



FORMAÇÃO EAPN PORTUGAL

AÇÃO DE FORMAÇÃO

»» GESTÃO DE STRESS E CONFLITOS NOS PROFISSIONAIS

Esta ação surge da grande lacuna dos profissionais das instituições, no desgaste emocional, stress e conflitos, sobretudo nos profissionais que interagem de forma ativa com pessoas, que cuidam e selecionam problemas de outras pessoas, que obedecem a técnicas e métodos mais exigentes, fazendo parte de organizações de trabalho submetidas a avaliações.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Apresentação de modelos de stress e gestão de conflitos e ferramentas para melhorar o autoconhecimento.

Tratamento da informação/comunicação e o trabalho de equipa

Uniformização de conceitos sobre situações crónicas

Aprofundamento dos modelos e metodologias

OBJETIVO GERAL

Identificar causas de stress e conflitos no local de trabalho submetidas a avaliações

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Identificar e avaliar o grau de vulnerabilidade ao stress;

Desenvolver mecanismos de resposta flexíveis e criativos;

Identificar meios de atuação assertiva perante situações de conflito, assim como potenciar nos outros comportamentos construtivos

METODOLOGIAS DE FORMAÇÃO E AVALIAÇÃO

As sessões serão presenciais, utilizando-se uma metodologia expositiva e participativa. Privilegia-se a técnica de “*Brainstorming*”, reflexão partilhada, trabalhos de grupo e prática de competências



DIAS 13, 14, 20, 21 de março (quarta- feira e quinta-feira)

HORÁRIO 10.00h às 13.00h – 14.00h às 17.30h

DURAÇÃO 24H

LOCAL EAPN Portugal / Núcleo Distrital de Castelo Branco – Campo Mártires da Pátria, Biblioteca Municipal, 2º Castelo Branco

INSCRIÇÃO Associados da EAPN Portugal: 60€ // Não associados: 100€

PÚBLICO-ALVO Técnicos, dirigentes, das instituições, diretores técnicos e gestores de recursos humanos, estudantes

MODALIDADE DE FORMAÇÃO Contínua, de atualização

FORMA DE ORGANIZAÇÃO Formação presencial

CRITÉRIOS DE SELEÇÃO Prioridade a associados da EAPN Portugal // Número de ordem de receção da inscrição

CERTIFICADO DE FORMAÇÃO Presença obrigatória em pelo menos 80% do total da duração da ação

FORMADORA Georgette Lima, Terapeuta Sistémica e Familiar, Mestre em Ética, Professora-adjunta no ensino superior

FICHA DE INSCRIÇÃO

Nome _____

Profissão _____

Entidade _____

Morada _____

Telefone _____ Fax _____

E-mail _____ Website _____

A ficha de inscrição pode ser fotocopiada

Após confirmação da sua inscrição, o pagamento deverá ser efetuado por transferência bancária (NIB 0033 0000 000 45757781 95), numerário ou cheque (à ordem de EAPN – Rede Europeia Anti-Pobreza/Portugal, Associação).

As inscrições são limitadas a 25 participantes e devem ser realizadas até ao próximo dia 11 de março para:

EAPN Portugal / Núcleo Distrital de Castelo Branco

Campo Mártires da Pátria, Biblioteca Municipal de Castelo Branco 2º andar | 6000 - 000 Castelo Branco

Tel: 272 328 333| Fax: 272 328 334 | E-mail: castelobranco@eapn.pt

Como tomou conhecimento desta ação de formação? _____

Os dados recolhidos são alvo de tratamento única e exclusivamente no âmbito desta actividade de formação. Autorizo a EAPN Portugal a disponibilizar ao Sistema de Acreditação da DGERT os meus dados pessoais relativos à identificação, endereço e contactos para efeitos de uma eventual auscultação. □

