

**NOVO
CURSO**

CURSO DE FORMAÇÃO ESPECIALIZADA

COMPETÊNCIAS PARA O FUTURO

COORDENAÇÃO CIENTÍFICA

Dr. Pedro Lagos de Abreu

1.ª EDIÇÃO 2020/2021

CANDIDATURAS:

**24 DE FEVEREIRO A
24 DE MARÇO DE 2021**

INFORMAÇÕES E CONTACTOS

**Núcleo de Apoio à Formação Avançada
e Especializada**

*Gabinete de Apoio ao Instituto de Formação
e Consultoria do ISCSP (ISCSP-IFOR)*

Piso 1 | Bloco de Serviços | Gabinete 06

Telf.: (+351) 213 600 431

E-mail: ifor@iscsp.ulisboa.pt

www.iscsp.ulisboa.pt

ORGANIZAÇÃO:

ACD

ÁREA DE COOPERAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO

IFOR

INSTITUTO DE FORMAÇÃO
E CONSULTORIA

ISCSP

INSTITUTO SUPERIOR DE
CIÊNCIAS SOCIAIS E POLÍTICAS
UNIVERSIDADE DE LISBOA

UNIDADES CURRICULARES

PROFESSIONAL DEVELOPMENT: AUTO-AVALIAÇÃO DE COMPETÊNCIAS

MANUEL SOUSA ANTUNES

*Professor Auxiliar Convidado do ISCSP-ULisboa;
Sócio Fundador da UNEEQ.*

PRESEÇA NAS REDES SOCIAIS

DAVID JOSÉ MONTEIRO

*Coordenador da Área de Marketing e
Comunicação do ISCSP; Coordenador-adjunto
da Academia Digital do ISCSP; Autor do livro
"Comunicação 2.0".*

A IMAGEM COMO MARCA PESSOAL

ISABEL SOARES

Professora Associada do ISCSP-ULisboa.

COMMUNICATION SKILLS: TÉCNICAS DE APRESENTAÇÃO E FALAR EM PÚBLICO

ALICE TRINDADE

Professora Associada do ISCSP-ULisboa.

CURRICULUM VITAE, CARTA DE APRESENTAÇÃO, POSTURA EM ENTREVISTA E DINÂMICAS DE GRUPO: TRUQUES E DICAS

TÂNIA DUARTE

HR Business Partner na Embraer.

ANA PIRES

*Técnica Superior das Saídas Profissionais do
ISCSP-ULisboa.*

SOLANGE PIRES

*Técnica Superior das Saídas Profissionais do
ISCSP-ULisboa.*

PERSUAÇÃO E INFLUÊNCIA

DAVID MOURÃO

CEO & Trainer da Speak and Lead.

NETWORKING E REDES INTERNACIONAIS

PEDRO LAGOS DE ABREU

*Coordenador da Área de Cooperação e
Desenvolvimento do ISCSP-ULisboa.*

CURSO DE FORMAÇÃO ESPECIALIZADA

COMPETÊNCIAS PARA O FUTURO

PROFESSIONAL DEVELOPMENT: AUTO-AVALIAÇÃO DE COMPETÊNCIAS

- Competências relevantes no mercado de trabalho atual;
- Análise SWOT aplicada à autoavaliação;
- Identificação individual dos “gaps” de competências;
- Elaboração de um plano de desenvolvimento pessoal;
- Abordagem ao mercado de trabalho;
- Instrumentos de desenvolvimento de carreira.

MANUEL SOUSA ANTUNES

PRESENÇA NAS REDES SOCIAIS

- Recrutamento e seleção online: oportunidades e desafios;
- Definição do posicionamento online: onde, quando, como e porquê?
- Personal branding e construção de uma marca própria: técnicas de construção de portefólio online para “ver e ser visto”.
- O limiar do espaço profissional do espaço particular na perceção dos recrutadores. A pegada digital na perceção do recrutador;
- Construir relações públicas digitais: do LinkedIn ao Twitter. Técnicas e dicas para otimizar o esforço de primeira oportunidade e construção de networking para alavancar novos projetos.

