

# TEAM BUILDING





# Objetivo

Conhecer a si próprio e reconhecer como estamos tratando as pessoas e sendo tratadas por elas, dando dicas de como podemos melhorar o relacionamento interpessoal e administrar os conflitos que surgirem.



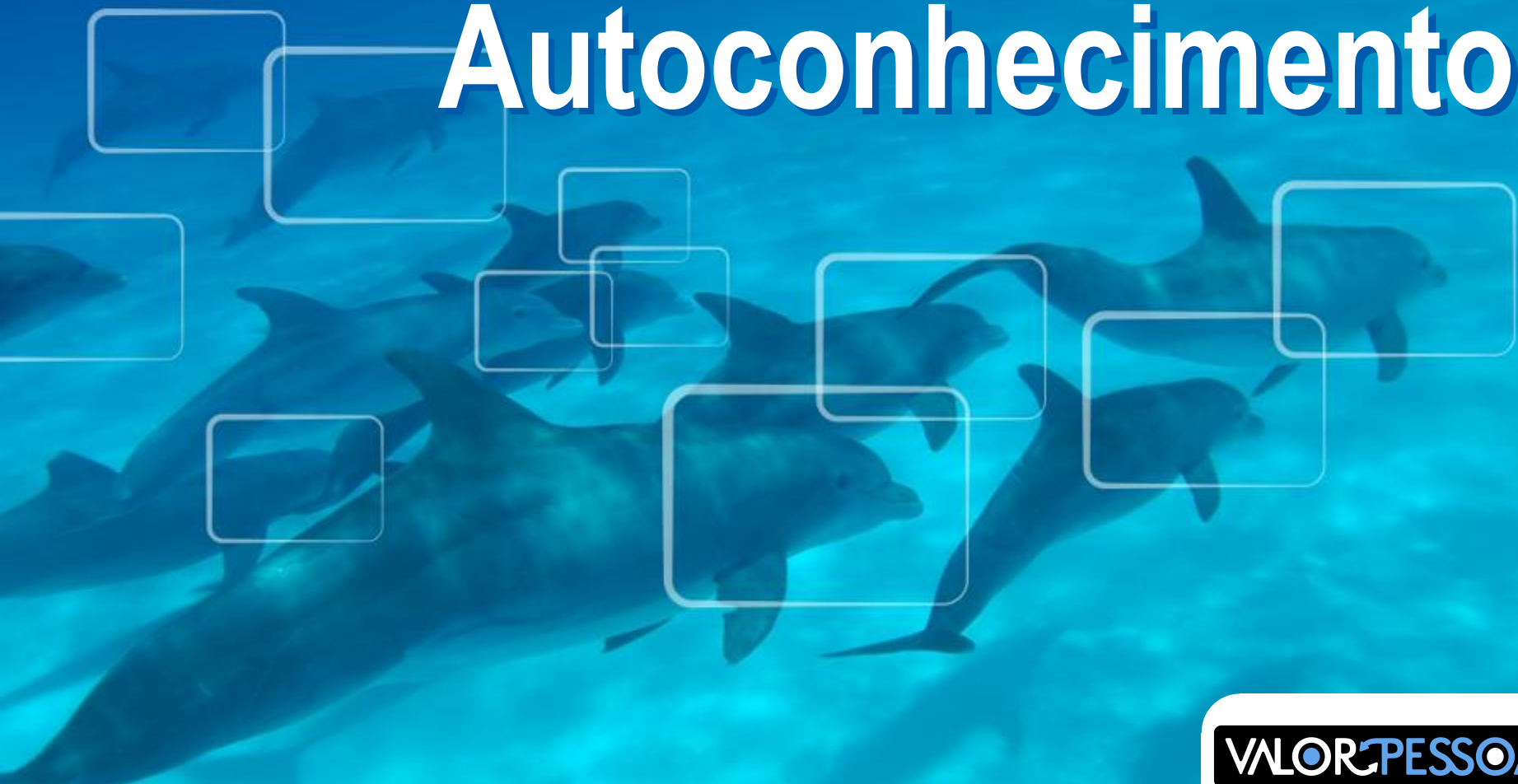


# SUMÁRIO

Janela de Johari: Autoconhecimento  
Comunicação  
Feedback

Negociação  
Administração de conflitos  
Trabalho em Equipe

# Janela de Johari: Autoconhecimento





# Atividade 1 – Confronto de Percepções

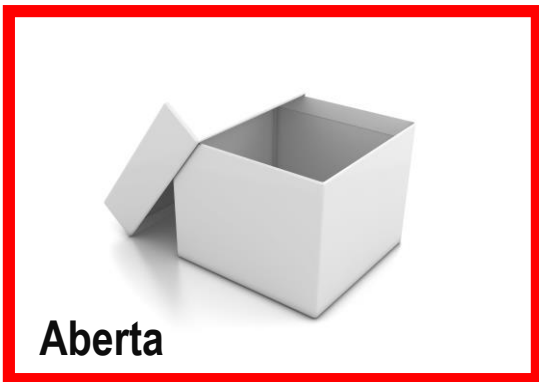


