PEA Porto Executive Academy

Mais Competência. Mais Valor.



PÓS-GRADUAÇÃO EM

Soft Skills

A sua equipa obedece-lhe, mas não o segue? **E depois?**

154 horas
10 módulos, 6 seminários e 6 h de coaching individual

5 meses
início a 12 de fevereiro

Híbrido
sextas à noite e sábados de manhã

2.600 €
com descontos disponíveis

ÁREA 05 · **PESSOAS, LIDERANÇA E ORGANIZAÇÕES**

Em parceria com a Stanton Chase Portugal e a The International Society for Emotional Intelligence (TISEI)

01 · O DESAFIO

Conhecimento técnico leva-o à chefia. Competências humanas fazem de si um líder.

Conhecimento técnico e experiência são fundamentais para assumir responsabilidades de gestão. Mas liderar pessoas exige também capacidade para comunicar, gerir emoções, adaptar comportamentos, negociar, desenvolver talento, lidar com conflitos e mobilizar equipas. É aí que muitos gestores competentes ficam a meio caminho: a equipa cumpre, mas não acompanha.

Esta pós-graduação foi concebida para quem lidera ou se prepara para liderar e quer desenvolver estas competências de forma estruturada. Desenvolver soft skills não acontece apenas em sala de aula: o participante começa por conhecer o seu perfil, treina novas ferramentas ao longo dos módulos, aplica-as à sua realidade profissional e conta com três sessões individuais de coaching para acompanhar a evolução.

O percurso culmina num Plano Individual de Desenvolvimento de Soft Skills, que transforma a formação num plano concreto de evolução profissional, e assegura a Certificação de Nível II em Inteligência Emocional da TISEI.

Desenvolva competências para

01 Liderar equipas com confiança, inteligência emocional e capacidade de influência.

02 Comunicar de forma assertiva, dar feedback construtivo e gerir conflitos.

03 Promover o desenvolvimento das pessoas e reforçar o envolvimento das equipas.

04 Construir e implementar um Plano Individual de Desenvolvimento, com apoio de coaching.

Liderar melhor começa por compreender como lidera. **E por treinar o que falta.**

O QUE DISTINGUE ESTA PÓS-GRADUAÇÃO

01 Abordagem integrada: autoconhecimento, inteligência emocional, comunicação, coaching, liderança, negociação e bem-estar

02 Forte orientação prática, com ferramentas aplicáveis a desafios reais de liderança e de equipas

03 Percurso personalizado, que culmina num Plano Individual de Desenvolvimento com apoio de coaching

04 Certificação de Nível II em Inteligência Emocional da TISEI

02 · PARA QUEM É

Para quem lidera pessoas, ou está prestes a liderar.

Para profissionais que lideram pessoas ou vão assumir responsabilidades de liderança e procuram desenvolver as competências comportamentais para o fazer com mais eficácia. O retorno é mais imediato para quem pode aplicar, de imediato, as ferramentas e comportamentos trabalhados na sua realidade profissional.

Áreas profissionais

- Gestão e Direção
- Liderança de Equipas
- Gestão de Projetos
- Recursos Humanos
- Consultoria e Formação
- Empreendedorismo

Especialmente relevante para

- Top e middle managers
- Team leaders
- Gestores de projeto com responsabilidades de coordenação de pessoas
- Profissionais que assumiram recentemente funções de liderança
- Profissionais em preparação para liderar no curto ou médio prazo
- Não é indicada para quem procura uma formação exclusivamente teórica ou centrada apenas em competências técnicas: o programa pressupõe disponibilidade para trabalhar o próprio desenvolvimento comportamental

03 · FUNÇÕES PROFISSIONAIS

Competências que servem funções e setores diferentes.

01 **Top Manager**	02 **Middle Manager**	03 **Team Leader**
04 **Gestor/a de Projetos**	05 **Responsável de RH e Desenvolvimento de Pessoas**	06 **Consultor/a ou formador/a em liderança**

04 · PLANO DE ESTUDOS

10 módulos. Um percurso, do autoconhecimento ao plano de desenvolvimento.

Três componentes complementares: dez módulos que trabalham competências intrapessoais, interpessoais e instrumentais; seis seminários que abrem outras abordagens ao desenvolvimento das soft skills; e três sessões individuais de coaching, no início, a meio e no fim, que apoiam a construção do Plano Individual de Desenvolvimento.



