

programa executivo

# LEADERSHIP FOR HAPPINESS



*Mosteiro de Tibães – Braga*

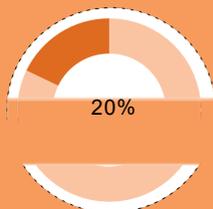
*Inscrições*

<https://www.tecminho.uminho.pt/>

# LEADERSHIP FOR HAPPINESS ENQUADRAMENTO

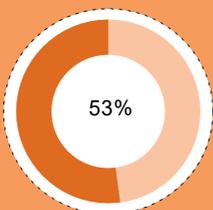
## ***Ser um líder consciente, não um líder perfeito!***

Imagine, por um momento, que tinha adormecido há 30 anos e acordado hoje, sem ter vivido a transformação que houve no mundo ao longo deste tempo. Como encararia os seguintes factos ou tendências?



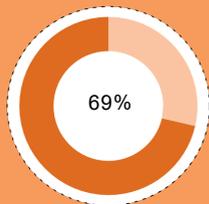
Apenas cerca de 20% das pessoas, a nível mundial, estão verdadeiramente comprometidas com as suas atividades e contextos profissionais (Gallup Institute)

► Em 2022, houve cerca de 8 dias de trabalho perdido por cada trabalhador, por absentismo, e 16 dias de trabalho perdido por presentismo, ou seja, situações em que as pessoas estão no seu local de trabalho, mas apresentam um desempenho abaixo das suas capacidades por motivos de doença física e/ou mental (Ordem dos Psicólogos Portugueses)

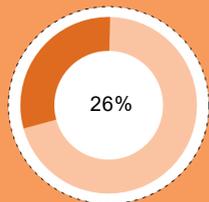


Cerca de 53% dos millenials já faltaram ao trabalho por situações de burnout (Yellowbrick)

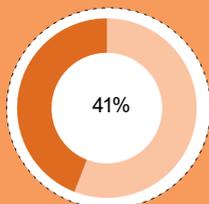
# LEADERSHIP FOR HAPPINESS ENQUADRAMENTO



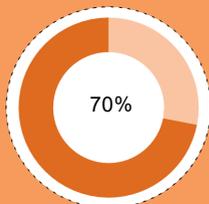
Cerca de 69% dos trabalhadores consideram que os seus líderes afetam a sua saúde mental (Workforce Institute)



26% dos profissionais são "quiet quitting", ou seja, fazem o mínimo ou menos nas suas atividades profissionais (Resumebuilder)



41% dos trabalhadores, a nível mundial, consideram abandonar os seus empregos ("great resignation"), sobretudo devido à cultura organizacional tóxica, à falta de reconhecimento do desempenho e à dificuldade de conciliação com a vida familiar (Edsmart)



Cerca de 70% dos líderes executivos ("C-Suite") consideram pedir a demissão e encontrarem contextos e atividades profissionais que contribuam para um maior bem estar (Deloitte)

# LEADERSHIP FOR HAPPINESS ENQUADRAMENTO

Uma tendência genérica que se verifica a nível mundial é a perspetiva de que o trabalho é uma componente da vida das pessoas e não a sua vida. Sobretudo as gerações mais novas não estão disponíveis para realizarem um trabalho sem propósito e que ponha em causa o seu bem estar.

As organizações procuram, por isso, investir cada vez mais no seu “employer branding”, no sentido de atrair profissionais que, depois, têm dificuldade em reter (continuar a atrair) e a investigação indica que a decisão de sair ou continuar numa organização é amplamente influenciada pelo papel dos líderes.

As pessoas não estão disponíveis para trabalhar com líderes de comando e controlo, cujo objetivo principal é o lucro e que tratam os trabalhadores como recursos dispensáveis.

É neste contexto que emerge a liderança consciente e a sua relação com a felicidade, que tem vindo a ganhar relevância no contexto das organizações, nomeadamente pela relação que tem com diferentes indicadores organizacionais. Dos estudos que têm vindo a ser realizados em Portugal, através do HappinessWorks, é possível verificar que os trabalhadores felizes apresentam menor índice de absentismo (-36,8%), menos vontade de mudar de organização (-41,2%) e uma maior produtividade (+18,9%).

