

MAXIMIZE O POTENCIAL DA EQUIPA

COESÃO DE EQUIPAS



DURAÇÃO

5 dias (40 horas)



CAPACIDADE

6 a 12 participantes



PRÉ-REQUISITOS

Não aplicável



MODALIDADE

Presencial ou
Executive Escape



LÍNGUAS

Português, Inglês,
Francês



REFERÊNCIA

CE05/2026



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® WORKSHOP

ENQUADRAMENTO

E se o verdadeiro bloqueio da equipa não estivesse nos processos nem nas competências, mas na forma como nos tratamos no dia a dia? O que precisamos de (re)aprender para trabalhar com mais confiança, abertura e sentido de equipa? E se, depois de melhorar as relações, o desafio fosse criar juntos formas mais eficazes de decidir, colaborar e entregar resultados?

Quando a confiança se instala, quando cada pessoa se sente reconhecida, segura e responsável, algo muda profundamente: o trabalho deixa de ser apenas uma soma de esforços individuais e torna-se uma construção coletiva, alinhada, eficaz.

A abordagem The Human Element®, criada pelo psicólogo Will Schutz, PhD, vai à raiz do comportamento humano. Com base na teoria FIRO, este método trabalha a autoestima, reduz os mecanismos de defesa e liberta o potencial relacional das equipas. A primeira etapa foca-se no autoconhecimento e na qualidade das interações. A etapa seguinte convida a equipa a refletir sobre os seus modos de funcionamento: como decidimos, como assumimos responsabilidades, como integramos as diferenças para alcançar resultados mais consistentes. Mais do que uma formação, trata-se de uma experiência transformadora que liga inteligência emocional, maturidade relacional e performance.

DESTINATÁRIOS

Equipas constituídas que querem alinhar relações humanas e excelência operacional, ao serviço de uma performance verdadeiramente partilhada.

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.
- Revisitar os processos da equipa e definir ações concretas para melhorar a colaboração e a performance.

PROGRAMA

Parte 1 : Consciência Individual

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 percepção 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

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

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

Parte 2: Soluções para a organização

Compreender o funcionamento das equipas

- O impacto da compatibilidade entre as pessoas na produtividade
- A rigidez: inimiga do trabalho em equipa
- Trabalhar com as diferenças
- Colaborar eficazmente de acordo com as etapas de desenvolvimento de uma equipa

Desenvolver competências – trabalho em equipa

- Formação da equipa
- Clarificação da estrutura
- Otimização do funcionamento da equipa através do diálogo e do feedback
- Gerir conversas difíceis e conflitos interpessoais

Desenvolver competências – interações individuais

- Melhorar o desempenho através da conversa
- Evitar avaliações que geram atitudes defensivas
- Utilizar uma linguagem comum para resolver problemas e manter a flexibilidade
- Melhorar as relações com ações simples

Tomada de decisão em grupo

- Integrar a experiência, a criatividade e a inteligência de cada pessoa
- O que significa realmente “adesão”
- Remover os obstáculos à implementação
- O método do “Sim”



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.