01	Instrumentos e Medidas de Autoconhecimento	12 h
02	Inteligência Intrapessoal e Potencial Humano	12 h
03	Inteligência Emocional (Nível 2)	16 h
04	Comunicação Interpessoal	12 h
05	Coaching para o Desenvolvimento de Soft Skills	12 h
06	Liderança e Teambuilding	12 h
07	Negociação	12 h
08	Gestão do Tempo e Gestão do Stress	12 h
09	Condução de Reuniões e Entrevistas	12 h
10	Plano de Desenvolvimento Individual de Soft Skills	12 h

Total dos 10 módulos; com 6 seminários (Inteligência Emocional Nível 1, PNL, Design Thinking, Escrita Criativa, Networking e Mindfulness, 24 h) e 3 sessões de coaching individual (6 h), o programa totaliza 154 h e 30 ECTS — **124 h**

Competências desenvolvidas

- Autoconhecimento e perfil comportamental
- Inteligência emocional, autocontrolo e resiliência
- Comunicação, feedback e negociação
- Liderança de equipas e desenvolvimento de talento
- Gestão do tempo, do stress e de conflitos
- Plano Individual de Desenvolvimento

05 · COMO SE APRENDE

Da aprendizagem à mudança de comportamento.

01

REWARD Approach®

Metodologia em seis dimensões: partir da realidade do participante, avaliar competências, adquirir ferramentas, aplicá-las em situações concretas, refletir sobre os resultados e consolidar o desenvolvimento.

02

Autodiagnóstico

Instrumentos e medidas de autoconhecimento no arranque, para identificar o perfil comportamental, os pontos fortes e as áreas de melhoria de cada participante.

03

Coaching individual

Três sessões individuais, no início, a meio e no final, que apoiam o autoconhecimento, trabalham desafios próprios e acompanham a transferência das competências para o trabalho.

04

Aplicação entre módulos

Entre sessões, os participantes aplicam as ferramentas a situações concretas, para que a aprendizagem passe progressivamente à sua forma de atuar.

Formato
Regime híbrido, pós-laboral. Sextas-feiras das 18h30 às 22h30 e sábados das 9h00 às 13h00.
Próxima edição com início a 12 de fevereiro.

06 · QUEM ENSINA

Aprender com quem faz.



COORDENADOR DE CURSO

Fernando Torre

Comissão Científica
Armando Silva · Mário Teixeira · Fernando Torre

O percurso de cada participante é acompanhado de perto, promovendo a ligação entre conhecimento, prática e desenvolvimento pessoal. O objetivo é transformar competências humanas numa liderança mais consciente, eficaz e mobilizadora.

Corpo docente


Adelino Cunha


Carlos Filipe Oliveira


Dina Oliveira


Florbela Silva


Mariana Pereira


Mário Sérgio Teixeira


Nuno Moreira


Patrícia Araújo


Pedro Caramez


Pedro Chagas Freitas

07 · QUEM JÁ FEZ

A palavra a quem já passou por cá.



"

Assistimos a diferentes ofertas no mercado relativas à formação, mas que aqui são integradas de uma forma articulada com duas mais-valias: a aplicação em casos práticos e uma componente teórica que suporta o desenvolvimento de capacidades essenciais. Traz também a possibilidade de conhecermos pessoas com diferentes backgrounds, idades e diferentes estados de vida profissional.

Maria de Fátima Teles
Alumni · Pós-Graduação em Soft Skills

Veja os testemunhos em vídeo
Antigos participantes, a coordenação e os formadores explicam o que distingue o programa e que impacto teve no seu percurso.

08 · CANDIDATURA E INVESTIMENTO

2.600 €

propina

- 10% para entidades com Protocolo de Parcerias com a PEA e Alumni ISCAP
- 5% para Alumni P.Porto
- 5% adicional por pronto pagamento

Candidate-se

A candidatura é feita através do formulário online disponível na página do programa. Datas e fases de candidatura atualizadas no site.

PARCERIA

Em parceria com a Stanton Chase Portugal e a The International Society for Emotional Intelligence (TISEI)

CERTIFICAÇÃO

A conclusão com sucesso assegura a Certificação de Nível II em Inteligência Emocional da TISEI.

FALE CONNOSCO

Tem dúvidas sobre o plano curricular, o horário, as condições de pagamento ou a candidatura? Escreva-nos: respondemos no dia útil seguinte e, se a questão for sobre o conteúdo do programa, encaminhamos para a coordenação.

A Porto Executive Academy é a academia de formação executiva da Faculdade de Ciências Empresariais do Porto, da Universidade Técnica do Porto.

+351 22 905 00 21

pea@iscap.ipp.pt

Rua Jaime Lopes Amorim, s/n
4465-004 São Mamede de Infesta

+2000
formandos em todos os programas da academia

5 + 29
MBAs e Pós-Graduações em 8 áreas

4,55/5
satisfação média dos formandos

54%
do corpo docente com perfil executivo ou empresarial

PEA Porto Executive Academy
Mais Competência. Mais Valor.

UTPORTO Universidade Técnica do Porto | 140 ANOS P.PORTO ISCAP

Versão de outubro de 2026 · informação sujeita a atualização