horária:** 4 hora

**Conteúdo Programático:**

- Fundamentos da inteligência emocional: autoconhecimento, autocontrole, empatia e gestão de relacionamentos
- Como as emoções influenciam atitudes, decisões e relacionamentos
- Reconhecimento de gatilhos emocionais
- O papel da empatia nas relações de trabalho
- Construção de conexões genuínas com a equipe
- Como cultivar confiança, escuta ativa e colaboração
- Técnicas para lidar com emoções em momentos de pressão
- Comunicação clara e empática
- A relação entre IE e segurança psicológica
- Como IE contribui para engajamento e desempenho
- Plano de ação: como aplicar o que foi aprendido no dia a dia
- Prevenção de conflitos e reações impulsivas



---

**Ana Cláudia de Araújo Ribeiro**  
Instrutora e Diretora da PreparaRH Soluções