# Janela de Johari

Conhecida por nós

Desconhecida por nós

Conhecida pelos outros



Desconhecida pelos outros





# Janela de Johari



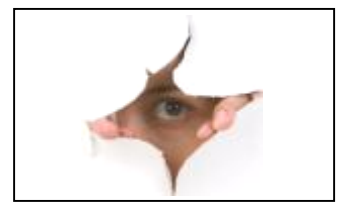
# Janela de Johari

Solicitação de *Feedback*

Aberta

Cega

Exposição



Ocultas

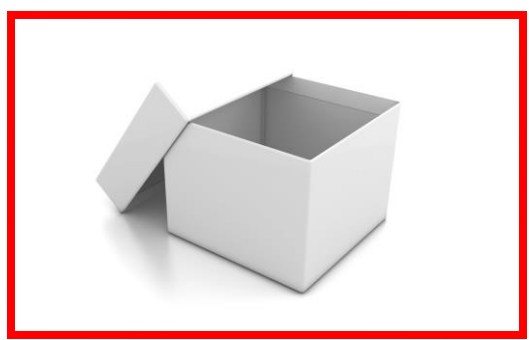
Desconhecida

Solicitação de *Feedback*

Aberta

Cega

Exposição

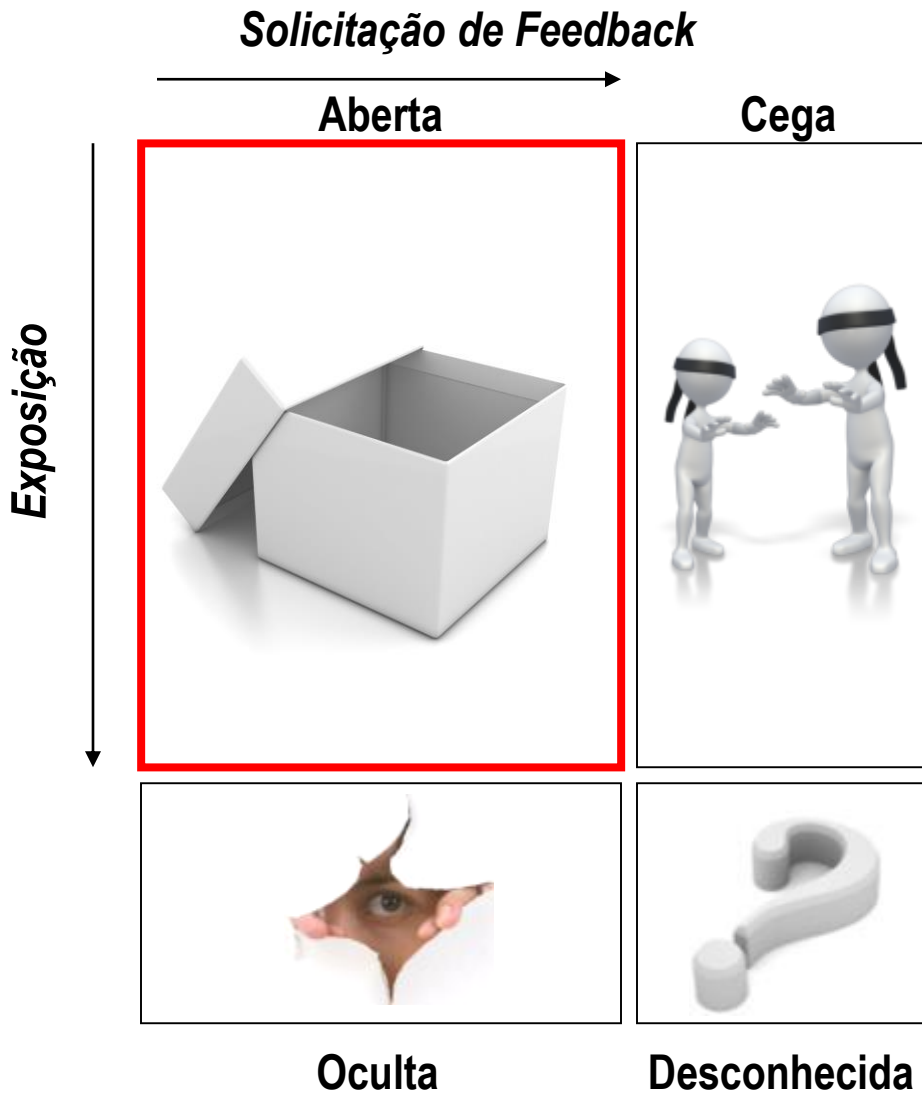


Ocultas

