

Comunidade de Prática FA>AP – PRATIC_AP | Gerir Equipas com Inteligência Emocional



O que vai aprender nesta formação?

No final do curso, os formandos serão capazes de:

- Reconhecer, até ao final da Semana 2, os princípios essenciais da inteligência emocional aplicáveis à liderança de equipas na Administração Pública;
- Caracterizar, até ao final do Bloco 1, uma situação real de gestão de equipa, identificando fatores emocionais, relacionais e organizacionais que influenciam o desempenho coletivo;
- Selecionar, até ao final do Bloco 2, estratégias de autorregulação emocional, empatia e comunicação adequadas a uma situação de tensão, mudança ou conflito;
- Aplicar, ao longo das 8 semanas, práticas de feedback construtivo e revisão entre pares, respeitando as normas da Comunidade;
- Integrar, até ao final do Bloco 3, contributos da formadora e dos pares na reformulação da resposta ao desafio de liderança;
- Produzir, até ao final da Semana 8, um plano de ação individual para gerir a situação real de equipa, com ações, prazos, riscos e indicadores de acompanhamento;

- Refletir, no encerramento, sobre o progresso individual, contributos realizados e transferência das aprendizagens para o contexto profissional.

Destinatários

Dirigentes em cargos de Direção Superior e em cargos de Direção Intermédia inscritos no FA>AP:

Atualização de Dirigentes, na componente Comunidade de Prática

Como está organizado o programa?

Bloco 1 – Fundamentos da inteligência emocional na liderança e diagnóstico do desafio de equipa.

Bloco 2 – Autorregulação, Empatia, Comunicação e Gestão da Relação.

Bloco 3 – Construção colaborativa de respostas e plano de ação para a equipa.

Atividades transversais – acolhimento, contrato de aprendizagem, fóruns, atividades de reflexão, feedback entre pares, autoavaliação e síntese final.

Quais as competências comportamentais do ReCAP que esta formação potencia?

- Liderança;
- Coordenação de Equipas;
- Inteligência Emocional;
- Tomada de Decisão;
- Comunicação

Qual o valor da propina?

300 €

Como será realizada a avaliação?

Avaliação contínua:

- 30% relativos às participações em fóruns, comentários e contributos individuais ao longo do ciclo.
- 70% relativos aos trabalhos e contributos avaliados pela formadora.

O sistema de reconhecimento entre pares pode ser utilizado como mecanismo complementar de valorização dos contributos, sem substituir a avaliação formal.

Requisitos gerais de acesso

Exercício atual de funções dirigentes de nível superior ou nível intermédio

Ter concluído, com aproveitamento, a FA>AP para Dirigentes Superiores, ou a FA>AP para Dirigentes Intermédios, respetivamente, nos termos da Portaria n.º 103/2023, de 12 de abril, ou formações equiparadas

Qual o enquadramento desta formação?

A Comunidade de Prática FA>AP integra o curso FA>AP – Atualização de Dirigentes, regulamentado pela Portaria n.º 103/2023, de 12 de abril. Nos termos do n.º 2 do Anexo III da referida Portaria, este curso é composto por três componentes formativas distintas, autonomamente certificáveis:

- A componente letiva, com um mínimo de 20 horas de contacto, atualmente disponível através do curso [FA>AP – Atualização de Dirigentes: Gerir Equipas com Inteligência Emocional](#);
- A participação em comunidades de prática, com um mínimo de 20 horas de contacto;
- A frequência de unidades curriculares de 2.º ou 3.º ciclo de estudos em instituições de ensino superior, também com um mínimo de 20 horas de contacto.

Neste enquadramento, a participação na Comunidade de Prática constitui uma das componentes obrigatórias do percurso de atualização de dirigentes, sendo a conclusão das três componentes condição necessária para a obtenção da certificação final do curso FA>AP – Atualização de Dirigentes.

Formadores

Sara Midões

Com mais de 15 anos em funções executivas e de liderança em vários sectores e organizações, de multinacionais a PMEs, trabalha desde 2000 em formação executiva, desenhando e implementando programas de desenvolvimento de lideranças e de cultura positiva.

Docente e Coordenadora Executiva do Curso de Liderança Positiva e Empática do ISCSP, Docente na Pós-Graduação em Psicologia Positiva Aplicada do ISCSP e Co-coordenadora da Pós-Graduação em Liderança e Desenvolvimento Pessoal da Universidade Europeia, onde também leciona a UC de Gestão de

Competências no Mestrado de Gestão de Recursos Humanos. Na CATÓLICA-LISBON, é docente convidada em Programas para Executivos nas áreas de Liderança, com especialização em Liderança Positiva e Empática, de Bem-Estar e de Comunicação Positiva.

Área de Formação: **Formação Obrigatória**

Área Temática: **Formação Avançada**

Duração: **20 horas**

Forma de organização da formação: **Formação a Distância (síncrona e assíncrona)**

[Visitar página do Curso](#)

Ficheiro descarregado a: 24/05/2026

