

PRESENCIAL | COACHING 5.0 PRO Trainer - CPCT Em campanha**DATAS**

3, 4, 11 e 12 de novembro
de 2025

HORÁRIO

3 e 11 nov.: 09:30 - 22:30
4 e 12 nov.: 09:30 - 18:30

PREÇO

Associado AEP: **1575€**
Outros: **1750€**

**10% desconto grupo a
partir de 3 inscrições**
não acumula com outros
descontos

LOCAL

AEP - Le¸a da Palmeira

DURAÇÃO

96 horas:
 40h presenciais:
 20h
prepara¸o col&ocute;quio
 30h outros
trabalhos
 6h mentoring p/formando

ENQUADRAMENTO

A necessidade das lideranças incrementarem processos de transformação pessoal apela ao aprofundamento do autoconhecimento aplicado. O desenvolvimento das principais competências de um Líder com atitude coach, implica conhecer e dominar as principais técnicas de COACHING5.0 e as grandes variáveis do Coaching em contexto organizacional para que a dimensão "Líder Coach" possa estar presente.

A implementação da disciplina COACHING5.0, como uma abordagem integrativa nas organizações, espelha-se numa cultura organizacional que valoriza as Pessoas, e onde há espaço para crescimento, para realização pessoal e profissional, positividade, criatividade, bom espírito de equipa, comunicação organizacional fluida, compromisso e responsabilidade.

O COACHING5.0 Trainer dá uma resposta qualificada e especializada na formação de Líderes, introduzindo competências comunicacionais, de liderança, de escuta, de feedback, fundamentais para a implementação de boas práticas na gestão pessoal e profissional, do bem-estar, da felicidade, da motivação e da ação consciente das Equipas.

Este curso inclui 3 sessões individuais de mentoring por formando com um Coach Trainer certificado. Estas 3 sessões de mentoring totalizam **6 horas por formando** que serão acordadas articulando disponibilidades.

Para a Certificação ISPC-CPCT como Coaching Trainer é necessário a frequência e conclusão do COACHING 5.0 Orientado para a Liderança e a Excelência + COACHING 5.0 PRO Trainer + Exame CPCT (Certified Professional Coaching Trainer).

OBJETIVOS

No final da ação, os formandos deverão ser capazes de:

- Compreender a importância do Desenvolvimento Pessoal Aplicado para um saudável clima organizacional;
- Dominar as principais técnicas de formação específicas do COACHING5.0;
- Implementar a Disciplina COACHING5.0, como uma abordagem integrativa nas organizações, para Resultados sustentáveis, na qual existe uma Visão da Pessoa a 360 graus;
- Comunicar com técnica e arte a Disciplina COACHING5.0;
- Utilizar, com domínio, ferramentas que contribuem para o Bem-Estar e Realização das Pessoas nas Organizações;
- Ter uma Escuta Ativa, Fazer a Ligação entre as Pessoas;
- Implementar estratégias para Valorização das Pessoas, para a sua Realização Pessoal e Profissional, Ambiente de Trabalho Positivo, Equilíbrio vida Pessoal e Profissional;
- Dinamizar Atividades, Retiros e outras iniciativas que contribuem para o Espírito de Equipa.

PROGRAMA**A. COACHING5.0, um desafio ao Líder Coach**

- Como surge o Coaching e o COACHING5.0
- COACHING5.0 como Disciplina Nuclear de Autoconhecimento Aplicado
- O papel do COACHING5.0 para uma Educação de Verdade na era da SOCIEDADE5.0
- Mapa integral da Consciência e o COACHING5.0

- COACHING5.0 no mundo das Organizações
 - O papel do COACHING5.0 em plena era da 4RI
- Dinâmicas

B. O COACHING5.0 Trainer

- Nível de Desenvolvimento Pessoal
 - O Comunicador
 - O Facilitador
 - O Ser em Relação
 - O Organizador
 - Gestão de estados emocionais
 - Promovendo a colaboração e coesão
 - Formador/Facilitador/Líder Integral, Ser o “Observador”
 - Supervisor e Mentor
- Dinâmicas e Role playing

C. O Público-Alvo

- Modelos de desenvolvimento pessoal (Aprendizagem vs Ensino)
 - A dinâmica dos grupos
 - O emergir da Master mind
 - Descobrimo o compromisso
 - Despertando a Motivação
 - O tamanho do grupo
 - Lidando com pessoas diferentes
 - Níveis de condicionamento
- Dinâmicas

D. O Evento/A Reunião/ Encontros/...

- Conceção
 - Preparação
 - Divulgação
 - Organização
 - Realização
 - Avaliação
 - Follow-up
- Projeto, Apresentação

