



## CURSO DE CURTA DURAÇÃO

Feedback, a Chave do Sucesso Organizacional  
– a Distância

## Feedback, a Chave do Sucesso Organizacional

### Objetivos Gerais

Esta formação permitirá aos participantes adquirir ferramentas poderosas para alcançar resultados, construir confiança e alcançar sucesso através de feedback positivo e construtivo.

Este Curso de Curta Duração é dirigido a todos os profissionais que pretendam melhorar o ambiente corporativo através da melhoria dos processos comunicacionais com vista a alcançar um ambiente saudável e produtivo.

### Objetivos Específicos

No final deste Curso os participantes saberão:

- Entender o processo comunicacional;
- Reconhecer o feedback como ferramenta essencial para o sucesso das organizações;
- Identificar aplicar feedback para o desenvolvimento pessoal e profissional;
- Compreender a especificidade do feedback no ambiente profissional;
- Como dar e receber feedback positivo e construtivo

### Destinatários

A todos os profissionais que pretendam elevar o seu ambiente de trabalho ao nível de excelência

Todos s pessoas que pretendem melhorar as suas relações pessoais e profissionais através do feedback

### 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

08 a 15 de abril de 2025

## Duração

18 horas

## Horário

09h00 às 12h00

## Valor

350,00 + IVA

## Conteúdo Programático

### Módulo 0 – Apresentação de Plataforma e Método de Utilização

### Módulo I – Comunicação (Interna e externa)

- Processo comunicacional
- Comunicação intrapessoal
- Comunicação interpessoal
- Comunicação assertiva

### Módulo II – Barreiras à comunicação

- Barreiras internas e externas
- Escuta deficiente vs Escuta ativa
- Gestão emocional
- Perceção seletiva
- Estilos comunicacionais
- Liderança

### **Módulo III – Assertividade e Empatia**

- Comunicação assertiva
- Como ser assertivo
- Técnica DEEC
- Definição de empatia
- Como ser mais empático?
- Como criar rapport?
- Praticar a assertividade e empatia

### **Módulo IV – Feedback**

- Para que serve
- Tipos de Feedback
- Características do Feedback
- Dar e receber
- O papel do Feedback na motivação e produtividade da organização
- Marketing pessoal

### **Módulo IV – Dominar as técnicas de Feedback e Assertividade**

- Método Sandwich
- B.I.O.
- M.A.R.C.A.
- D.E.E.C.
- Feedforwards

### **Módulo V – Role-play: aplicar o feedback a diferentes situações**

## Metodologia

Este Curso de Curta Duração 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.



## **Oradora: Dra. Anabela Pereira**

### **Habilitações**

Frequência Contabilidade e Administração (1991-1995)

Instituto Superior de Contabilidade e Administração do Porto



### **Resumo de Competência**

Moderadora de aprendizagens, adora o que a desafia, estimula e provoca arrepios. Apaixonada pela vida, pelas pessoas e por comunicação, que a leva a inúmeras viagens como oradora em conferências e workshops na área da liderança e comunicação para entidades como Universidade de Aveiro; Universidade de Coimbra; Tourism Creative Factory ou Município de Ílhavo.

Possui imensa experiência como formadora para entidades públicas e privadas em modelo presencial e formação à distância, em áreas que incluem comunicação interpessoal e comunicação assertiva, gestão de tempo, organização do trabalho, gestão de equipas, liderança e trabalho de equipa.

Reúne ainda elevadas competências em formação, workshops e reuniões em modelo online distinguidas em contexto profissional e enriquecidas pela na sua atividade no Toastmasters Internacional onde já desempenhou funções como diretora de divisão, diretora de área, presidente do clube e vice-presidente para a educação.

### **Percurso Profissional**

Desde 2021 - Formadora na High Skills nas seguintes áreas: comunicação assertiva, gestão de tempo, gestão de conflitos, escrita dinâmica e elaboração de textos.

Desde 2019 – Formadora no IEFP nas seguintes áreas: comunicação assertiva, gestão de tempo e organização do trabalho, gestão de conflitos, relacionamento interpessoal e liderança.

## Condições

Para se inscrever deverá nos contactar através dos seguintes meios

E-mail: [geral@highskills.pt](mailto:geral@highskills.pt) | Telefone: +351 217 931 365

Avenida Conde Valbom nº 6, 2º andar, 1050-068 Lisboa, Portugal

Ou enviando a Ficha de Inscrição devidamente preenchida (encontra-se na ultima pagina).

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 nº 6, 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](mailto: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:	<b>Curso de Curta Duração a Distância Feedback, a Chave do Sucesso – a Distância</b>		
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](mailto:geral@highskills.pt)

[www.highskills.pt](http://www.highskills.pt)