



CURSO DE CURTA DURAÇÃO
**O Coaching e a Liderança Emocional-
a Distância**

Curso de Curta Duração O Coaching e a Liderança Emocional- a Distância

Objetivos Gerais

Este Curso de Curta Duração tem como objetivo dotar os participantes dos conhecimentos e skills que lhes permitam liderar, desenvolver pessoas e gerir equipas utilizando os princípios do Coaching e da Liderança Emocional. As emoções devem ser sentidas e expressas de modo cuidadosamente controlado no ambiente de trabalho. Contudo, os estudos mais recentes sobre boas práticas de liderança comprovam que a emoção não só é importante, como absolutamente necessária para tomarmos boas decisões, agirmos de forma mais eficaz na resolução de problemas, enfrentarmos a mudança e alcançarmos o sucesso pessoal e organizacional.

Ao desenvolver competências, práticas e habilidades de Inteligência Emocional e de Coaching, torna-se possível identificar emoções, utilizá-las para melhorar o raciocínio, compreendê-las e administrá-las de forma integrada, favorecendo uma atuação mais consciente, equilibrada e orientada para resultados.

Objetivos Específicos

No final deste Curso de Curta Duração os participantes estarão aptos a:

- Dominar os conceitos de Coaching, Inteligência Emocional, emoção, razão e pensamento;
- Distinguir emoções proactivas e reactivas;
- Gerir com maior facilidade os processos de mudança;
- Identificar competências do líder eficaz;
- Aplicar ferramentas de Coaching na liderança de pessoas e equipas;
- Partilhar, fortalecer e manter relações positivas.

Destinatários

Este Curso de Curta Duração destina-se a Directores, Chefias e Quadros Intermédios, Chefias Directas, Coordenadores, Chefes de Equipas, Chefes de Projectos e a todos os Profissionais das diversas áreas do conhecimento, interessados em desenvolver e melhorar competências relativas à liderança, ao Coaching e à compreensão das acções e atitudes das pessoas nas organizações, tendo por base os princípios da Inteligência Emocional.

Pré-requisitos

Os pré-requisitos necessários para frequentar este Curso de Curta Duração são:

- Ter acesso a um computador ou um tablet com ligação à Internet e um browser (programa para navegar na web), como o Chrome, Safari, Firefox ou Internet Explorer.
- Pode aceder ao curso a partir de qualquer computador (por exemplo, em casa e no escritório), tablet ou smartphone.

Data de Realização

01, 02, 03, 08, 09 e 10 de setembro de 2027

Duração

18 horas

Horário

15h30 às 18h30

Valor

400,00 + IVA

Conteúdo Programático

Módulo 0 – Apresentação de Plataforma e Método de Utilização

Módulo I - O Coaching na Liderança

- O que é Coaching?;
- O impacto do Coaching no desenvolvimento da liderança;
- Coaching como ferramenta de alinhamento e crescimento;
- O papel do líder-coach.

Módulo II - Liderança Emocional

- O impacto do líder na equipa;
- Perfis e características do líder;
- Estilos e tipos de liderança;
- A liderança situacional.

Módulo III - Liderança e Gestão de Equipas

- Conceito de equipa;
- Funcionamento de uma equipa: aspectos críticos;
- Características de uma equipa eficaz;
- Comunicação, confiança e coesão.

Módulo IV - Os Conflitos e o Relacionamento Interpessoal

- Causas de conflito;
- Tipos de conflito;
- Gestão de conflitos no trabalho em equipa;
- Estratégias de gestão de conflitos.

Módulo V - Inteligência, Emoção e Razão

- Conceitos de inteligência;
- Quociente Intelectual (QI) ou Quociente Emocional (QE);
- Emoção, razão e pensamento;
- As emoções proactivas.

Módulo VI - Gestão, Coaching e Inteligência Emocional

- Competências e traços do líder eficaz;
- A partilha e a manutenção das relações positivas;
- Aprender a ouvir e a criar empatia;
- A gestão da comunicação e dos conflitos.

Metodologia

Este curso tem sempre presente o formador, que irá mesmo dar a formação presencial através da plataforma.

O Formando pode intervir juntamente com o formador ou com os restantes formandos tal como faz na sala de aula.

As apresentações e exercícios serão sempre disponibilizados pelo formador no final de cada sessão de formação.

No final do curso receberá um Certificado de Formação Profissional caso frequente pelo menos 90% das aulas, realize os trabalhos e os testes propostos, participe nas discussões online e tenha avaliação final positiva.

Esta formação é certificada e reconhecida.

