

FICHA CURSO DE FORMAÇÃO

Designação da Ação de Formação/Curso

Comunicar para relacionar: gestão de conflitos em ambientes colaborativos

Área de Formação CNAEF

0313 - Psicologia

Duração

2 horas

N.º de Ações/ Edições

2

N.º de Formandos por ação (se necessário/ aplicável, indicar o n.º máximo)

30 formandos

Formador(es)

Doutor Jorge Malveiro, Julieta Rodrigues e Maria Eduarda Pereira

Ações/Edições	Data de Início	Data de Fim	Carga Horária Teórico-Prática	Seminário	Outra
1 (Penha) Sala de formação da Biblioteca	18/03/2026	18/03/2026	2 horas (14:30-16:30)		
2 (Gambelas) Sala de formação do CRIA	20/03/2026	20/03/2026	2 horas (14:30-16:30)		

Regime:

Presencial:

☒

Online:

☐

Misto:

☐

Breve descrição da ação proposta (para divulgação)

Esta ação de formação pretende dotar o pessoal não docente de ferramentas práticas para melhorar a comunicação no contexto de trabalho, promover relações interpessoais saudáveis e gerir conflitos de forma mais eficaz. Através de exemplos práticos e exercícios orientados, os participantes

aprenderão a comunicar com assertividade, prevenir escaladas de tensão, compreender dinâmicas relacionais e aplicar estratégias construtivas na resolução de conflitos.

Competências e resultados de aprendizagem dos formandos (Objetivos)

Pretende-se que os formandos adquiram competências relativas à aplicação de princípios de comunicação assertiva nas interações profissionais, à identificação precoce dos sinais de conflito e das suas causas, à utilização de estratégias eficazes para prevenir, gerir e resolver situações de tensão, ao desenvolvimento da capacidade de regulação emocional em momentos desafiantes e à promoção de relações de trabalho mais colaborativas, respeitosas e saudáveis.

Conteúdos Programáticos:

1. Introdução à Comunicação Interpessoal
2. Regulação emocional
3. Estilos de Comunicação
4. Assertividade na Prática
5. Compreensão e Gestão de conflito
6. Estratégias de resolução de conflitos
7. Relações de trabalho saudáveis
8. Exercícios Práticos e Role-play

Perfil dos Destinatários

Pessoal não docente da Universidade do Algarve

Modalidades e metodologias formativas

O curso será realizado de forma presencial, pretendendo-se uma participação ativa por parte dos formandos, sendo realizados exercícios práticos relacionados com as matérias.

Metodologias de avaliação dos formandos

Não haverá avaliação. Os participantes receberão um certificado de participação

Metodologia de avaliação dos resultados do curso

No final da formação será realizado um questionário comum para avaliação de todos os cursos – Modelo da Ualg (GCP) - <https://www.ualg.pt/webform/questionario-de-avaliacao-formacao-interna>