Desconhecida



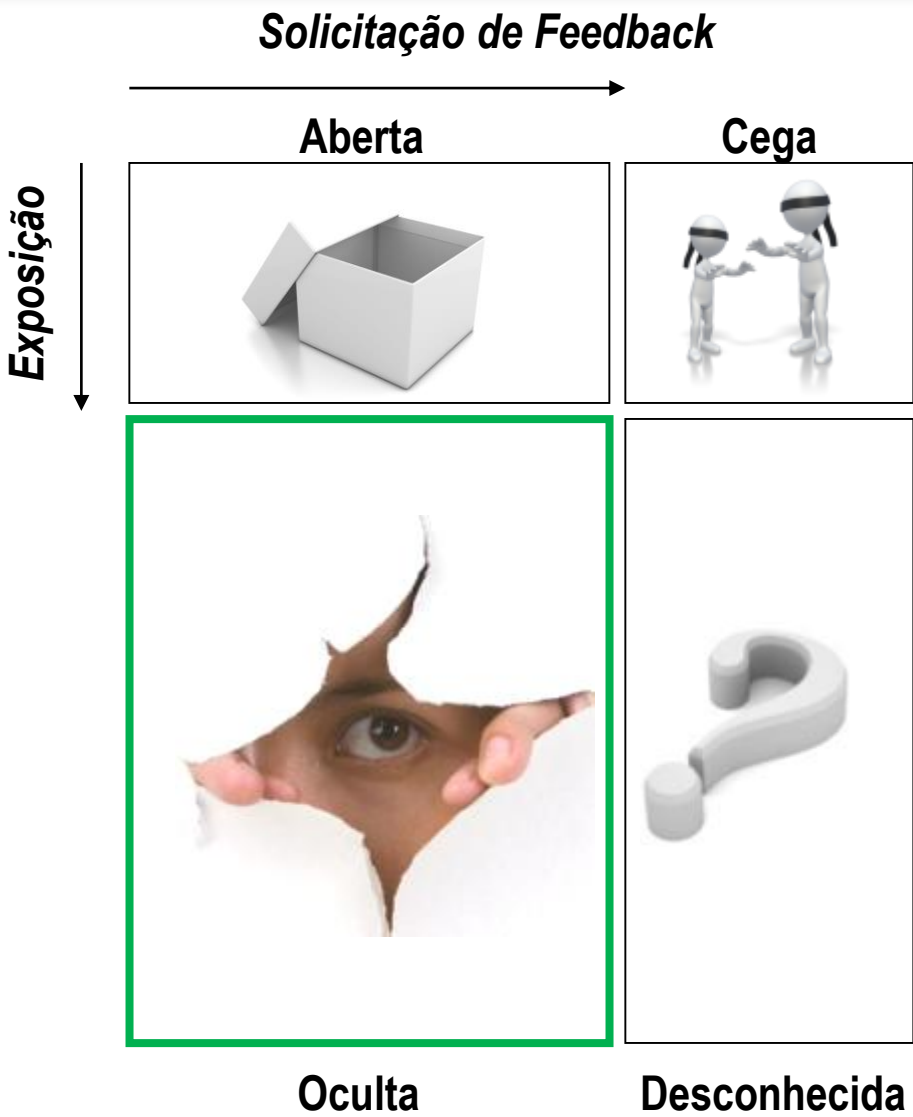
# Transparência





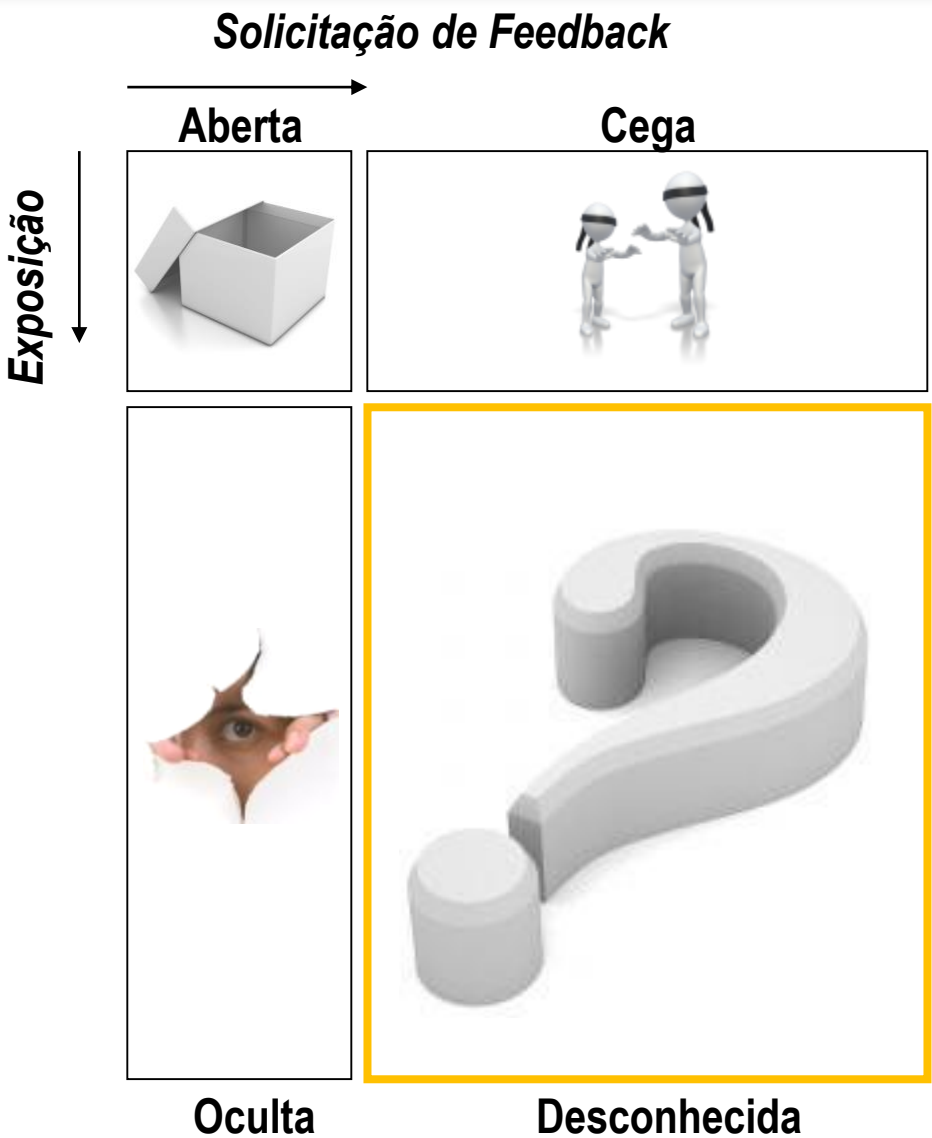


# Grau de Exposição Baixo





# Eu próprio e o outro desconhecemos





# Atividade 2 – Janela de Johari





# Intervalo





# SUMÁRIO

Janela de Johari: Autoconhecimento  
Comunicação  
Feedback

Negociação  
Administração de conflitos  
Trabalho em Equipe

# Comunicação





# Atividade 3 – Você é um bom comunicador?





# Controle Emocional

O que falar  
