



Instituto Superior
de Engenharia

Politécnico de Coimbra



Coimbra
Engineering
Academy isec.pt



MIGHTY
MIND

PÓS GRADUAÇÃO

SEGURANÇA, SAÚDE E FELICIDADE NO TRABALHO



www.isec.pt

A Segurança, a Saúde e a Felicidade exponenciam o sucesso. São fatores cruciais nas organizações: motivam, aumentam a produtividade e inibem o stress.

A adoção de uma mentalidade de engenharia potencia estes fatores.

O mindset de engenheiro baseia-se:

1 - Num pensamento estruturado.

A capacidade de ver uma estrutura onde não há nada aparente e de fazer perguntas de maneira lógica.

2 - Numa visão sistémica.

A capacidade de reconhecer as partes que constituem o todo, bem como de desconstrução e reconstrução.

3 - Numa lógica de adaptação a qualquer circunstância.

Espera-se que os engenheiros produzam os melhores resultados possíveis dadas as condições. Na maioria das vezes sem conhecerem todos os dados que permitem a compreensão total da situação.

4 - Na capacidade analítica.

A capacidade de análise do que está disponível, do que é possível, do que é desejável, e de quais são os limites.

Esta Pós-Graduação surge da necessidade de dotar os profissionais de conhecimentos e capacidades que permitam canalizar o seu mindset para a promoção da saúde, da segurança e da felicidade no trabalho.

Quando individualmente, de forma consciente, os profissionais escolhem comportamentos focados no bem-estar e no equilíbrio, criam climas organizacionais mais atrativos e resilientes.

Alcançar um mindset global de “o que depende de mim?” e “sou o protagonista do meu percurso”, adotando ações que potenciam ambientes seguros, saudáveis e felizes é o que oferecemos nesta Pós-Graduação.

OBJETIVOS

Incorporar a mentalidade de engenheiro na promoção da segurança, saúde e felicidade ao nível pessoal e organizacional.

Conhecer e integrar uma Cultura de segurança, saúde e felicidade na ótica do colaborador.

Potenciar o autoconhecimento para otimização da performance.

Dotar o profissional de competências competitivas e diferenciadoras no mercado de trabalho que facilitam a sua adaptação ao mundo BANI, frágil (brittle), ansioso, não linear e incompreensível.

Elaborar o Plano Individual de Felicidade.

DOCENTES > UNIDADES CURRICULARES

- > **Ana Fragata** | Smart Cities, Comunidades Felizes e Sustentáveis
- > Ana Maria Albuquerque Rodrigues | A Felicidade na Tomada de Decisão
- > **Catarina Albuquerque Pizarro de Castro** | Estudo de Caso: Pessoas | Organizações
- > **Cátia Gonçalves** | O Impacto da Estética na Felicidade
- > **Clementina Furtado** | Conciliação Laboral e Familiar e Igualdade de Género
- > **Jorge Humberto Dias** | Modelos Mentais nas Organizações: da Felicidade à Criatividade
- > Jorge Mendes Leal | Comunicação Eficaz
- > **Liliana Costa** | Segurança no Trabalho
- > **Liliana Sequeira** | Coordenação; Estudo de Caso: Pessoas | Organizações e Plano Individual de Felicidade
- > **Maria Joelle Gonçalves** | A Espiritualidade das Organizações
- > **Marta Bento** | Liderança Positiva
- > **Nádia Andrade** | Dor Crónica no Local de Trabalho
- > **Orlando Carvalho** | Direito à Felicidade
- > Paula Mouta | Saúde – Epigenética Social e Comportamental
- > **Sara Brito** | A influência da segurança psicológica na eficácia das organizações

DESTINATÁRIOS

- Aos alunos, colaboradores, executivos, técnicos de recursos humanos, quadros empresariais e dirigentes públicos.
- A todos que queiram otimizar o seu desempenho profissional, a sua interação social e contribuir para um futuro mais seguro, saudável e feliz nas organizações.

CARGA HORÁRIA

- 140h, em regime de e-learning.

VAGAS

- 25

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

Sessões síncronas:

- quinta-feira – 21 às 23h
- sexta-feira - 21 às 23h
- sábado – 10 às 13h

PROPINAS

- **Taxa de candidatura:** 75€
- **Taxa de matrícula:** 75€
- **Valor da propina:** 1340€

CANDIDATURA

<https://mighty mind.pt/pos-graduacao-em-seguranca-saude-e-felicidade-no-trabalho/>

Mais informações: info@mighty mind.pt

www.isec.pt





**Instituto Superior
de Engenharia**
Politécnico de Coimbra



**Coimbra
Engineering
Academy** isec.pt



**MIGHTY
MIND**

www.isec.pt

