

OTIMIZE A DINÂMICA RELACIONAL DA EQUIPA

COESÃO DE EQUIPAS



DURAÇÃO

1 dia (8 horas)



CAPACIDADE

6 a 12 participantes



PRÉ-REQUISITOS

Não aplicável



MODALIDADE

Presencial



LÍNGUAS

Português, Inglês,
Francês



REFERÊNCIA

CE01/2026



PONTOS FORTES

- Um quadro de referência prático para perceber as dinâmicas de equipas e o comportamento humano no trabalho.
- Integra o Element B-Behavior™, uma ferramenta de desenvolvimento simples, sem rótulos e não intrusiva, que ajuda a perceber as dinâmicas relacionais.
- Formação facilitada por profissionais certificados Element B-Behavior™ pela BCon (Japão).

EXPLORING ELEMENT B-BEHAVIOR™ WORKSHOP

ENQUADRAMENTO

O sucesso de uma equipa vai muito além de processos, prazos ou metas. Quando as dinâmicas relacionais não são compreendidas, surgem fricções invisíveis que comprometem a confiança, a energia e, inevitavelmente, os resultados.

A teoria FIRO (Fundamental Interpersonal Relations Orientation) demonstra que a compatibilidade entre os membros da equipa tem um impacto direto na performance, o chamado efeito C-P (Compatibilidade-Produtividade).

Cada pessoa traz consigo preferências de interação que influenciam a forma como comunica, decide e colabora. Quando essas diferenças não são reconhecidas, geram bloqueios; quando são compreendidas, tornam-se uma poderosa alavanca de eficácia coletiva.

Neste workshop, a equipa irá explorar o efeito C-P através de 5 passos claros e práticos, sem testes de personalidade nem rótulos. O objetivo é ganhar clareza sobre o impacto de cada um nas dinâmicas da equipa e definir ações concretas que desbloqueiem a colaboração, reforcem a compatibilidade e potenciem resultados sustentáveis.

DESTINATÁRIOS

- Equipas constituídas que procuram melhorar a qualidade das suas interações, fortalecer a colaboração e promover um ambiente de trabalho mais produtivo e harmonioso.
- Equipas de projeto em fase de arranque, que necessitam definir princípios de funcionamento claros, alinhar expectativas e estruturar uma dinâmica de trabalho eficaz desde o início.

OBJETIVOS

- Compreender as preferências interpessoais e o seu impacto na dinâmica da equipa.
- Explorar as perceções e interações entre os membros para prevenir mal-entendidos.
- Desenvolver agilidade comportamental para otimizar a colaboração e os resultados.
- Perceber os estágios de desenvolvimento de equipas.
- Definir um plano de ação que potencie o efeito CP e fortaleça a colaboração da equipa.

PROGRAMA

O meu Elemento B

A primeira etapa consiste em ajudar os membros da equipa a tirarem as suas próprias conclusões sobre as suas preferências interpessoais, apoiando-se em quatro fontes de informação:

- Auto-perceção: como me vejo a mim próprio
- Visualização: o que o meu inconsciente me comunica
- Instrumento Element B-Behavior™ : o que as pontuações indicam.
- Feedback: a perceção dos meus colegas.

Flexibilidade vs Rigidez

O problema das equipas não está nas diferenças entre os seus membros, mas sim na rigidez com que mantêm as suas posições.

- Quão flexível ou rígido é o meu comportamento?

Melhorar a eficácia na equipa

Não há pontuações certas ou erradas, mas cada um de nós julga as preferências dos outros. Se não tivermos consciência desses julgamentos, eles interferem na qualidade dos relacionamentos.

- Como pode o meu comportamento ser perçecionado por colegas com preferências diferentes das minhas?
- Que interpretações faço das atitudes e preferências dos outros?

Medição da transparência

Não existe certo ou errado em ser mais ou menos transparente, mas é essencial perceber o meu nível de transparência com os meus colegas de trabalho. Saber isto permite-me fazer escolhas mais conscientes sobre como interajo com os outros.

O efeito CP (Compatibilidade-Produtividade)

É natural que os membros de uma mesma equipa tenham preferências diferentes. Saber reconhecê-las e compreendê-las evita mal-entendidos e Os dois tipos de compatibilidade.

- Compatibilidade de atmosfera
- Compatibilidade de papéis

Estágios de desenvolvimento e Plano de ação

Os estágios de desenvolvimento representam as fases naturais pelas quais todas as equipas passam ao tentarem atingir os seus objetivos e lidar com diferentes estilos interpessoais.

- Análise do estágio de desenvolvimento da equipa
- Brainstorming e definição de plano de ação

METODOLOGIA

O programa recorre a métodos de aprendizagem diversificados :

- Utilização de princípios-chave
- Reflexão individual
- Ferramenta de desenvolvimento desenvolvida pelo Dr Will Schutz, Phd (Element B-Behavior™)
- Feedback dos participantes e do formador
- Atividades corporais
- Visualizações

RECOMENDAÇÃO

Recomenda-se que o workshop decorra fora das instalações habituais da equipa, num espaço neutro e tranquilo, que favoreça a reflexão, o distanciamento do quotidiano e uma maior qualidade de interação.



O Element B-Behavior™ é um instrumento psicométrico desenvolvido por Will Schutz, PhD, criador da teoria FIRO e da abordagem The Human Element®. Permite compreender melhor as dinâmicas relacionais dentro das equipas, melhorar a comunicação e fortalecer relações de trabalho mais eficazes.

De forma simples e não intrusiva, facilita o diálogo sobre o funcionamento da equipa e ajuda a identificar alavancas de transformação das dinâmicas relacionais, traduzindo-as em ações concretas para aumentar a eficácia coletiva.