

PROGRAMA DA AÇÃO

LIDERANÇA AUTÊNTICA EM CONTEXTO PROFISSIONAL

Área Temática	Inovação e Qualificação
Duração Total	50h
Modalidade	B-learning (42h Presenciais/ 8h Síncronas)
Público-Alvo	A indicar pelas empresas afetas à candidatura
Pré-Requisitos	Acesso a computador com ligação à internet e ferramentas informáticas básicas; interesse pelo autodesenvolvimento e gestão de equipas.

Descrição da Formação

Esta ação de formação visa promover o desenvolvimento de competências de liderança baseadas na autenticidade, na autoconsciência e na inteligência relacional. Em regime de B-learning, a formação conjuga momentos autónomos online com sessões interativas, explorando como os líderes podem alinhar os seus valores pessoais com a estratégia organizacional, inspirar confiança, potenciar o talento das equipas e liderar com integridade, empatia e resiliência em contextos profissionais complexos e em constante mudança.

Objetivos Gerais

- Desenvolver um estilo de liderança autêntico, transparente e alinhado com os valores individuais e os objetivos da organização.
- Capacitar os líderes para construir relações de confiança profunda, motivar equipas de alto desempenho e promover uma cultura de bem-estar e integridade.

Objetivos Específicos

- Compreender os pilares fundamentais da Liderança Autêntica (autoconsciência, transparência relacional, perspetiva moral interior e processamento equilibrado).

- Identificar o próprio estilo de liderança, pontos fortes e áreas de melhoria através da autorreflexão.
- Promover a comunicação transparente e a escuta ativa como ferramentas de conexão e alinhamento com a equipa.
- Desenvolver a resiliência emocional e a capacidade de tomar decisões éticas sob pressão.
- Estimular o empoderamento (*empowerment*) e o desenvolvimento contínuo dos colaboradores.

Metodologia

A formação decorre em regime B-learning, com sessões síncronas (presenciais ou por videoconferência) para debate, role-playing, partilha de experiências e mentoria prática. A metodologia é altamente interativa, centrada no participante, privilegiando o autodiagnóstico, estudos de caso e ferramentas de coaching aplicadas à liderança.

Avaliação

A formação decorre em regime **B-learning**, combinando momentos de aprendizagem autónoma em plataforma digital (e-learning assíncrono) com sessões síncronas (presenciais ou por videoconferência) para debate, role-playing, partilha de experiências e mentoria prática. A metodologia é altamente interativa, centrada no participante, privilegiando o autodiagnóstico, estudos de caso e ferramentas de coaching aplicadas à liderança.

Recursos e Materiais

- Manual pedagógico digital, guias de leitura e apresentações multimédia.
- Ferramentas de autodiagnóstico de liderança e guiões para estudos de caso.
- Acesso à plataforma de gestão de aprendizagem (LMS) com recursos síncronos e assíncronos.
- Bibliografia recomendada sobre liderança autêntica, inteligência emocional e gestão de pessoas.

Plano de Aulas

Módulo	Tema da Sessão	Conteúdos Programáticos	Duração	Modalidade
1	Fundamentos da Liderança Autêntica	O conceito de liderança autêntica; Os quatro componentes-chave (autoconsciência, transparência, ética e objetividade);	12h	Presencial e Síncrono

		Alinhamento entre valores pessoais e propósito profissional.		
2	Autoconsciência, Inteligência Emocional Regulação	O papel da inteligência emocional no exercício da liderança; eGestão do ego e do stress; Autocrítica construtiva e construção de resiliência pessoal.	13h	Presencial e Síncrono
3	Comunicação Transparente Relações Confiança	Comunicação autêntica e assertiva; eA arte da escuta ativa e do feedback genuíno; deComo criar um clima de segurança psicológica na equipa.	12h	Presencial e Síncrono
4	Liderança pelo Exemplo e Ética na Tomada de Decisão	Tomada de decisão ética em cenários complexos; deEmpowerment e desenvolvimento do potencial humano; Construção do Plano de Desenvolvimento Pessoal de Liderança.	13h	Presencial e Síncrono

Distribuição de Horas por Modalidade

Modalidade	Horas
Sincronas	8h
Sessões Presenciais	42h
TOTAL	50h