Orador: Dra. Maria Manuela Saraiva

Habilitações

Senior Consultant e Formadora Internacional, Especialista na área Comportamental, Desenvolvimento Pessoal e Comunicação, licenciada em Secretariado e Administração, Consultoria e Formação Profissional, alia uma visão estratégica à profunda paixão pelo desenvolvimento do Capital Humano.



Com experiência consolidada em Portugal e nos PALOP, é Formadora Certificada pelo IEFP desde 2005 e possui Certificado de Equivalência do CAP emitido pelo CENFFOR, Angola, em 2018. A sua atuação distingue-se pelo rigor, pela proximidade com os participantes e pela capacidade de adaptar cada intervenção às necessidades concretas de cada organização, promovendo a evolução contínua das organizações e dos seus profissionais.

Resumo de Competência

Tem um percurso sólido na otimização de dinâmicas comportamentais, e especializou-se em Liderança, Inteligência Emocional, Comunicação Estratégica, Gestão de Equipas de Elevado Desempenho e Public Speaking, transformando conhecimentos em motores de mudança.

Acompanha empresas nacionais e internacionais na valorização das suas pessoas e na melhoria dos seus resultados, agrega conhecimento técnico, visão estratégica e forte capacidade de comunicação, assegurando intervenções formativas orientadas para a prática, para os resultados e para a transformação positiva das organizações.

Percurso Profissional

Desde 2019 - Consultor/ Formador na High Skills nas seguintes áreas:

Desenvolvimento Pessoal e Comunicação: Liderança, Trabalho em Equipa, Gestão de Conflitos, Inteligência Emocional, Organização do Trabalho, Gestão do Tempo e do Stress e Gestão de Reclamações, Oratória (Falar em Público) e Técnicas de Apresentação.

Secretariado e Apoio Administrativo: Técnicas Administrativas, Atendimento ao Cliente, Secretariado Executivo & Assessoria de Administração, Gestão Documental e Arquivos, Protocolo e Relações Públicas, Ética e Etiqueta Corporativa.

De 2005 até ao momento - Consultora / Formadora em diversos Projectos Formativos em empresas nacionais e internacionais

2001 a 2004 – Assistente de Direcção numa Empresa de Construção

2000 – Assistente de Direcção numa Conservatória Nacional

1999 – Assistente de Direcção num Importador Nacional Automóvel

1989 a 1997 – Assistente de Direcção numa Empresa de Construção

Condições

Para se inscrever deverá nos contactar através dos seguintes meios

E-mail: geral@highskills.pt | Telefone: +351 217 931 365

Avenida Conde Valbom, n.º 06, 2º andar, 1050-068 Lisboa - Portugal

Ou enviando a Ficha de Inscrição devidamente preenchida (encontra-se na última página).

A inscrição só fica confirmada após emissão da fatura final e o pagamento da mesma.

Mais do que uma inscrição da mesma entidade indique-nos para ter acesso à nossa política de desconto.

O valor do curso inclui:

- Manuais e Material Pedagógico;
- Certificado de Formação

Cancelamentos e Não Comparências

O(s) participante(s) poderão fazer-se substituir por outro(s) participante(s), devendo comunicar a alteração até 2 dias úteis antes do início do seminário.

A sua não comparência do(s) participante (s) no dia do seminário não dará lugar ao reembolso do valor da inscrição e será cobrada na sua totalidade.

Dados da Empresa

High Skills – Formação e Consultoria, LDA.

Avenida Conde Valbom, n.º 06, 2º andar, 1050-068 Lisboa - Portugal

Nº fiscal: 513 084 568

Capital Social: 10 000,00

Informação Bancaria

Banco: Millennium BCP

IBAN: PT50 0033 0000 4547 5386 3530 5

SWIFT: BCOMPTPL

Ficha de Inscrição

Deverá preencher e enviar-nos via e-mail geral@highskills.pt

1. CLIENTE (Preencher quando o Formando não é cliente final)			
Entidade:			
Responsável:			
Morada:			
Código Postal:			
Nº Contribuinte / Fiscal:			
Telefone:			
E-mail:			
2. DADOS FORMANDO(s)			
Nome Completo:			
E-mail:			
CCD:	Curso de Curta Duração O Coaching e a Liderança Emocional- a Distância		
Data Nascimento:		Nacionalidade:	
Tipo de Documento		Nº de Doc de Identificação	

HIGH SKILLS - FORMAÇÃO E CONSULTORIA, LDA

ANGOLA: 00244 94 112 60 90

CABO VERDE: 00238 924 20 25

MOÇAMBIQUE: 00258 858 859 522

PORTUGAL: 00351 217 931 365

SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE: 00239 999 25 15

geral@highskills.pt

www.highskills.pt