

ESPECIALIZAÇÃO AVANÇADA COACHING PSICOLÓGICO

COORDENAÇÃO CIENTÍFICA

213 HORAS (68 HORAS SÍNCRONAS
E 145 HORAS ASSÍNCRONAS)

MAIS VALIAS: Dotar os formandos de competências teórico-práticas que lhes permita atuar como especialistas no exercício da prática do Coaching Psicológico.



**SOFIA
ANDRADE**



**LURDES
NEVES**

ONLINE | SÁBADOS-MANHÃ

1780€



63,25 créditos OPP

Psicologia da Educação, Coaching Psicológico e Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira.



COACHING PSICOLÓGICO: ENQUADRAMENTO

- Fundamentos
- Influência das várias áreas da psicologia
- Conceito e objetivos
- Tipos de coaching
- O papel do psicólogo-coach e o papel do coachee
- O processo de aprendizagem e mudança
- As fases do processo de coaching (pessoal e profissional)
- Processo de coaching: como iniciar, acompanhar e finalizar
- A sessão de coaching: preparação, condução e finalização da sessão
- Avaliação dos resultados obtidos
- A auto-superação
- O ciclo permanente de ação e evolução;

COACHING PSICOLÓGICO: FERRAMENTAS

- Ferramentas da metodologia de coaching
- Competências chave do perfil do coach
- Ética e deontologia na prática de coaching
- Construção do contrato de coaching: definição, formulação, elementos base, tipologias consoantes diferentes situações/contextos;

LIFE COACHING/COACHING DA SAÚDE

- Enquadramento do Life Coaching
- Benefícios do Life Coaching
- Modelos de Intervenção do Life Coaching
- Enquadramento do Coaching da Saúde
- Benefícios do Coaching da Saúde
- Modelos de Intervenção do Coaching da Saúde
- Exercícios práticos
- Estudo de casos
- Práticas simuladas;

COACHING VOCACIONAL E EDUCACIONAL

- Enquadramento do Coaching Educativo
- Etapas do Processo de coaching em contexto educativo
- Ferramentas de Coaching Educativo
- Modelos de intervenção
- Os fatores socioeconómicos e culturais no desenvolvimento de carreira e nos processos de tomada de decisão dos jovens
- A mobilidade social em Portugal e seu impacto
- As crenças e perspetivas dos jovens em relação à carreira futura e a influência nas suas escolhas vocacionais e de carreira
- Investigações neste campo
- Exercícios práticos
- Estudo de casos
- Práticas simuladas;

COACHING DE CARREIRA

- Enquadramento do coaching de carreira
- O coaching de carreira e a autogestão de carreira
- Modelos e Fases de intervenção
- Ferramentas para coaching de carreira
- Exercícios práticos

- Estudo de casos
- Práticas simuladas;

COACHING EXECUTIVO

- Enquadramento do Coaching Executivo
- Modelos de intervenção
- Fases de intervenção
- Momentos propícios à intervenção
- Ferramentas para coaching executivo
- Exercícios práticos
- Estudo de casos
- Práticas simuladas;

COACHING NO DESPORTO

- Enquadramento do Coaching no Desporto
- A especificidade do contexto desportivo
- Os conceitos de atividade física, de desporto e de alta performance
- As fontes de motivação para a prática desportiva e as problemáticas mais usuais na sua manutenção
- O contexto específico da alta performance e o seu impacto no indivíduo
- Os destinatários do coaching desportivo: praticante, atletas, equipa e treinador
- Modelos de intervenção
- Ferramentas para coaching no desporto
- As questões mais frequentes de cada um dos destinatários e os modelos de intervenção adequado
- Exercícios práticos
- Estudo de casos
- Práticas simuladas;

COACHING PARENTAL

- Contextualização
- Enquadramento do Coaching Parental
- Modelos de Intervenção
- Ferramentas para o Coaching Parental
- Parentalidade Consciente
- Auto-coaching
- Exercícios práticos
- Estudo de casos
- Práticas simuladas;

PRÁTICA E SUPERVISÃO DE PROCESSOS DE COACHING

- Assunção de um processo de coaching, ferramentas e fases através de estudos de caso
- Treino prático de sessões de Coaching
- Práticas supervisionadas;



SOFIA ANDRADE

Psicóloga Clínica (Pré-Bolonha) e Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde, com especialização no luto; Pós-graduação em Neuropsicologia. Certificação Internacional em Coaching pela International Association of NLP Institutes (IANLP) e pela INCTA - International Coaching and NLP Training Academy, especialização em Coaching de Educação e Carreira. Especializada em Terapia Focada nas Emoções pela Sociedade Portuguesa de Terapia Focada nas Emoções SPTFE. Membro da Comissão de Ética da Sociedade Portuguesa de Coaching Profissional – SPCP. Certificação em Programação Neurolinguística com foco terapêutico; Certificação em Linguagem Corporal e Microexpressões Emocionais pelo Center for Body Language; Certificação em análise do perfil pessoal.

