

CERTIFICAÇÃO INTERNACIONAL DE INSTRUTORES DO PROGRAMA *CULTIVATING EMOTIONAL BALANCE* (CEBTT)

Como o CEBTT está estruturado?

A certificação internacional tem duração de nove meses. A próxima turma inicia em abril de 2026 e segue até dezembro do mesmo ano. A certificação é concedida pelo CEB Inc., instituição americana dirigida pela Dra. Eve Ekman. Com esta certificação você poderá ministrar o treinamento *Cultivating Emotional Balance* em qualquer lugar do mundo no formato completo de 42 h de treinamento, treinamentos mais breves, palestras ou mentorias.

Após essa etapa, você poderá optar por realizar mais algumas disciplinas (de janeiro a março de 2027) e concluir créditos para que possa se certificar em uma pós-graduação com reconhecimento pelo MEC, cursando disciplinas voltadas a ampliar seu conhecimento em temas relacionados ao autocuidado, gestão de pessoas e preparação supervisionada de treinamentos do CEB.

As aulas acontecem aos sábados das 9h00 às 17h00 e aos domingos das 9h00 às 16h, nas seguintes datas:

- 25 e 26 de abril — aula híbrida
- 23 e 24 de maio — online
- 13 e 14 de junho — online
- 6 a 12 de julho — retiro presencial obrigatório (aulas manhã, tarde e noite)
- 22 e 23 de agosto — online
- 19 e 20 de setembro — online
- 17 e 18 de outubro — online
- 14 e 15 de novembro — online
- 12 e 13 de dezembro — aula híbrida

As aulas híbridas (presenciais ou online) serão realizadas no Essente, na Avenida Paulista, 1799 17º andar, esquina com a Alameda Casa Branca, ao lado da estação Trianon-MASP, em São Paulo.

O retiro presencial acontecerá na Casa de Retiro Emaús, em Itapetcerica da Serra, a aproximadamente uma hora da capital paulista.

O valor do investimento na Certificação Internacional é de R\$ 12.000 à vista, ou parcelado em cartão de crédito pela Infinite Pay, com os juros da plataforma.



Pós-graduação opcional (MEC)

As aulas complementares da pós-graduação, oferecidas online, ocorrerão nas seguintes datas:

- 23 e 24 de janeiro
- 20 e 21 de fevereiro
- 20 e 21 de março

A opção pela pós-graduação pode ser feita durante o CEBTT, até a data limite de 1 de dezembro de 2026.

O valor do investimento na Pós-graduação é de mais R\$ 5.000 (somado ao valor da Certificação Internacional) à vista, ou parcelado em cartão de crédito pela Infinite Pay, com os juros da plataforma.

Se houver alguma informação importante de que você ainda precise ou se houver algo que possamos fazer para apoiar você na sua decisão, não hesite em nos chamar:

Jeanne Pilli – WhatsApp – 11-99647-7334

Elisa Kozasa – WhatsApp – 11-99179-9721

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

CERTIFICAÇÃO DE INSTRUTORES	Disciplina	Carga horária (horas)
Conhecendo as emoções e cultivando saúde emocional	Histórico do CEB	62
	Emoções, Reconhecimento e Funções	
	Linha do Tempo de um Episódio Emocional	
	Estratégias de Regulação Emocional	
	Raiva	
	Alegria	
	Nojo	
	Desprezo	
	Medo e Surpresa	
	Tristeza	
	Culpa e Vergonha	
	Emoções e Ciência	
Conhecendo a mente e cultivando a felicidade genuína	Felicidade Genuína	63
	Ética	
	O modelo dos Quatro Equilíbrios	
	A visão contemplativa da realidade	
	Equilíbrio Conativo - O cultivo de intenções alinhadas com a busca da felicidade genuína	
	Equilíbrio Afetivo - Qualidades do Coração	
	Equilíbrio Atencional - conceitos e práticas	
	Equilíbrio Cognitivo - práticas de investigação contemplativa	
	Práticas de Cultivo de Qualidades da Mente	
	Práticas meditativas sensíveis ao Trauma	
	A importância das práticas contemplativas informais	
	Práticas Contemplativas e Ciência	
Práticas sob supervisão e relatórios	Os Alunos Realizarão Práticas de Meditação e de Equilíbrio Emocional com Encontros para Supervisão	60
Retiro	Retiro - Cultivating Emotional Balance Teachers Training	70
Estágio - aplicando o CEB	Estágio - Aplicação do treinamento do CEB de 12 horas	25
CARGA HORÁRIA TOTAL DA CERTIFICAÇÃO		290
PÓS-GRADUAÇÃO-COMPLEMENTO	Disciplina	Carga horária (horas)
Complemento- pós-graduação- foco nas organizações	Aplicando o CEB nas organizações	30
Preparação do CEB Completo	Preparação do treinamento CEB Completo (42h)	40
CARGA HORÁRIA TOTAL DA PÓS-GRADUAÇÃO		360