Para a felicidade organizacional parecem contribuir vários fatores, entre os quais se enquadram o reconhecimento, a confiança, o respeito, a relação com os líderes, a qualidade da definição de objetivos, life balance, entre outros.

A Liderança Consciente apresenta-se como uma abordagem à liderança mais atenta a cada um dos colaboradores, às suas necessidades e perspetivas. É uma liderança orientada para o crescimento e desenvolvimento de pessoas, com mais “presença” (atenção) do líder.

# LEADERSHIP FOR HAPPINESS ENQUADRAMENTO

Autoconsciência, autenticidade, empatia, propósito são palavras que ajudam a definir o líder consciente, que age com o coração, lidera com transparência e está comprometido com a sua própria evolução e transformação enquanto pessoa, expandindo a sua capacidade para servir, através da criação de uma cultura de confiança, responsabilidade pessoal, integridade, igual valor, valorização da diferença e bem estar holístico.

## **Em síntese, entre as qualidades de uma liderança consciente destacam-se:**

- ▶ Assumir-se como um ser humano com a sua inerente vulnerabilidade (é na nossa vulnerabilidade que reside a nossa força transformadora)
- ▶ Agir com autenticidade, com base em valores e em conexão com o seu propósito
- ▶ Estabelecer parcerias internas e externas para promover a criatividade e a inovação
- ▶ Encarar múltiplas perspetivas para encontrar respostas para desafios complexos.
- ▶ Criar um ambiente de trabalho colaborativo onde as pessoas respeitem e valorizem as perspetivas e ideias dos outros;
- ▶ Usar a inteligência da mente, emoção e intuição.
- ▶ Contribuir para melhorar o mundo, ligando os seus objetivos pessoais aos objetivos da sua organização.
- ▶ Criar condições para que a liderança venha de todas as partes da organização

O programa executivo Leadership for Happiness tem como finalidade desenvolver líderes para exercerem uma liderança capaz de equilibrar harmoniosamente o bem-estar das pessoas e os resultados organizacionais, contribuindo para que as organizações cresçam e se desenvolvam de forma sustentável.

## **A NÍVEL PESSOAL, ESPERA-SE QUE ESTE PROGRAMA TENHA O SEGUINTE IMPACTO**

- Elevação do nível de consciência sobre o seu papel enquanto líder;
- Melhoria do seu bem-estar individual no exercício da sua liderança;
- Maior alinhamento e clareza no processo de tomada de decisão;
- Melhoria da criatividade individual;
- Maior equilíbrio entre as diferentes componentes da sua vida.

## **A NÍVEL ORGANIZACIONAL, ESTE PROGRAMA TERÁ O SEGUINTE IMPACTO**

- Melhoria da inovação organizacional
- Melhoria do clima organizacional
- Aumento da produtividade, por via da motivação e comprometimento das pessoas
- Melhoria do bem-estar físico e psicológico dos trabalhadores
- Melhoria na atração e retenção de talento

## **A NÍVEL SOCIAL, ESTE PROGRAMA TERÁ O SEGUINTE IMPACTO**

- Melhoria do bem-estar físico e psicológico das pessoas que fazem parte dos diferentes sistemas dos participantes.

Os líderes têm um papel fundamental como multiplicadores de impacto, pois as ações que tomam junto das pessoas que lideram acabam por se refletir num impacto positivo nas pessoas com as quais elas interagem (familiares, amigos, comunidade). Pessoas que saem do trabalho felizes, porque trabalham com propósito, num ambiente de comunicação aberta, honestidade, integridade e empatia levam esse espírito para os diferentes sistemas em que se movimentam, acabando por contribuir para um mundo globalmente mais saudável e equilibrado.

## DESTINATÁRIOS

1. Líderes de Equipas
2. Gestores de Startups e empresas de pequena e média dimensão
3. Empresários
4. Profissionais que desempenham funções técnicas e especializadas com ambição ou probabilidade de virem a ser líderes de equipas
5. Responsáveis de áreas funcionais
6. Gestores de Projetos