E. Métodos e Técnicas Pedagógicas na formação / comunicação em COACHING5.0 – colóquio

(Expositivo, Demonstrativo, Interrogativo, Ativo)

F. Técnicas Avançadas de Apresentação

- O domínio do instrumento de comunicação (Palavra, Voz, Gestos, Movimentos, Dramatização)
 - Auxiliares de comunicação (Textos, Imagem, Música, Filmes,...)
 - Técnicas avançadas de comunicação intuitiva
 - Comunicação com “Coração” centrada no Grupo
 - O potencial da IA na formação/comunicação de COACHING5.0
- Dramatização

G. Team COACHING5.0 e Dinâmicas de Grupo

- Métodos ativos e COACHING5.0
 - Ciclo de vida dos grupos
 - Gerindo as emoções
 - Testando os limites
 - Descobrimo a intuição
 - Tipo de Dinâmicas na formação em COACHING5.0
 - Técnicas e metodologias de Team COACHING5.0
- Estudo de casos

H. Técnicas nas Formações de COACHING5.0

- O impacto do descondicamento
 - Trabalhando Crenças e Valores
 - Gerindo o nível de Rapport
 - Criando estados mentais
 - O papel dos Paradigmas na visão do mundo
 - Linha do Tempo e o poder do Agora
 - Linguagem positiva e impactante
 - O poder das Metáforas
 - Explorando o território da Consciencia
 - Mapas vs Território
- Dinâmicas, Role model, Role Playing

I. Questões avançadas – colóquio

- Aspectos transculturais
- Gestão da heterogeneidade do grupo
- Aprendizagem/Formação Integral

J. Gerindo a Carreira de COACHING5.0 Trainer

- Desenvolvimento de Talento e Mestría
 - Criando/Promovendo o seu negócio
 - Redes de contactos
 - Presença na net
 - Desenvolvendo conteúdos
 - Aprimorando o seu estilo
 - Comunidades de COACHING5.0 Trainers
 - A experiência internacional
 - Desenvolvimento Pessoal e comunicação integral
- Projeto, Apresentação

K. Projeto Final

- Apresentação de projeto e demonstração de COACHING5.0 Trainer skills
- Autofeedback e feedback do grupo
- Simulações

Supervisão/Mentoring

- Realização de um colóquio de 1:30h (mínimo de 6 pessoas).
- Envio das filmagens para se realizarem Supervisão/Mentoring para preparação do Exame Internacional a nível CPCT

Mentoring (6h)

3 sessões individuais de mentoring por formando com um Coach Trainer certificado. Estas 3 sessões de mentoring totalizam 6 horas por formando que serão acordadas articulando disponibilidades.

Trabalhos adicionais

- Realização de trabalhos diversos.

METODOLOGIA

Experienciação e prática de situações reais de formação de Coaching (com recurso a autoscopias); Métodos ativos e demonstrativos

FORMADORES

Viana Abreu

- Formação Internacional nas áreas da Psicologia, Desenvolvimento Pessoal e 'Peak Performance'
- Coach com Formação Internacional reconhecida pela ICF-International Coach Federation (EUA)
- CMTC - Certified Master Coaching Trainer pela ISPC-International School of Professional Coaching
- Licenciado em Engenharia Eletrotécnica, ramo de Telecomunicações e Computadores pela FEUP
- Desenvolveu funções de Direção e Administração em várias empresas nas áreas de Marketing, Novas Tecnologias da Informação e Desenvolvimento de RH
- Professor/Orador nas áreas do Coaching, Falar em Público e Desenvolvimento Pessoal
- Docente da EGE da Universidade Católica, Prof. Convidado em Mestrados de Rec. Humanos do ISLA
- Fundador e Presidente da Associação Portuguesa de Coaching-APCOACHING
- Fundador e Diretor da Empresa Portal do SER – Centro de Desenvolvimento Pessoal
- Fundador e Presidente da ISPC-International School of Professional Coaching

DESTINATÁRIOS

Administradores e CEO's
Quadros médios e superiores de empresas e organizações
Responsáveis de RH e de Comunicação
Diretores de Felicidade
Líderes e Empreendedores
Animadores sociais
Empresários
Executivos
Formadores

CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

As **CONDIÇÕES GERAIS DE PARTICIPAÇÃO** são aplicáveis às modalidades de formação presencial e online.

A inscrição pressupõe o conhecimento e aceitação das **Condições Gerais de Participação**, disponíveis em:

<https://aeportugal.pt/pt/condicoes-gerais-de-participacao>