

Resiliência e Motivação de Equipas

Objetivos Gerais:

Este curso é dirigido a todos os profissionais que pretendam desenvolver comportamentos na tomada de decisões que promovem um ambiente saudável na comunicação e gestão de conflitos em equipa. Esta formação possibilitará aos formandos adquirir estratégias para motivar, mobilizar e orientar equipas para a mudança e adoção de comportamentos resilientes.

Objetivos Específicos:

No final do curso os formandos ficarão aptos:

- Comunicar e liderar equipas de trabalho;
- Comunicar e liderar equipas de trabalho;
- Gerir conflitos;
- Definir estratégias de motivação e mobilização;
- Reconhecer as especificidades das equipas resilientes e os aspetos essenciais para o sucesso no trabalho em equipa

Destinatários:

Este curso destina-se a todos os profissionais que necessitem conhecer e aplicar técnicas de motivação e mobilização de equipas introduzindo comportamentos de resiliência.

Carga Horária:

07 horas

Conteúdo Programático:

Módulo I – Comunicação eficaz e assertiva

- Comunicar assertivamente
- Escuta ativa
- Barreiras à comunicação

- Como dar e receber Feedback

Módulo II – Gestão de Conflitos

- Relações interpessoais e o conflito
- Diferentes tipos de conflito
- Fontes de conflitos
- Conflito enquanto processo
- Como gerir conflitos
- Conflito como oportunidade

Módulo III – Motivação de equipas

- Estratégias de mobilização da equipa para um desempenho de excelência
- Liderança orientada para as pessoas
- Técnicas de motivação e dinamização da equipa
- Fases da equipa
- Orientação da equipa para a mudança

Módulo IV – Resiliência no trabalho em equipas

- Características de equipas resilientes;
- Gestão de situações problemáticas na equipa