

Trabalho em Equipa

Conteúdo Programático

Gestão das emoções em ambiente de equipa

- Emoções e inteligência emocional;
- Gestão das próprias emoções.

Comunicação e relações interpessoais em ambiente de trabalho

- A importância da comunicação;
- Estilos de Comunicação;
- Consequências de uma comunicação ineficaz;
- Melhorar as competências comunicacionais;
- Diferenças interpessoais e o impacto no trabalho em equipa.

Motivação de equipa

- A importância da motivação;
- Motivação e Liderança;
- Ferramentas de motivação.

Gestão de conflitos

- Definir Conflito;
- Compreender o Conflito como um processo;
- Distinguir as diferentes atitudes face ao conflito;
- Saber estar/lidar de forma eficaz em/com situações de conflito;
- Saber lidar com pessoas conflituosas.