

Cultivando o Bem-Estar no Exercício da Magistratura

Data	Horários	Temas	Ministrante
05/08 (6ª-feira)	14h às 18h	1. RESGATANDO A MOTIVAÇÃO O sentido e a motivação para a função de juiz. O papel do juiz: dimensões de cuidado (de si, da sociedade, da Unidade). Felicidade genuína e dimensão ética. Valores importantes para a função. Motivação intrínseca x motivação extrínseca.	Caroline de Oliveira Bertolino Psicóloga e instrutora certificada pelo <i>Santa Barbara Institute for Consciousness Studies</i> no programa <i>Cultivating Emotional Balance Teacher Training</i> . Habilitada no programa <i>Mindful Self-Compassion Teacher Training</i> pela Universidade da Califórnia. Mestranda na Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre, graduada em Psicologia pela Universidade Federal de São Carlos e pós-graduada em Arteterapia pelo NAPE. Também é habilitada pelo Instituto Social Pichon-Rivière para desenvolvimento e coordenação de grupos. Atua nas esferas institucional e educacional para a promoção da saúde mental individual e coletiva. Servidora do TRT4.
19/08 (6ª-feira)	14h às 18h	2. EQUILÍBRIO EMOCIONAL O que é equilíbrio emocional. O que são as emoções e como interferem no processo de julgar. Como construir episódios emocionais construtivos (aprendendo a lidar com as emoções). O papel das emoções. A influência da percepção no surgimento das emoções.	
09/09 (6ª-feira)	14h às 18h	3. CULTIVANDO O FOCO A importância do foco no trabalho. Como praticar a atenção plena formal e informalmente. A importância de reconhecer o que já existe.	
23/09 (6ª-feira)	14h às 18h	4. COMUNICAÇÃO EMPÁTICA Teoria e prática de comunicação não-violenta. O que é empatia (teoria e prática).	

Local

Sede da Escola Judicial - Foro Trabalhista de Porto Alegre
Avenida Praia de Belas, 1432 - Prédio 3 - 2º andar

Público-alvo

Magistrados do TRT4.

Inscrições

Até as 12h do dia 22/07 (6ª-feira)
link <http://www.trt4.jus.br/portaltrt/cursosAdmin.html>
ou Portal VOX > Cursos > Informações e Inscrições



OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

PARA MAGISTRADOS: a certificação deste evento está condicionada à frequência mínima exigida na Resolução 08/2011 da ENAMAT, e à entrega tempestiva da avaliação de aprendizagem (Registros Reflexivos ou Síntese Multimídia), de acordo com o Ato Regulamentar 01/16 da Direção da Escola Judicial.

Para maiores informações sobre esta atividade, consulte o programa anexo a esta divulgação, também disponível no site www.trt4.jus.br/portal/portal/EscolaJudicial/eventos