DAVID JOSÉ MONTEIRO

A IMAGEM COMO MARCA PESSOAL

Tendo em conta que a imagem pessoal é o referencial da “marca” pessoal e uma das linguagens não-verbais potenciadoras da melhoria de fatores pessoais de empregabilidade, este módulo tem por objetivos:

- explicar o que é a marca pessoal;
- apresentar as mais-valias de uma marca pessoal consolidada e positiva;
- evidenciar estratégias de criação de marca/branding pessoal;
- apresentar guidelines para construção de marca pessoal ao nível de presença digital, apresentação exterior e linguagem corporal.

ISABEL SOARES

COMMUNICATION SKILLS: TÉCNICAS DE APRESENTAÇÃO E FALAR EM PÚBLICO

As competências designadas de P são aquelas que dependem principalmente do emissor – o orador:

- Propósito, preparação e planeamento, personalização, performance.
- Estas competências serão trabalhadas tendo em consideração as seguintes estratégias:
- Auto perceção: vai ser o melhor comunicador que a sua personalidade criar; não o que quer imitar;
 - Perfeição: os erros acontecem, mas devem ajudar a melhorar não a destruir o que já;
 - Visualização: se o comunicador visualiza o conteúdo, o recetor também o conseguirá;
 - Disciplina e preparação: única forma de obter o melhor resultado possível;
 - Personalização q.b.: o seu estilo é o melhor para si, e vai melhorando com a prática;
 - Antecipação: deixe a audiência a querer mais, não a querer que saia.
- As competências designadas de LAR são aquelas que envolvem recetores,

os destinatários, ou as circunstâncias da elocução:

- Lugar, Audiência, Relevância;
- Estas competências serão trabalhadas tendo em consideração as seguintes estratégias:
- Estudo e conhecimento prévio, tão detalhado quanto possível dos dois primeiros fatores, para ser possível determinar qual a relevância. Competências P e LAR serão interrelacionadas e trabalhadas em conjunto em atividade breve dos participantes para apresentação final.

ALICE TRINDADE

CURRICULUM VITAE, CARTA DE APRESENTAÇÃO, POSTURA EM ENTREVISTA E DINÂMICAS DE GRUPO: TRUQUES E DICAS

Curriculum Vitae

- CV: como elaborar; tipologias actuais e eficazes; factor de diferenciação e atração;

- O CV como porta de entrada no mercado de trabalho.

Carta de Apresentação/Motivação

- A importância de uma apresentação individualizada;
- Generalização vs. personificação: qual a melhor estratégia;
- Identificação entre candidato e empresa;
- Como utilizar a carta de apresentação como factor diferenciador.

Entrevista e Dinâmicas de Grupo

- Dress for success: a importância das primeiras impressões; adaptação à cultura empresarial;

- Comunicação verbal e não verbal;

- Preparação antes e durante o processo de selecção;

- Curiosidade como estratégia de diferenciação.

Mock interviews & Role play

TÂNIA DUARTE / ANA PIRES / SOLANGE PIRES

PERSUAÇÃO E INFLUÊNCIA

Argumentação e Contra-Argumentação:

- O que evitar em argumentação;
- Expor argumentos com clareza;
- Apresentar as tuas ideias (argumentação eficaz);
- Defender as tuas ideias (contra-argumentação).

Linguagem Não Verbal em Persuasão:

- Como criar uma óptima 1ª impressão;
- Demonstrar profissionalismo e credibilidade;
- Potenciar empatia não verbal;
- Aumentar a atenção de quem nos ouve.

DAVID MOURÃO

NETWORKING E REDES INTERNACIONAIS

- O que são redes internacionais;
- Vantagens das redes internacionais;
- A importância de uma experiência internacional;
- Redes internacionais no Ensino Superior.

PEDRO LAGOS DE ABREU

O regulamento do curso está disponível para consulta em www.iscsp.ulisboa.pt

ISCSP

INSTITUTO SUPERIOR DE
CIÊNCIAS SOCIAIS E POLÍTICAS
UNIVERSIDADE DE LISBOA

IFOR

INSTITUTO DE FORMAÇÃO
E CONSULTORIA

ACD

ÁREA DE COOPERAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO

**VALORIZAMOS
PESSOAS**

www.iscsp.ulisboa.pt