

### Team Building

#### **Objetivos Gerais:**

A ação de Team Building envolve a área comportamental e motivacional. O objetivo desta é criar condições para o desenvolvimento de cooperação, motivação e comunicação e para promover uma melhor capacidade de trabalho de equipa.

#### **Objetivos Específicos:**

No final do curso os formandos ficarão aptos:

- Dinamizar atividades de Team Building,
- Envolver ao máximo os participantes;
- Incentivar, motivar e proporcionar momentos de interação com todos os participantes;
- Criar um ambiente propício para o êxito e relações de trabalho e equipa WIN-WIN.

#### **Destinatários:**

A todas destina-se a todas as equipas que necessitem de desbloquear capacidades individuais e utilizá-las em prol do benefício dos seus grupos de trabalho.

#### **Carga Horária:**

24 horas

#### **Conteúdo Programático:**

##### **Módulo I - A Equipa**

- Os líderes
- Definição de Equipas
- Diagnóstico e análise do ambiente

### **Módulo II - Team Coaching**

- Resiliência
- Resolução de Problemas
- Desenvolvimento das Equipas
- Encontrar o **Why**

### **Módulo III - Comunicação**

- Confiança, Rapport e Empatia
- A escuta ativa
- Feedback
- Reformulação

### **Módulo IV - Motivação e Compromisso**

- Crenças Limitadoras
- O Foco das Equipas
- Motivação de grupo

### **Módulo V - Autoestima da Equipa**

- ADN da equipa, O que nos une?
- O Grito
- O Grupo
- A Marca da Grupo