

Felicidade no trabalho

Workshops

www.dual.pt



Descubra estratégias para aumentar bem-estar e satisfação profissional.

Objetivos

Este curso permitirá a cada um dos participantes:

- Conhecer o conceito de felicidade no trabalho;
- Compreender os fatores que influenciam a felicidade no trabalho;
- Conhecer os mecanismos que promovem a felicidade e o bem-estar no trabalho;
- Saber aplicar os pressupostos para promover uma cultura de felicidade organizacional.

Destinatários

- Todas as pessoas que queiram desenvolver e aprofundar conhecimentos nesta área.

Recursos/Requisitos

Quando a formação decorrer online através da Plataforma da DUAL, que utiliza a tecnologia ZOOM, com sessões síncronas em videoconferência/webconferência, os formandos necessitam de ter os seguintes equipamentos:

- Portátil/ computador, acesso à internet (utilizar preferencialmente o browser Chrome, Edge ou Firefox), web câmara e auriculares (ou colunas e microfone).

Metodologia

- Exposições e sínteses metodológicas;
- Atividades práticas e exercícios de rol-play;
- Grupos de trabalho com partilha de experiências.

Avaliação

Para a conclusão com sucesso é necessário uma assiduidade mínima de 70% da duração total do curso.

Valor

- 140,00 € por cada participante (os sócios da CCILA têm 10% desconto).

Local e Datas de Realização

 Duração: 3 horas

 **Presencial**, nas instalações da DUAL e/ou **Online**, com sessões de formação síncronas, através da plataforma da DUAL que utiliza tecnologia Zoom.

Workshops

Felicidade no trabalho

Conteúdos

Felicidade no Trabalho

A importância da Felicidade no trabalho

- As necessidades humanas e a evolução do trabalho;
- Os 4 P's da Felicidade no Trabalho;
- Os benefícios e vantagens da felicidade no trabalho.

Como promover uma Cultura de Felicidade

Duração: 3h