



Cofinanciado por:



[23N] Gestão do Stress e Trabalho em Equipa

24 e 25 de Mai. de 2021

7 de Jun. de 2021

Destinatários:

Profissionais de saúde - TSDT

Objetivos:

- Dotar Profissionais de Saúde de competências e ferramentas para prevenção e gestão do stress em contexto laboral.
- Dotar Profissionais de Saúde de competências e ferramentas para Ser [®]E.Q.U.I.P.A., para o Trabalho em [®]E.Q.U.I.P.A. Compreender as manifestações do stress, causas e consequências e a sua relação com o Trabalho em [®]E.Q.U.I.P.A.
- Compreender as manifestações do *stress*, causas e consequências e a sua relação com o Trabalho em [®]E.Q.U.I.P.A.
- Reconhecer o impacto dos perfis de personalidade na gestão de situações de stress em contexto de [®]E.Q.U.I.P.A.
- Selecionar e Desenvolver as melhores estratégias/ferramentas para enfrentar/prevenir o stress em contexto laboral.
- Adquirir e/ou desenvolver o [®]C.H.Á., a atitude e os comportamentos de trabalho em [®]E.Q.U.I.P.A.
- Aplicar Ferramentas de Operacionalização do Trabalho em [®]E.Q.U.I.P.A..

Programa:

1. Módulo 1 - Stress e Contexto Laboral:
 1. “Ponto de Partida”
 2. Causas e Consequências do Stress
 3. Perfis de Personalidade e Stress
 4. Estratégias Preventivas do Stress
 5. Stress, Equipa, Organização
2. Módulo 2 - Trabalho em E.Q.U.I.P.A.:

1. Ferramentas Comunicacionais para Gestão Assertiva das Relações Interpessoais na Equipa.
2. Objetivos e Responsabilidades no Trabalho em Equipa.
3. Ferramentas de Operacionalização do Trabalho em Equipa.

Carga Horária:

8 horas

Calendarização:

24 e 25 de Maio de 2021 - 17:00 às 20:00

7 de Junho de 2021 - 18:00 às 20:00

Local:

Formação à distância - Não-Presencial

Nota: “Nas ações integralmente desenvolvidas em formação à distância, ..., não sendo, contudo, elegíveis formandos com local de residência fora das áreas de implantação territorial do POISE, ou seja, residentes nas regiões de Lisboa e Vale do Tejo e do Algarve.”

(A Comissão Diretiva do POISE, 25 de maio de 2020)

Formadores:

Cláudia Telles de Freitas

- Formadora e Consultora Sénior no Serviço Nacional de Saúde
- International Certified Corporate Coach no SNS
- Conselheira de Gestores de Topo e Intermédios do SNS e de Organizações de Saúde
- Autora de Programas de Desenvolvimento de Competências e Planos de Inovação e Humanização no SNS
- Mentora de Profissionais e Curadora de Equipas Multidisciplinares do Setor da Saúde
- Professora Auxiliar e Oradora Convidada em Pós-Graduações e Mestrados em Universidades
- Investigadora Auxiliar na UCP e Autora
- Conferencista e Speaker Motivacional
- CEO da Cláudia Telles de Freitas & Partners - Consultores de Organizações de Saúde
- Corporate Storyteller
- Membro da Society of Neuro-Linguistic Programming™