

# PLANO DA AÇÃO

(Cronograma / Plano de sessão/ Programa)

## Inteligência Emocional na Liderança (ZOOM)

### CRONOGRAMA

**Data:** 12 a 14 de abril de 2021

**Horário:** 9h30 – 12h30

**N.º Horas:** 9 horas

**Local:** ZOOM

### PLANO DE SESSÃO / PROGRAMA

#### GERAL

**Entidade Formadora:** ACIF-CCIM

**Formador(es):** Dr. Filipe Jerónimo

**Área de Formação:** 090 – Desenvolvimento Pessoal

#### DESTINATÁRIOS

Todos os que, tendo cargos de liderança, pretendam otimizar a sua capacidade de lidar melhor com as próprias emoções, e as dos outros.

**Requisitos Mínimos** Não aplicável

#### OBJETIVOS

##### Gerais

Este curso online tem como objetivo dotar os líderes de ferramentas simples e eficazes para, na prática, conseguirem, liderar, comunicar, otimizar relações e encontrar as melhores soluções. Garantir uma orientação positiva e efetiva para o crescimento do líder e sua equipa. A iniciativa tem também por objetivo trabalhar métodos e ferramentas facilitadores do desenvolvimento da pessoa e dos seus recursos, orientando-as para a melhoria da comunicação e do relacionamento interpessoal.

##### Específicos:

No final os formandos saberão:

- Desenvolver a autoconsciência como forma de maximizar os seus recursos internos;
- Desenvolver o autocontrolo e a gestão emocional na liderança;
- Desenvolver a comunicação de alto impacto na liderança;
- Desenvolver a equipa para níveis de excelência;
- Desenvolver a orientação para resultados consistentes;
- Desenvolver a capacidade de encontrar soluções para os vários obstáculos.

#### CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

##### 1 - A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL NA LIDERANÇA

- A mente humana – Como tirar partido dela
- Os níveis de aprendizagem da mente – Como aprendemos
- A autoconsciência – Criar uma maior consciência da pessoa e líder
- Identidade – o que criamos (valores, crenças, regras)
- Hábitos – Quais os que estão a minar a nossa evolução como líderes
- O autocontrolo – Dispor de todos os recursos internos para liderar melhor
- Gerir estados emocionais (stress, medo, ansiedade, conflitos)
- Desenvolver a motivação interna e na equipa
- A conta emocional – O que fazer no dia-a-dia para garantir conexão
- Os 6 princípios da influência humana – Como utilizá-los nas equipas
- O ciclo do sucesso – Como o utilizar para melhores resultados

##### 2 - COMUNICAÇÃO DE ALTA PERFORMANCE PARA LÍDERES

- Os 3 tipos de comunicação
- Como comunicar com as equipas com mais empatia e confiança
- Conhecer e adaptar-se ao padrão comportamental de cada pessoa / equipa
- Escuta ativa – A comunicação invisível de excelência
- A arte de fazer perguntas – O segredo dos bons líderes
- A técnica de feedback positivo e construtivo – Método Sandwiche

## PLANO DA AÇÃO

(Cronograma / Plano de sessão/ Programa)

### Inteligência Emocional na Liderança (ZOOM)

#### 3 - O LÍDER E A EQUIPA DE ALTA PERFORMANCE

- A arte de pensar e observar na liderança
- O líder ideal – 3 Princípios importantes
- A equipa ideal – Quais as características a promover
- Brainstorming – A chave para o compromisso e ligação
- O que é Mentoring e Coaching e quando aplicar cada um na equipa
- O Coaching – A metodologia de eleição para o líder
- 2 Ferramentas de autoanálise para o líder saber onde pode melhorar-se a si mesmo e equipa

#### 4 - ENCONTRAR SOLUÇÕES PARA A EMPRESA | EQUIPA

- A Metáfora A ---- B, método para encontrar soluções
- Qual é o seu Factor X enquanto líder? E o da sua empresa?
- Gestão de tempo – 5 formas de otimizar o tempo
- Qual é a cultura e pessoas que quer para a sua empresa / equipa?
- A cadeia de valor – onde pode inovar e melhorar processos na sua empresa?

