

IDEA IDEA

MINDSET E SOFT SKILLS EM EQUIPAS DE ALTA PERFORMANCE



YellowScire
consultoria e soluções informáticas

FORMAÇÃO

yellowscire.pt

MINDSET E SOFT SKILLS EM EQUIPAS DE ALTA PERFORMANCE

O mindset é uma componente importante para a formação de equipas de alta performance.

Um mindset positivo e de crescimento, onde os membros da equipa acreditam na possibilidade de melhoria e estão abertos a aprender e experimentar, é crucial para o sucesso da equipa. Isso permite que a equipa enfrente desafios e os supere de maneira criativa e inovadora.

O mindset está intimamente relacionado com as soft skills, pois as soft skills são habilidades comportamentais que podem ser desenvolvidas e moldadas pelo mindset.

As soft skills como a resiliência, adaptabilidade, aprendizagem contínua, liderança, comunicação, empatia e capacidade de trabalhar em equipa são fundamentais pois permitem que os indivíduos e as equipas trabalhem de forma coesa, eficaz e colaborativa mesmo em ambientes incertos.

A cultura de uma empresa é formada por crenças, valores, comportamentos e habilidades que são compartilhados pelos colaboradores, e as soft skills são fundamentais para criar uma cultura positiva e colaborativa, onde as pessoas se sentem motivadas e comprometidas com os seus trabalhos, e isso é crucial para o sucesso de uma empresa.

DURAÇÃO: 4h

LOTAÇÃO: mínimo de 8 a 10 participantes

IDIOMA: Português

DESTINATÁRIOS:

Esta formação é para quem queira compreender como se formam equipas de alta performance e destina-se a profissionais interessados em aprofundar o conhecimento sobre *soft skills*.

OBJETIVO GERAL:

- ✓ Como as *soft skills* influenciam a cultura organizacional e produtividade de uma empresa

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- ✓ Mudança de *mindset* dos indivíduos
- ✓ Aquisição de conhecimentos e técnicas para desenvolvimento das *soft skills*

METODOLOGIA:

- ✓ Formação Presencial ou Live Training
- ✓ Método Expositivo e Demonstrativo

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:

1. Mindset

- Mindset Fixo vs Mindset de Crescimento

2. Equipas de Alta Performance

- O que as torna diferente das outras equipas e como influenciam a produtividade de uma organização
- Conceito de segurança psicológica

3. Soft Skills

- Quais são as softskills procuradas no mercado de trabalho, qual a sua importância e como treiná-las.

3.1 Inteligência Emocional

> Autoconsciência

- O que são Crenças Limitadoras (Bias)
- Importância da Gestão de Expectativas – O Poder do Agora (Viver o presente)
- Como as emoções impactam a nossa Tomada de Decisão
- Como Gerir Emoções – 7 Emoções de Paul Ekman
- Importância da Linguagem Não Verbal
- Técnicas de Autoconsciência

> Autocontrolo

- A Força da Mente e dos Pensamentos (Atletas de Alta Competição)
- Técnicas de Autocontrolo

> Automotivação

- Técnicas de Automotivação

> Empatia

- Conceito e Técnicas para criar empatia

3.2 Resiliência ou Adaptabilidade

- > Conceito, Importância, Propósito, Foco

3.3 Assertividade

- > Conceito, importância e Como Ser Assertivo

3.4 Liderança

- > Tipos de Liderança
- > Organizações Tradicionais vs Organizações Ágeis: cultura organizacional
- > Feedback 360



3.5 Resolução de Problemas (Problem Solving)

3.6 Capacidade de Negociação

3.7 Capacidade Analítica e Pensamento Crítico



CONTACTE-NOS

 Pólo Tecnológico de Lisboa
Edifício Empresarial 3
1600-546 Lisboa

 info@yellowscire.pt

 +351 217 101 600

 www.yellowscire.pt

IDEA IDEA

MINDSET E SOFT SKILLS EM EQUIPAS DE ALTA PERFORMANCE



YellowScire
consultoria e soluções informáticas

2025

FORMAÇÃO

yellowscire.pt