

A ABERTURA É A ALMA DO NEGÓCIO

COESÃO DE EQUIPAS

DURAÇÃO

4 dias (32 horas)

CAPACIDADE

6 a 12 participantes

PRÉ-REQUISITOS

Não aplicável

MODALIDADE

Presencial

LÍNGUAS

Português, Inglês,
Francês

REFERÊNCIA

CE04/2026

PONTOS FORTES

- Um programa transformador que vai além das técnicas de gestão tradicionais, ajudando equipas a alinhar mente, emoções e ações para um impacto mais autêntico e duradouro.
- Formação baseada na Teoria FIRO (Fundamental Interpersonal Relations Orientation) e nos princípios fundamentais da metodologia The Human Element® desenvolvida pelo Will Schutz, Phd (mais informação)
- Formação facilitada por profissionais certificados LHEP (Licensed Human Element Practitioners) pela BCon (Japão).

THE HUMAN ELEMENT® CORNERSTONE PROGRAM

ENQUADRAMENTO

E se o maior obstáculo ao desempenho da nossa equipa fosse invisível, escondido na forma como nos escutamos, confiamos e nos compreendemos? E se fosse possível reduzir ou até eliminar comportamentos improdutivos no local de trabalho? Que dinâmicas mudariam se cada membro da equipa se sentisse seguro para ser autêntico, vulnerável e plenamente responsável pelas suas atitudes?

Quando as pessoas fortalecem o seu autoconhecimento e a sua inteligência emocional e relacional, tornam-se mais criativas, empáticas e capazes de gerir conflitos de forma construtiva. O resultado? Relações mais autênticas, equipas mais coesas e uma produtividade sustentável.

Criado pelo psicólogo Will Schutz, PhD, o workshop atua na raiz dos comportamentos interpessoais. Ao fortalecer a autoestima e reduzir os mecanismos de defesa, esta abordagem ajuda as pessoas a compreenderem-se melhor, a expressarem-se com mais clareza e a colaborarem de forma mais genuína. Quando cada pessoa se sente segura para ser autêntica, vulnerável e assumir responsabilidade pelos seus comportamentos, as dinâmicas de equipa transformam-se. A comunicação melhora, os conflitos tornam-se construtivos, a colaboração torna-se natural.

Mais do que uma metodologia, é uma experiência que transforma a forma de trabalhar em equipa e que ajuda a construir ambientes mais abertos, responsáveis e cooperativos onde cada pessoa pode dar o melhor de si.

DESTINATÁRIOS

Equipas constituídas que querem fortalecer a sua eficácia interpessoal, melhorar a comunicação e construir uma cultura baseada na confiança, cooperação e desempenho.

OBJETIVOS

- Reforçar a coesão e a confiança entre os membros da equipa.
- Melhorar a comunicação e a gestão de conflitos.
- Fomentar um ambiente de trabalho mais aberto e colaborativo.
- Aumentar a produtividade e o bem-estar no dia a dia.
- Criar uma mudança cultural no seu local de trabalho.

PROGRAMA

Novos paradigmas organizacionais, novas posturas individuais

- De uma lógica de hierarquia e obediência a uma lógica de co-responsabilidade
- A importância da comunicação interpessoal
- O impacto dos comportamentos defensivos

Autenticidade, abertura e determinação pessoal

- A autenticidade, o caminho mais curto para resolver conflitos
- Favorecer um ambiente de abertura e sinceridade
- Assumir a nossa co-responsabilidade e os motivos das nossas escolhas
- Praticar a escuta ativa e o feedback

Auto-consciência e consciência do outro

- As 3 dimensões do comportamento da Teoria FIRO
- O impacto do nosso comportamento na nossa eficácia
- Conhecer e perceber os nossos comportamentos face aos outros
- Descobrir o que os outros pensam de nós

A motivação profunda do comportamento humano

- Perceber a relação entre autoestima, confiança e performance
- Identificar as emoções na origem do nosso comportamento
- Flexibilidade e rigidez, perceber o impacto do nosso comportamento nos outros

Alterar padrões comportamentais

- Os nossos mecanismos de defesa
- Melhorar a nossa perceção para melhor apreender a realidade e tomar melhores decisões
- O impacto de experiências passadas no nosso comportamento atual
- Ultrapassar as crenças que limitam a nossa eficácia

Libertar o nosso potencial e capacitar os outros

- Gerir conflitos e lidar com situações de alta tensão
- Abordar temas e discussões difíceis.
- Exercícios de simulação e casos práticos

Desenvolver a auto-confiança e a determinação pessoal

- Melhorar a nossa autoestima
- Ultrapassar a rigidez pessoal
- Identificar as nossas necessidades e libertar a nossa espontaneidade

Regresso à “vida real” e Plano de ação

- Praticar a “comunicação autêntica”
- Implementar os conhecimentos adquiridos no quotidiano
- Identificar os benefícios pessoais da formação

METODOLOGIA

O programa recorre a métodos de aprendizagem diversificados :

- Utilização de princípios-chave
- Reflexão individual
- Instrumentos psicométricos validados cientificamente (Element B-Behavior™, Element F-Feelings™, Element S-Self™, Element E-Self Esteem™)
- Atividades experienciais
- Feedback dos outros participantes
- Meditação
- Visualizações

RECOMENDAÇÃO

Ideal em formato Executive Escape, uma viagem em equipa, fora do ambiente habitual, para respirar e ganhar perspetiva.



Desenvolvido pelo reconhecido Dr. Will Schutz, com base na teoria FIRO, e considerado a nível mundial como um dos mais eficazes programas de desenvolvimento pessoal e organizacional, este seminário alia fundamentos científicos a uma abordagem prática e transformadora.

Altamente interativo e experiencial, desafia cada participante a aprofundar o autoconhecimento e a reconhecer o impacto do seu comportamento nas relações, tomando consciência do que potencia, ou limita, a sua eficácia como líder e membro de equipa.