## COMPETÊNCIAS

01 Autoconsciência

02 Integridade

03 Flexibilidade

04 Comunicação autêntica

05 Influência inspiradora

06 Empatia

07 Colaboração

08 Criatividade

09 Inovação

10 Desenvolvimento dos outros

11 Gestão emocional

12 Curiosidade e orientação para a aprendizagem

13 Resolução de problemas

# LEADERSHIP FOR HAPPINESS PROGRAMA

## 1. INTRODUÇÃO

- a) Tipos de abordagens sobre o desenvolvimento de líderes
- b) Tendências no mundo do trabalho com implicações na liderança
- c) O modelo da Linha: Liderar “acima da linha” e “abaixo da linha”
- d) O processo Leadershift
- e) Cultura organizacional e os compromissos para a liderança consciente

## 2. FELICIDADE E BEM-ESTAR NO TRABALHO

- a) O que é a Felicidade
- b) Fatores que influenciam a Felicidade
- c) O que é a Felicidade no Trabalho
- d) A Felicidade no Trabalho e o binómio Pessoas/ Resultados Organizacionais
- e) Práticas de Gestão de Pessoas com impacto na Felicidade e Bem-estar no Trabalho

## 3. COMPROMISSOS PARA A LIDERANÇA CONSCIENTE

### 3.1. *Responsabilidade Radical*

- a) Como criar uma cultura de responsabilidade pessoal
- b) As 4 formas de liderar (to me, by me, through me, as me)
- c) Janela vs espelho
- d) Causa ou efeito
- e) O triângulo do drama (vítima, vilão e herói) vs o círculo da responsabilidade (criador, desafiador e coach)
- f) A abordagem coaching e as perguntas poderosas
- g) Os 5 níveis de motivação usados pelos líderes
- h) Os líderes de nível 5: determinação profissional e humildade pessoal

### **3.2. Permissão para Sentir**

- a) Compreender a importância das emoções para o desempenho profissional
- b) Autoconsciência emocional
- c) Autogestão: gestão e regulação de estados emocionais
- d) Consciência social: identificar estados emocionais nos outros
- e) Gestão de relações através de técnicas de inteligência emocional
- f) Adotar atitudes de mindfulness

### **3.3. Liderar como para a Integridade Consciente**

- a) A prática da honestidade radical
- b) Intenção, contexto e momento na prática da honestidade
- c) Receber com empatia – a prática da escuta ativa
- d) A comunicação autêntica e não violenta (observação, emoções, necessidades e pedidos)
- e) Abertura, transparência e assertividade na comunicação: como criar um ambiente sem focos e mexericos e eliminar toxicidade nas relações
- f) O alinhamento através dos níveis neurológicos: tomar decisões, resolver problemas e agir de forma congruente
- g) Liderar com base em valores

### **3.4. Gerar e Receber Apreciação**

- a) Janela de Johari
- b) Como fornecer feedback construtivo e transformador
- c) A arte de receber feedback
- d) Os líderes também pedem feedback?
- e) O poder da atenção e da intenção para gerar resultados (para onde vai o foco, flui a energia)

### **3.5. Excelência e Genialidade**

- a) Quando ser excelente não é suficiente
- b) Os 4 níveis de competência
- c) IKIGAI
- d) Efeito Shinkansen
- e) Como definir objetivos ambiciosos
- f) Estratégias para potencializar o alcance de objetivos

### **3.6. Apreciar o Oposto (ou Diferente)**

- a) Quando 1+1 é mais do que 2
- b) A estrutura associada ao comportamento humano, de acordo com o Modelo de Comunicação da Programação Neurolinguística
- c) Os diferentes estilos de perfil comportamental
- d) O processo “the work”

## **4. MINDFULNESS, ALINHAMENTO E BEM-ESTAR**

- a) Mindfulness e o equilíbrio da saúde física, mental e energética;
- b) Presença plena no aqui e agora – os desafios de estar no momento presente
- c) O treino da mente: atenção e consciência plenas
- d) A importância de saber relaxar o corpo e a mente
- e) Exercícios práticos

# LEADERSHIP FOR HAPPINESS PROGRAMA

## 5. CASOPRÁTICO - FELICIDADE NO TRABALHO

- a) A Felicidade como filosofia de liderança
- b) Felicidade e resultados organizacionais
- c) Propósito organizacional e felicidade
- d) Dar e receber feedback
- e) Delegação
- f) Reconhecimento
- g) Valores
- h) Missão e atribuições do departamento de felicidade
- i) Os desafios da felicidade no trabalho