**(CONTEÚDO)**



Como falar  
**(FORMA)**







# Comunicação





# Saber ouvir atentamente

- Olhe nos olhos
- Ouça sem interromper
- Evite distrair-se
- Certifique-se de que compreendeu
- Ouça para entender
- Evite o hábito da distorção
- Administre as emoções
- Separe o fato das impressões
- Seja empático





# Atividade 4 – O Caso do Miguel





# Relacionamento Interpessoal



- Abertura
- Respeito
- Cooperação
- Comunicação
- Amizade

**CONFIANÇA!**

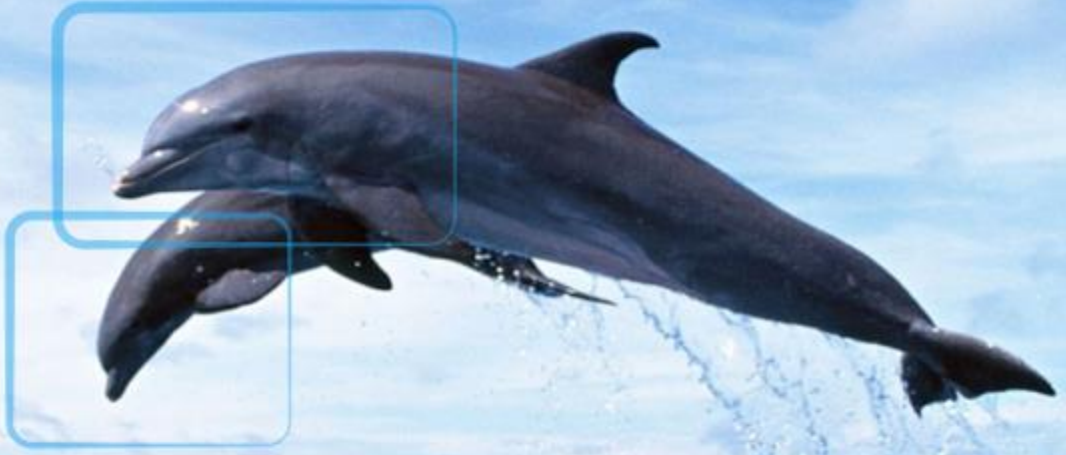


# SUMÁRIO

Janela de Johari: Autoconhecimento  
Comunicação  
Feedback

Negociação  
Administração de conflitos  
Trabalho em Equipe

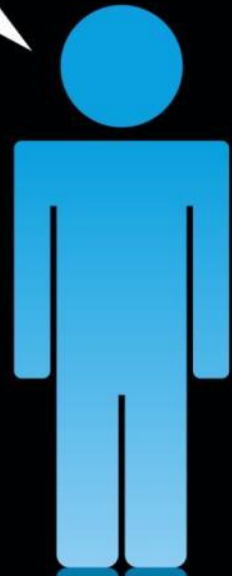
# Feedback





# Feedback

Permite que as pessoas saibam o que e como estão fazendo.



Feedback é para todo mundo



# Feedback

É toda **informação** referente a um determinado comportamento ou desempenho, que encoraja uma pessoa a melhorá-lo, reforçá-lo ou desenvolvê-lo.

