

# RELACIONAMENTO INTERPESSOAL E GESTÃO DE CONFLITOS



## OBJETIVOS

No final da ação de formação, os formandos deverão ser capazes de:

- ❖ Reconhecer e descrever a importância das relações interpessoais para o desenvolvimento da atividade;
- ❖ Aplicar técnicas de comunicação escrita e oral no âmbito do desenvolvimento da atividade.
- ❖ Reconhecer e descrever a importância da inteligência emocional para o desempenho da atividade e para a gestão de conflitos.

## CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

- ❖ Bases do comportamento humano e a comunicação nas equipas;
- ❖ Princípios básicos da PNL;
- ❖ O conflito: possíveis fontes;
- ❖ A inteligência emocional e as suas componentes;
- ❖ Os estilos interpessoais;
- ❖ A assertividade na gestão de conflitos.

## MODALIDADE DE FORMAÇÃO

Formação online: sessões síncronas através da plataforma Zoom.

## EQUIPA FORMATIVA

**Helena Bernardo Sequeira** - Consultora e formadora de Recursos Humanos, Comportamento e Comunicação há 24 anos. Licenciatura em Sociologia, Master em Gestão de Recursos Humanos e Pós-Graduação em Gestão da Marca. Certificação em Coaching e Practitioner em PNL. Analista Comportamental DISC Certificada. Desenvolve e colabora em projetos de reestruturação e mudança organizacional e de desenvolvimento pessoal e profissional.

**DURAÇÃO:** 12 Horas

## CONTACTOS

Email: [formacao@esseguranca.pt](mailto:formacao@esseguranca.pt) | Tel. 220 992 131 ou 211 367 470 | Tlm. 912 417 820.