(MAIS INFO NO SITE)



LURDES NEVES

Doutorada em Psicologia. Mestre em Psicologia das Organizações pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto. Licenciada em Psicologia pela mesma Faculdade. Ministrou cerca de 5000 horas de formação nas áreas de formação comportamental, Avaliação de Desempenho, Gestão de Trabalho em Equipa, Formação Pedagógica Inicial e Contínua de Formadores, Diagnóstico, Conceção, avaliação e Gestão global da Formação, Motivação, Liderança de Equipas e Coaching (Business e Life Coaching) com públicos diversificados do setor público e privado, em pós graduações e mestrados.

(MAIS INFO NO SITE)

DOCENTES



CRISTINA CORREIA

Licenciada em Psicologia do Trabalho e das Organizações, pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, em 1998. Especialista em Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações. Percurso profissional de 14 anos na área de recursos humanos. Desde 2013 especificamente dedicada ao desenvolvimento de carreira, empoderando profissionais na gestão das suas carreiras. Contribui para que os profissionais assumam o devido protagonismo e as suas escolhas de carreira em alinhamento e de forma assertiva, seja em momentos de transição profissional, seja na progressão interna. Career Advisor, na Upper Side (Lisboa).

(MAIS INFO NO SITE)

**GASPAR FERREIRA**

Psicólogo, licenciado pela Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto. Especialista na área Educacional e na área da Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações. Detém o título de especialista avançado na área da psicologia do desporto, exercício e performance. Membro da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) e Membro da Associação dos Psicólogos Americanos (APA). Percurso profissional: foi militar no Exército Português tendo exercido funções no Centro de Classificação e Seleção do Porto; foi Psicólogo e Diretor Pedagógico no Futebol Clube do Porto; foi Diretor Executivo e Gestor de Recursos Humanos na RH Center.

(MAIS INFO NO SITE)

**JOANA MADUREIRA**

Psicóloga, membro efectivo n.º 417 da OPP. Especialista em Psicologia do Trabalho e das Organizações e em Psicologia da Educação. Mentora da marca Schola: educar para a felicidade, pela qual disponibiliza consultas de Psicologia a crianças, jovens e adultos. Dinamiza formações e workshops para pais e profissionais, maioritariamente no âmbito da Parentalidade Consciente e Educação, com o contributo da Psicologia Positiva; desenvolve actividades de grupo com crianças no âmbito das emoções e auto-estima, Yoga e Mindfulness. Frequentou a especialização avançada de Terapia de Casal e Sexologia Clínica no âmbito da sua actuação com pais (parentalidade e conjugalidade).

(MAIS INFO NO SITE)

**LILIANA DIAS**

Managing partner da Bound – Intelligent Health Capital, detém de 17 anos de experiência profissional na área de Psicologia da Saúde e da Gestão de Recursos Humanos no mercado português, mas também internacional. Desenvolve atualmente consultoria no setor privado, mas igualmente no terceiro setor. É mestre em Psicologia Clínica e da Saúde pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa e mestre em Gestão de Recursos Humanos, pela Escola de Gestão do ISCTE. Detém ainda de uma pós-graduação em Gestão da Criatividade e Design para a Inovação Organizacional



TERESA ESPASSANDIM

Psicóloga, especialista em Psicologia Clínica e da Saúde, Psicologia da Educação, Psicoterapia e Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira pela Ordem dos Psicólogos Portugueses. Licenciada em Psicologia pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, pós-graduada em Juventude – Novos Contextos e Intervenções pela Universidade do Porto, em Psiquiatria e Saúde Mental pela Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, em Gestão pela NOVA School of Business and Economics e em Gestão para Profissionais da Saúde pelo ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa. Psicoterapeuta pela Sociedade Portuguesa de Psicoterapia Centrada no Cliente e Abordagem Centrada na Pessoa. Membro Afiliado da American Psychological Association e da European Academy of Occupational Health Psychology. Tem mais de 20 anos de experiência em intervenção psicológica em contextos clínicos, educacionais e organizacionais. Fundadora e coordenadora do Gabinete de Orientação do Instituto Superior de Engenharia do Porto entre 2002 e 2018, Psicóloga Clínica e Psicoterapeuta no Neurobios – Instituto de Neurociências e na Psicodinâmica – Centro de Psicologia, Terapias e Aconselhamento.

[MAIS INFO NO SITE]