## 6. ABORDAGEM SISTÊMICA E LIDERANÇA (IN)CONSCIENTE

- a) Consciente, subconsciente e inconsciente pessoal e organizacional
- b) Os 3 níveis de consciência (individual, sistêmica e universal) e suas implicações na dinâmica da liderança
- c) A liderança inconsciente
- d) Princípios da abordagem sistêmica e suas implicações para a liderança (in)consciente
- e) Constelações organizacionais como estratégia para uma liderança mais consciente

# LEADERSHIP FOR HAPPINESS ME TODOLOGIA

**O “Leadership for Happiness” é uma experiência imersiva de desenvolvimento de competências. Mais do que partilhar e abordar conteúdos, este programa é uma experiência de transformação pessoal e profissional, assumindo-se que a transformação das organizações começa pelos líderes, numa abordagem “insideout”**

**Serão utilizadas, entre outras, metodologias pedagógicas e técnicas de transformação pessoal, tais como:**

## AUTORREFLEXÃO

Tomar decisões conscientes, agir de forma congruente e planear ações que implicam outras pessoas pressupõe olhar para dentro, percebermos quem somos, quais são as nossas intenções e os nossos valores, bem como o que nos está a impedir de sermos melhores pessoas e melhores profissionais

## PEER LEARNING

Aproveitar um processo de desenvolvimento de competências implica aprender com tudo e com todos. Formadores excelentes são os que colocam ao serviço do grupo as experiências de todos os participantes, no sentido em que as mesmas sejam fonte de aprendizagem e crescimento para os restantes.

## PEER COACHING

O processo e as ferramentas de coaching vão fazer parte do programa do curso e os participantes vão ter a possibilidade de o treinar, ao longo da formação com os seus pares, de modo a poderem transferir mais facilmente este skill para a sua realidade profissional

## APRESENTAÇÃO DE CASOS

Formadores do curso e convidados externos partilharão casos associados à liderança consciente e sua relação com a felicidade e resultados organizacionais.

# REFERÊNCIAS





LEADERSHIP FOR HAPPINESS  
FORMADORES

## Paulo Silva

Mais de 25 anos de experiência profissional enquanto consultor de empresas e de outras organizações na área do desenvolvimento humano e organizacional. Foi docente no ensino superior (Universidade do Minho) nas áreas de Recursos Humanos, Gestão da Formação e Pedagogia. Coordenou e interveio enquanto investigador em projetos (nacionais e internacionais) de investigação sobre competências, perfis profissionais e formação. É autor e co-autor de publicações nas áreas das competências, das políticas e práticas de formação e perfis profissionais. Ao longo da sua carreira implementou, enquanto docente e formador, milhares de horas de formação, para milhares de pessoas com diferentes perfis (dirigentes, líderes de equipas, gestores de projeto, técnicos especializados, ...) nas áreas da Gestão de Recursos Humanos e de Desenvolvimento Humano. Tem um mestrado em Gestão de Recursos Humanos e uma Licenciatura em Educação pela Universidade do Minho. Tem uma Certificação Internacional em Coaching pela International Coaching Community (ICC) e Certificação Internacional em PNL (Programação NeuroLinguística) pelo Instituto Holandês de PNL (NTI-NLP). É certificado internacionalmente como Analista de Perfil Comportamental DISC pelo InterDisc International.



LEADERSHIP FOR HAPPINESS  
**FORMADORES**

## Sílvia Cerqueira

Formadora, consultora, coach & palestrante em áreas do desenvolvimento humano, com experiência em intervenções dirigida a diversos públicos (profissionais de empresas, professores, pais e outros profissionais) em áreas como inteligência emocional, coaching, programação neurolinguística, análise de perfil comportamental, liderança, entre outras). Foi docente do ensino básico e secundário durante vários anos e formadora em escolas profissionais. Da sua licenciatura na área da Educação (Português e Alemão) veio-lhe o gosto e a consciência de que a sua missão passava por ajudar a desenvolver pessoas e, consequentemente, os contextos em que elas intervêm. Por isso, todo o seu percurso formativo subsequente está muito orientado neste sentido, nomeadamente uma Certificação Internacional em Coaching, a formação em Programação Neurolinguística, a Liderança e Inteligência Emocional (ex: Certificação Search Inside Yourself da Google, Silva Life System, a Certificação Internacional em Análise de Perfil Comportamental, Mindfulness, Certificação em Inteligência Emocional Aplicada, entre outras). Adicionalmente, no sentido de desenvolver profissionais no domínio da Educação, fez formação na área do Coaching Educativo, bem como uma Certificação em Parentalidade / Educação Consciente, sendo membro da Academia de Parentalidade Consciente. De momento, colabora em vários projetos, que têm como finalidade promover o desenvolvimento de pessoas e organizações, através de processos e práticas como o coaching, a inteligência emocional e a liderança autêntica.



