

Entidade: PsiPorto - Soluções de Consultoria e Formação Projeto nº: \_\_\_\_\_  
Ação: Comunicação e comportamento organizacional Nº: \_\_\_\_\_  
Local: Mirandela  
Data: 28-02-2026 a 28-02-2026 Duração: 7 horas  
Horário: 09h-17h

### Programa

#### Objetivo geral:

Desenvolver as competências pessoais no contexto relacional, com recurso ao desenvolvimento da assertividade e da inteligência emocional.

Identificar a importância da motivação no desempenho profissional.

Aplicar as competências pessoais mais eficazes para a prevenção e resolução de conflitos interpessoais

#### Objetivo(s) específico(s):

#### Metodologia:

Duração: 7 Horas Local: Mirandela

Data: 28-02-2026 a 28-02-2026

Horário: 09h-17h

Participantes: Nº \_\_\_\_\_ Habilitações Académicas \_\_\_\_\_ Idade \_\_\_\_\_ Anos

#### Situação Profissional:

#### Outros Critérios:

Conteúdos:

### **Comunicação**

Autodiagnóstico das atitudes comunicacionais e os seus efeitos no comportamento do outro.

A assertividade na comunicação eficaz.

A importância do feedback na comunicação e na motivação.

Desenvolver as competências sociais e pessoais através da inteligência emocional

### **Motivação**

A motivação: o conhecimento dos objetivos e dos resultados; o reforço e o desafio.

Principais teorias sobre a motivação

### **Gestão de conflitos**

Os conflitos nas organizações: causas, manifestações e contextos.

Os processos de negociação.

A autoconsciência e o autocontrolo como domínios da inteligência emocional