PROGRAMA DE FORMAÇÃO

Desenvolvimento de lideranças

hygge
Organizational Mental Health Promotion Project
By João Paulo Pereira

8 HORAS / PRESENCIAL OU ONLINE

Desenvolver uma liderança consciente, capaz de alinhar objetivos, mobilizar pessoas e cuidar das condições de trabalho. Um percurso prático de autoconhecimento, comunicação e tomada de decisão.

Objetivos

- Reconhecer o próprio estilo e os seus efeitos na equipa.
- Comunicar objetivos, delegar e dar feedback com clareza.
- Gerir prioridades e conflitos sem perder a atenção às pessoas.
- Definir um plano de desenvolvimento com indicadores de acompanhamento.

Temas e dinâmicas formativas

60 min	**Autoconhecimento e papel do líder**	Autoanálise e discussão de casos: valores, pontos fortes e limites.
90 min	**Comunicação e confiança**	Escuta ativa e ensaio de conversas de feedback em pares.
90 min	**Delegação e prioridades**	Simulação de decisões: distribuir responsabilidades e equilibrar cargas.
90 min	**Conflitos e saúde da equipa**	Role-play de uma conversa difícil; identificar sinais de sobrecarga.
90 min	**Laboratório de liderança**	Resolver um desafio de equipa com feedback estruturado dos pares.
60 min	**Plano de desenvolvimento**	Definir ações, indicadores e avaliação final da aprendizagem.

Construa um plano de liderança com ações concretas para a sua equipa.

Liderar com clareza e sentido humano.

João Paulo Pereira · Pessoas & Organizações

jpp@hygge.pt / +351 963 476 723 / jpsper.com