**Feedback é  
para todo  
mundo**





# Feedback

## Ao oferecê-lo

- Não use rótulos
- Seja específico
- Refira-se à comportamentos que possam ser mudados
- Seja descritivo
- Responsabilize-se pelo feedback
- Não faça imposição





# Feedback

## Ao recebê-lo

- Respire
- Ouça cuidadosamente
- Faça perguntas para melhor clareza
- Reconheça o feedback
- Reconheça os pontos válidos
- Organize com calma o que você ouviu



# Intervalo





# Atividade 5 – Estudo de Casos - Feedback



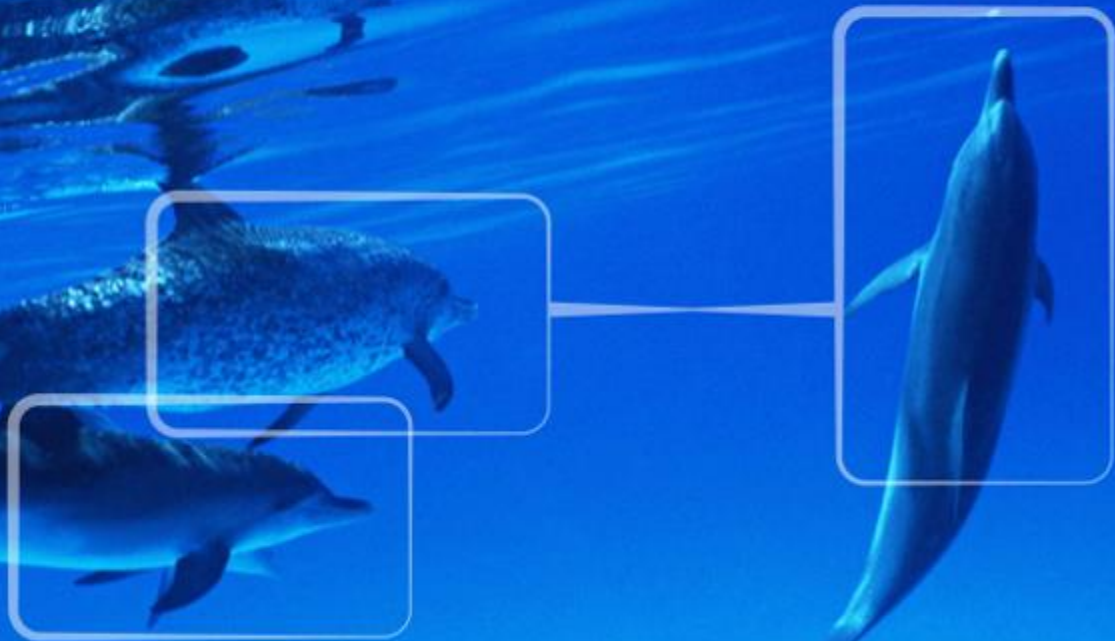


# SUMÁRIO

Janela de Johari: Autoconhecimento  
Comunicação  
Feedback

Negociação  
Administração de conflitos  
Trabalho em Equipe

# Negociação





# Negociação

## Importante afirmar:

- Suas intenções e vontades: Jogo limpo!
- Suas ideias: elas ajudam na solução dos problemas, revelam aos outros o seu grau de compreensão dos fatos



