

PRESENCIAL | Workshop “COACHING 5.0” - 7 Chaves para a Nova Liderança



DATAS
23 de abril de 2026

LOCAL
AEP - Leça da Palmeira

HORÁRIO
09:30-13:00
14:30-18:00

DURAÇÃO
7 horas

PREÇO
Associado AEP: **126€**
Outros: **140€**

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

ENQUADRAMENTO

Um dia transformador de formação no novo Coaching “COACHING 5.0”.

Workshop eminentemente prático, por forma a proporcionar uma experiência Única e geradora de Confiança, Empoderamento e novos Recursos na Arte de Liderar.

Assumindo que o Talento para Liderar deve ser perspetivado como uma Mestria Pessoal, o Workshop promove, em simultâneo, o desenvolvimento de técnicas de Autoconhecimento, a capacidade de Comunicar com Autenticidade e a possibilidade de aprimorar o Domínio Inspiracional, Mental, Emocional e Físico associados.

Promove também Consciência de Propósito e Automotivação para Potenciar as Oportunidades de Melhoria Continua.

As 7 Chaves para o Caminho de Crescimento Sustentável, orientado para a Ação Consciente.

OBJETIVOS

- Gerar uma atitude Positiva e de Cooperação.
- Identificar Qualidades Pessoais e Comunicá-las
- Reconhecer Valores e Princípios que norteiam a sua Vida
- Identificar as etapas de desenvolvimento da Consciencia Humana
- Ativar a atitude de automotivação permanente
- Reconhecer o seu propósito de vida
- Ser capaz de se implicar nos processos de tomada de decisão
- Ser capaz de se implicar na definição clara de objectivos
- Comunicar com Autenticidade, Clareza e Assertividade

PROGRAMA

I – Momento de Grandes Oportunidades

Mudanças aceleradas
Globalidade
O fator SER HUMANO
Comunicação

II – “COACHING 5.0” e Empoderamento Individual e de Equipas

Design Humano e Percepção Psicológica
Desenvolvimento Pessoal e da Consciência
Tempo Cronos, Descondicionamento e Tempo Kairós
Pensamento Positivo, Autenticidade e o Poder da Palavra
Chaves para a Verdadeira Motivação Individual e de Equipas

III – Alcançando Resultados Extraordinários e Sustentáveis

Mapas Pessoais e Transpessoais
Ativando o Foco na Solução
Desenvolvendo a Energia e Qualidade da Presença
Partindo para a Ação Consciente
Aprendizagem e Celebração
Identidade profunda, Propósito e CRIAÇÃO

Exercícios e Dinâmicas

METODOLOGIA

Métodos ativos e demonstrativos
Utilização de ferramentas de autodiagnóstico, filmagens de apresentações individuais, dinâmicas de grupo

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 Electrotécnica, ramo de Telecomunicações e Computadores pela FEUP
- Desenvolveu funções de Direcção 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 Director da Empresa Portal do SER – Centro de Desenvolvimento Pessoal
- Fundador e Presidente da ISPC-International School of Professional Coaching

DESTINATÁRIOS

- Executivos, Diretores e Comerciais
- Coaches, Mentores e Profissionais de Recursos Humanos
- Formadores e Consultores
- Outros profissionais interessados no tema

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>