LEADERSHIP FOR HAPPINESS  
FORMADORES

## Reinaldo Santos

Autor do livro SERFELIZ NO TRABALHO: uma viagem científica, humana e criativa pelo bem-estar social (Editora RH, 2021). Professor de gestão de recursos humanos em universidades e escolas de negócios. Formador e orador em eventos sobre felicidade e gestão de pessoas no trabalho. Membro da Comissão Técnica da Norma “Sistemas de gestão do bem-estar e da felicidade organizacional” (IPQ). Doutorado em Ciências Empresariais (FEP), com tese sobre o Bem-estar no Trabalho. Pós-graduado em gestão de recursos humanos e licenciado em sociologia das organizações. Diretor de recursos humanos, durante 20 anos, em empresas do maior grupo português do setor ambiental. Liderou equipas de sistemas de gestão distinguidos com a inclusão no ranking das 100 Melhores Empresas para Trabalhar (Exame/Accenture). Nasceu em Barcelos e vive no Porto. Gosta de pessoas, árvores e palavras. É pai do Guilherme.



LEADERSHIP FOR HAPPINESS  
FORMADORES

## Ricardo Costa

Licenciado em Engenharia e Gestão Industrial, pela Universidade Lusíada de V. N. Famalicão e titular de um MBA Internacional realizado na Católica Porto Business School, em 2011 e 2012. Administrador de diversas Empresas do Grupo Bernardo da Costa - IBD Global Portugal, IBD Global España, A-Touch Winwel, AVPro, Academia Bernardo da Costa, Global America e SGC Cameroon. Board Advisor do KuntoKusta. Presidente da Direção da AEMINHO – Associação Empresarial do Minho, Presidente da Assembleia Geral da APSEI- Associação Portuguesa de Segurança (onde foi Presidente da Direção entre 2016 e 2018). Presidente da Assembleia Geral do Virar a Página- Cantina Solidária. Presidente Conselho Fiscal da Associação Humanitária Domus - Dignificar a Habitação. Cônsul Honorário do Kosovo. No âmbito do associativismo universitário foi Presidente da Associação Académica da Universidade Lusíada entre 1998 e 2001.



LEADERSHIP FOR HAPPINESS  
FORMADORES

## Eveline Cardoso

Licenciada e pós graduada em Filosofia, desenvolveu o seu percurso profissional nas áreas da formação, ensino e consultoria. É formada em Psicologia budista e professora de meditação e yoga. Orienta programas de desenvolvimento humano integral, realiza workshops e participa em palestras como oradora: apresenta uma abordagem transformadora de corpo-mente-energia, para a qual está particularmente capacitada. Atua nas áreas da liderança, inteligência emocional e inteligência espiritual. Em 2017 criou o projeto OH MY MIND com a visão de partilhar métodos práticos e genuínos de (re)alinhamento como resposta à aspiração que todos temos de ser felizes: viver com paixão e entusiasmo, ser saudável, ter motivação profissional intrínseca e indelével e construir relações plenas. Criou ainda o Estúdio OH MY MIND, um espaço dedicado às práticas de yoga, meditação e relaxamento, um lugar de calma onde é possível reequilibrar e reenergizar, no centro de Braga, Portugal. Eveline faz parte do grupo restrito de formadores internacionais do programa Leading by Living your Full Potential de Tulku Lobsang Rinpoché, de quem é aluna direta desde 2014.