#### MODALIDADE DA FORMAÇÃO

Inicial  
Aperfeiçoamento  
Formação Contínua/Atualização

#### FORMA DE ORGANIZAÇÃO DA FORMAÇÃO

Presencial

#### MÉTODOS PEDAGÓGICOS

Afirmativo  
Interrogativo  
Apresentação Powerpoint  
Debates e exercícios

#### RECURSOS MATERIAIS E PEDAGÓGICOS

Computador/Tablet ( com micro e câmara)  
Ligação Internet

#### MÉTODOS DE AVALIAÇÃO

**Avaliação aos Formandos:** Não aplicável

**Avaliação da Formação:** Preenchimento do Questionário de Avaliação Formando, pelos formandos, no final da ação de formação; Questionário de Avaliação Formador, a preencher no final da mesma pelo formador.

#### CUSTO DE INSCRIÇÃO:

- **ASSOCIADO ACIF-CCIM: 90€**
- **NÃO ASSOCIADO: 120€**

#### CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

##### PAGAMENTO E CANCELAMENTO DAS INSCRIÇÕES

- 1) Todos os custos de participação indicados estão isentos de IVA (cfr. Art. 9º do CIVA);
- 2) **Desconto de 10%** para as entidades com 3 ou mais inscrições na mesma ação (não acumulável), desde que a ação não seja objeto de financiamento pelo FSE ou outro Fundo;
- 3) O pagamento das inscrições deve ser feito em dinheiro, multibanco, por cheque à ordem da ACIF-CCIM ou por transferência bancária, através do NIB 0018 0008 01483436020 18 (Por favor, enviar por fax: 291206868 ou por e-mail: [geral@acif-ccim.pt](mailto:geral@acif-ccim.pt) o comprovativo da transferência);
- 4) As inscrições deverão ser pagas até **5 dias úteis** antes do início da ação de formação; Caso não seja regularizado o pagamento dentro do prazo estipulado, a ACIF-CCIM reserva o direito de anular a respetiva inscrição;
- 5) Desistências
  - a) As desistências deverão ser comunicadas à ACIF-CCIM, por escrito;
  - b) Nas desistências comunicadas até 5 dias úteis antes do início da ação de formação, será devolvido o valor pago;
  - c) Nas desistências comunicadas entre o 4º e o último dia útil da data de início da ação de formação, será devolvido 50% do valor pago;
  - d) As desistências não comunicadas ou comunicadas a partir da data de início da ação de formação, não serão alvo de qualquer reembolso.

##### ASSIDUIDADE

Após a ação de formação será atribuído um Certificado aos formandos que assistam a pelo menos 80% da sua duração total; no caso, de ações de formação que contemplem avaliação aos formandos, mantém-se a mesma regra da assiduidade (80%), mas o formando terá de concluir a ação de formação com aproveitamento. Este Certificado será entregue ao formando desde que cumpridas as condições de participação.



# PLANO DA AÇÃO

(Cronograma / Plano de sessão/ Programa)

## Inteligência Emocional na Liderança (ZOOM)

### **CANCELAMENTO DAS AÇÕES DE FORMAÇÃO**

A participação no curso está dependente da confirmação, por escrito, da sua realização e disponibilidade de lugares.

A ACIF-CCIM reserva o direito de cancelar as ações de formação até três dias antes do início das mesmas, comprometendo-se, neste caso, a devolver a importância cobrada.

### **SELEÇÃO DE FORMANDOS**

No processo de seleção será dada prioridade a: 1º) cumprimento dos requisitos mínimos divulgados no programa; 2º) associados da ACIF-CCIM; 3º) ordem de chegada das inscrições.

**NOTA:** Numa 1ª fase, serão aceites apenas 2 inscrições por entidade. Posteriormente, havendo vagas, poderão ser aceites mais inscrições.