FA>AP: Atualização de Dirigentes: Gerir Equipas com Inteligência Emocional



O que vai aprender nesta formação?

Este curso tem como objetivo geral capacitar os participantes para a aplicação da neurociência e da inteligência emocional no contexto da liderança.

Pretende-se proporcionar conhecimentos que permitam aos participantes adotarem estilos de influência e orientação mais informados, empáticos e eficazes, e que revelem um maior entendimento e capacidade para lidar com as complexidades do comportamento humano. Pretende-se também desenvolver nos participantes competências psicológicas positivas, como o otimismo e a resiliência, bem como expô-los à abordagem apreciativa e de orientação para as forças, individuais e coletivas.

Possibilita, ainda, o acesso a estratégias e ferramentas práticas de aplicação dos princípios da neuroliderança e inteligência emocional no contexto organizacional, que favoreçam o desenvolvimento pessoal, a melhoria das relações interpessoais e a construção de ambientes de trabalho positivos e bem-sucedidos.

Objetivos de Aprendizagem:

- Interpretar os fundamentos da neurociência
- Identificar a relevância da neurociência para o exercício da liderança
- Diferenciar inteligência lógico-racional, emocional e social
- Analisar os componentes práticos da inteligência emocional
- Reconhecer emoções no próprio e nos outros
- Reconhecer tendências de ação, estilos de liderança e os respetivos efeitos
- Mapear necessidades adaptativas situacionais de gestão emocional e de liderança com impacto
- Aplicar estratégias com base na neurociência e na inteligência emocional para potenciar a liderança
- Estruturar plano de desenvolvimento em neuroliderança e inteligência emocional

Resultados de Aprendizagem:

- Reconhecer emoções e comportamentos em pessoas e equipas e adequar situacionalmente estilos de ação com maior potencial de resultados positivos
- Adotar estratégias globais para a criação, manutenção e desenvolvimento de um clima social positivo, promovendo o envolvimento e a motivação dos colaboradores
- Dinamizar ambientes de trabalho consistentemente seguros e desafiantes

Destinatários

- Dirigentes em cargos de direção intermédia
- Dirigentes em cargos de direção superior

Como está organizado o programa?

O curso combina os princípios de “Liderança”, de “Neurociência”, de “Inteligência emocional” e de “Comportamento Organizacional Positivo”. Pretende promover aprendizagens que permitam aos participantes melhorar o seu desempenho na coordenação de equipas.

Durante a formação, os participantes terão a oportunidade de endereçar temas como a interação entre o cérebro, as emoções e o comportamento humano; reconhecer e regular as emoções, tanto em si como nos

outros; desenvolver competências psicológicas positivas como o otimismo e a resiliência, desenvolver a capacidade de relacionamento ajustado a diferentes pessoas; aplicar práticas de neuroliderança e inteligência emocional no contexto do trabalho; e avaliar as necessidades de desenvolvimento em liderança definindo o seu próprio roteiro de atuação.

O curso tem uma duração de 40 horas, a realizar em 2 meses, sendo composto por cinco módulos que obedecem a uma sequência progressiva de aprendizagem, com enfoque na aplicação de conhecimentos aos desafios do dia-a-dia e no desenvolvimento contínuo dos participantes.

As 40 horas do curso encontram-se distribuídas da seguinte forma:

- 20 horas de contacto, em sessões síncronas
- 2h de *Coaching*
- 2h *Talk*
- 16 horas de trabalho autónomo

O percurso formativo implica 8 horas de esforço por semana no primeiro mês (módulos 1 a 4). No segundo mês implica desenvolver um plano de desenvolvimento de liderança (4h), sessões de coaching (2h) e um Talk (2h) com um especialista convidado.

Estrutura

Módulo 1

1.1. Liderança e Inteligência Emocional

1.2. Autoconsciência. Literacia Emocional. Emoções “Negativas” e “Positivas”

Módulo 2

2.1. Amígdala e Enviesamento Negativo

2.2. Orientação para as Forças, Resiliência e Otimismo

Módulo 3

3.1. Empatia emocional e empatia cognitiva

3.2. Barreiras à empatia

3.3. Escuta empática, devolução empática, autoobservação

3.4. Aplicações da empatia em contexto de liderança

3.5. Necessidades dos colaboradores (teorias)

Módulo 4

4.1 Estratégias de Neuroliderança para Autorregulação e Gestão da Relação

4.2 Aplicação a um desafio real. Apresentação dos trabalhos de Grupo

Módulo 5

5.1. *Coaching*

5.2. *Talk*

Quais as competências comportamentais do ReCAP que esta formação potencia?

- Liderança
- Inteligência Emocional
- Comunicação
- Coordenação de Equipas
- Negociação e Influência

Qual o valor da propina?

500€

100€ bolsa concedida pelo INA, I.P. no âmbito do PRR. Restante valor da propina suportado pela entidade empregadora ou pelo formando.

Requisitos gerais de acesso

Processo Seletivo

Existem pré-requisitos para a inscrição na ação?

- 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

Como será realizada a avaliação?

- Atividades de consolidação individual a realizar nos Módulo 1 a 4
- Trabalho de grupo
- Plano de Desenvolvimento de Liderança
- Autoavaliação final

Quais as regras associadas ao financiamento PRR?

Caso o formando não conclua o curso com sucesso, tem de proceder ao reembolso, ao INA, do valor correspondente à bolsa PRR

Qual o valor do desconto?

100€ bolsa concedida pelo INA, I. P. no âmbito do PRR

Qual o enquadramento desta formação?

O curso FA>AP: Atualização de Dirigentes – Gerir Equipas com Inteligência Emocional integra a componente letiva do percurso de atualização de dirigentes previsto na Portaria n.º 103/2023, de 12 de abril.

Nos termos do n.º 2 do Anexo III da referida Portaria, o curso FA>AP – Atualização de Dirigentes é composto por três componentes formativas distintas, autonomamente certificáveis:

- componente letiva, com um mínimo de 20 horas de contacto;
- participação em comunidades de prática, com um mínimo de 20 horas de contacto, atualmente disponível através da Comunidade de Prática FA>AP – PRATIC_AP | Gerir Equipas com Inteligência Emocional
- frequência de unidades curriculares de 2.º ou 3.º ciclo de estudos em instituições de ensino superior, com um mínimo de 20 horas de contacto.

Neste enquadramento, a frequência deste curso corresponde à componente letiva do percurso de atualização de dirigentes. Para efeitos de certificação final do curso FA>AP – Atualização de Dirigentes, é necessária a conclusão das três componentes previstas na Portaria.

Área de Formação: **Formação Obrigatória**

Área Temática: **Formação Avançada**

Visitar página do Curso

Ficheiro descarregado a: 12/11/2026