LEADERSHIP FOR HAPPINESS  
FORMADORES

## Patrícia Sousa

Licenciada em Relações Internacionais: Especialização em Políticas e Económicas, dedica-se, há mais de 15 anos, à diplomacia das relações humanas enquanto: Gestora de formação no âmbito de projetos de educação e formação, assumindo a dinamização do processo de formação quanto ao seu planeamento, gestão e avaliação; Coach, Formadora e Mentora no âmbito de projetos de orientação de carreira e desenvolvimento de competências sociais e emocionais; Criadora, Coach e Terapeuta Integrativa em projetos de desenvolvimento humano e expansão do Ser, sendo o seu projeto mais recente o Esseny, Terapêuticas do Ser. Tem sustentando e fundamentando a sua intervenção na área do desenvolvimento humano através da participação em diferentes certificações e formações: Certificação Internacional Coaching pela ICC; Certificação Internacional Systemic Management e Constelações Organizacionais; Certificação Internacional Practitioner em PNL; Formação Avançada em Psicologia Positiva; Facilitadora de Constelações Sistémicas e Familiares; bem como outras áreas de saber que se complementam.

## LEADERSHIP FOR HAPPINESS TESTEMUNHOS

*“O sentimento que melhor define tudo o que aprendi e experienciei neste curso é Gratidão! Ao longo das várias sessões vamos mergulhando numa trajetória de desenvolvimento pessoal e social que, acima de tudo, nos permite sair de lá com as ferramentas necessárias para sermos Seres Humanos melhores! Melhores pessoas, melhores líderes, melhores na relação com os outros. É esta tomada de consciência que nos permite ao longo do curso perceber que caminho devemos traçar com a nossa equipe e com quem interagimos. Recomendo esta formação a todas as pessoas que gerem e lidam com pessoas com a certeza que sairão desta experiência muito mais conscientes do seu papel enquanto pessoa na relação com o outro! Mesmo para aqueles que têm uma mente mais fechada, este curso proporciona a descoberta do seu potencial humano de cada um!”*

**Cândida Machado**

*“Frequentar a Curso de Leadership for Happiness foi um verdadeiro desafio pessoal! Inicialmente tive alguma resistência em absorver alguns dos conteúdos e das experiências proporcionadas, mas o facto é que com o decorrer da formação tudo fazia sentido, e o meu ceticismo foi diminuindo e assimilei todas as ferramentas e orientações! Hoje, no desempenho de funções de Dirigente, sinto que estou mais atento à individualidade dos meus trabalhadores, e o facto de perceber que cada um, com as suas diferenças contribuem para que tudo flua melhor. Sou um Ser Humano mais completo e isso passa para a minha equipa de trabalho! Recomendo esta formação a todos para que possam viver o seu dia a dia pessoal e profissional sempre acima da linha!”*

**Fábio Carvalho**

# LEADERSHIP FOR HAPPINESS TESTEMUNHOS

*“O Curso de Leadership for Happiness foi uma ‘lufada de ar fresco’ neste grande ‘mundo’ das formações. Para isso contribuiu, desde logo, o espaço onde decorreu a formação, o Mosteiro de Tibães, cuja beleza e riqueza histórica nos catapultou a todos para uma dimensão mais espiritual. Depois, é inevitável falar do nosso formador/facilitador, o Paulo Silva, que através da sua postura, da sua simpatia, do seu conhecimento e da excelência dos seus convidados, nos conduziu num processo de introspeção, de reflexão e de construção de novas abordagens, novas perspetivas pessoais, de relacionamento interpessoal e de liderança. Finalmente, uma palavra para a TecMinho, pela visão estratégica de introduzir um conceito diferente do que é habitual nas formações e pelo apoio prestado ao longo do curso”.*

**Domingos Lopes**

*“Numa era de tanta tecnologia, com tanta disponibilidade de informação técnica, faz muita falta que as pessoas se encontrem, que encontrem os seus propósitos de vida, que procurem a satisfação sem atropelarem com o conhecimento básico do que verdadeiramente faz falta para ir ao encontro da felicidade! Nesta formação entramos em contacto com tudo isso de uma forma simples e eficaz! O formador é excelente por não só dominar a matéria, mas também por ter empatia e conseguir proporcionar esta felicidade em aprender a SER! Parabéns! Foi absolutamente fantástico!”*

**Mónica Leite**

## LEADERSHIP FOR HAPPINESS TESTEMUNHOS

*“Este curso, quer pela forma quer pelo conteúdo, surpreendeu-me pela abordagem corajosa e refrescante que fez sobre o tema da liderança - incidindo mais num esforço de autoconhecimento e desenvolvimento de competências pessoais do que propriamente em metodologias que já são habituais nesta área - potenciando, assim, um aumento de consciência dos formandos de si próprios, bem como de novas competências que podem desenvolver e, não menos interessante, aplicar na realidade onde vivem e trabalham. Um ótimo começo para um curso que foi além do “instituído” e que, de modo aberto e sincero, abriu espaço para novos paradigmas.”*

**Adelino Silva**

*“Aquilo que aqui aconteceu foi muito diferente do que eu estava à espera. Foi uma autodescoberta, um desafio. Foi o aprender a sentir. Foi ousadia. São métodos completamente diferentes do convencional”*

**Ângela Vieira**

*“É bom chegar ao fim do curso e perceber que, efetivamente, esta formação não foi uma formação tradicional, de passarem e depois passar horas a ouvir os formadores a falarem. Foi-nos permitido chegar aos conhecimentos através de vivências e diversas práticas e experiências com todo o grupo.”*

**Nuno Monteiro**

LEADERSHIP FOR HAPPINESS  
**TESTEMUNHOS**

*“Quando vi o programa não tive a mínima dúvida, nem hesitei e inscrevi-me de imediato. E no fim da formação tenho a certeza que foi a melhor decisão que eu podia ter tomado. Desde o primeiro dia que esta formação me deu bases para trabalhar com a minha equipa. Comecei logo, desde a primeira semana, a implementar melhorias e dicas que os formadores nos foram dando e que ao fim de 5 ou 6 semanas já vi resultados. Foi uma aprendizagem constante.”*

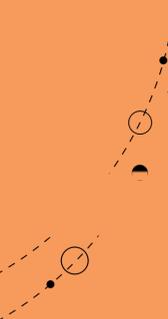
**Ana Mendes**

*“O curso tem uma grande diversidade de empresas. A nível profissional temos pessoas a fazerem coisas completamente diferentes. As pessoas partilham opiniões e perspetivas diferentes e isso foi uma coisa que me cativou imenso nesta formação.”*

**Beatriz Serino**

*“Este curso fez-me tomar mais consciente da pessoa que sou e da líder que quero ser.”*

**Sandra Von Hafe**



LEADERSHIP FOR HAPPINESS  
**TESTEMUNHOS**

○ ●  
*“Achei este curso acima das minhas expectativas. Levo daqui muita bagagem. Há aqui muita coisa que, com tempo e consciência, podemos aplicar nas empresas.”*

**Maria José Ribeiro**

○ ●  
*“Trata-se de uma formação muito intensa, muito disruptiva, em que todos os nossos sentidos são apurados. Excedeu as minhas expectativas.”*

**Viviana Silva**

# LEADERSHIP FOR HAPPINESS DETALHES ORGANIZATIVOS

## DURAÇÃO

35 horas/ 5 dias

## PRESENCIAL

9h30 —18h00

## INVESTIMENTO

- ▶ € 710 (EarlyBird)
- ▶ € 1080 (Público em geral)
- ▶ € 990  
Ex-formandos da TecMinho, comunidade académica da Universidade do Minho e desempregados
- ▶ Consulte-nos para mais detalhes em situações de inscrição de grupos e possibilidade de pagamento faseado

## LOCAL

### **Mosteiro de Tibães, Braga**

O local escolhido está em congruência com a metodologia a utilizar na implementação do programa, onde se privilegiará a dimensão prática, de contacto com o exterior e onde os participantes possam disfrutar de uma experiência de desenvolvimento de competências que está para além da abordagem de conteúdos.

## **O VALOR DA INSCRIÇÃO INCLUI**

- ▶ Uma avaliação de perfil comportamental DISC  
<https://www.tecminho.uminho.pt/formar/desenvolvimento-profissional/avaliacao-comportamental-disc>
- ▶ Todo o material necessário para o curso (cadernos, lápis / caneta, ...)
- ▶ Almoço e coffee-break
- ▶ Manual de formação

# CONTACTOS

CRISTINA RIBEIRO

[cribeiro@tecminho.uminho.pt](mailto:cribeiro@tecminho.uminho.pt)

253 510 590 / 253 510 594

TECMINHO—ASSOCIAÇÃO UNIVERSIDADE EMPRESA PARA  
O DESENVOLVIMENTO

Campos de Azurém da Universidade do  
Minho 4800—058 Guimarães

[www.tecminho.uminho.pt](http://www.tecminho.uminho.pt)