**Ganha-Ganha**

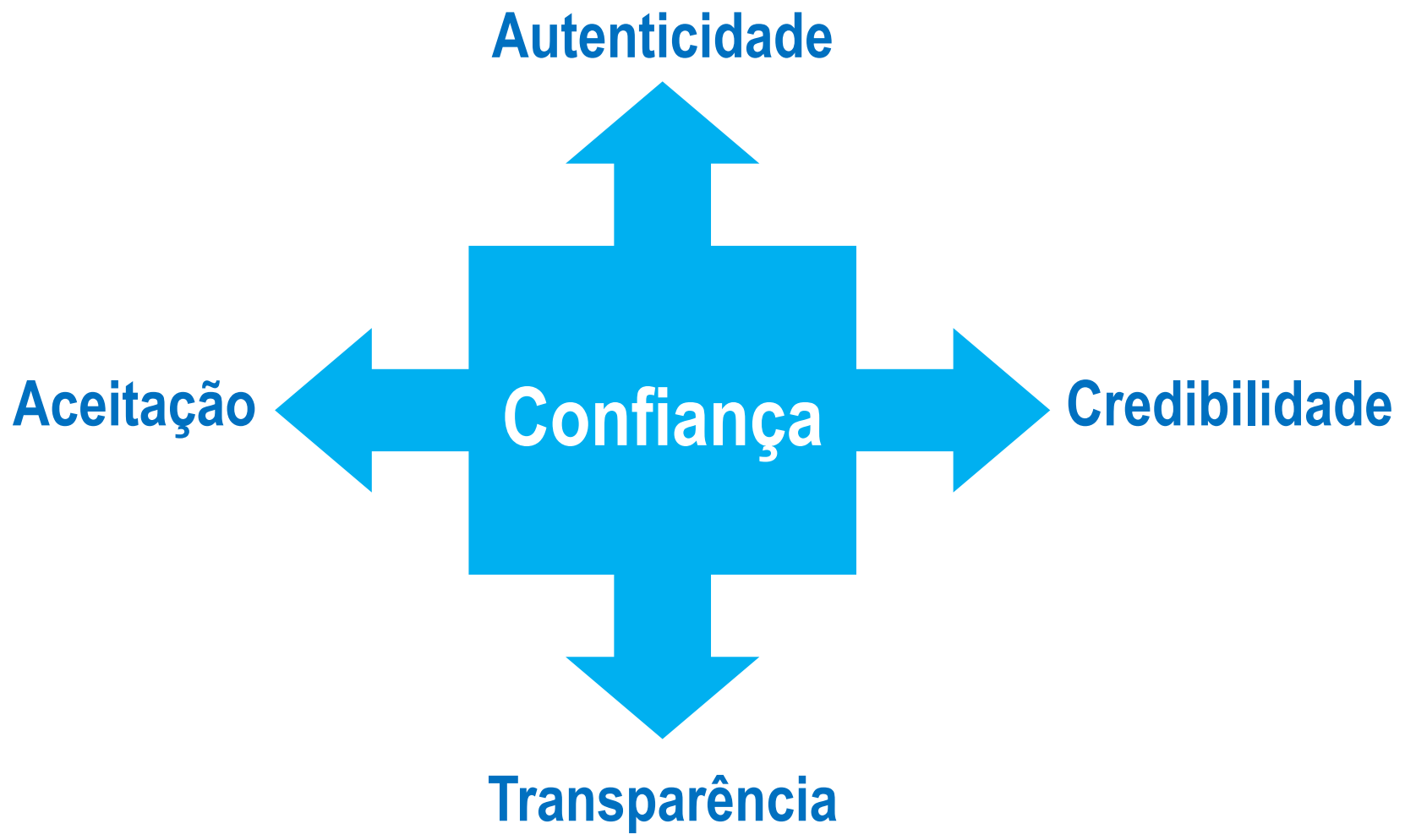


# Atividade 6 – Você é um bom negociador?





# Negociação





# Intervalo







# Atividade 7 – Ganhe quanto puder





# Atividade 7 – Ganhe quanto puder

RESULTADOS	AZUL	VERMELHO
● A   ● A   ● A	- 200	0
● A   ● A   ● V	+ 100	- 300
● A   ● V   ● V	+ 200	- 200
● V   ● V   ● V	0	+ 200



# Trabalho em Equipe



## ONE MAN BAND

P



X



R

ANIMATION STUDIOS



# SUMÁRIO

Janela de Johari: Autoconhecimento  
Comunicação  
Feedback

Negociação  
Administração de conflitos  
Trabalho em Equipe



# Administração de conflitos



# Estágios do Conflito



DIFERENÇAS → DISCÓRDIA → DISPUTA



# Princípios para resolução de Conflitos



- Mantenha a autoestima
- Ouça e responda com empatia
- Colete sugestões
- Compartilhe pensamentos e sentimentos
- Assuma sua responsabilidade na solução do conflito



# SUMÁRIO

Janela de Johari: Autoconhecimento  
Comunicação  
Feedback

Negociação  
Administração de conflitos  
**Trabalho em Equipe**



# Trabalho em equipe



# Assertividade

Você está na fila do supermercado, perto do caixa esperando para pagar suas compras. Outras pessoas que chegaram depois estão sendo atendidas primeiro e você já está cansado da espera.

**Qual sua  
reação?**





# Regra dos 3 R's

1. Respeito por si mesmo
2. Respeito pelos outros
3. Responsabilidade por seus atos





# Team Building

## Em Resumo...





# Avaliação de Reação



# Agradecimentos

- Texto de agradecimento
- Contatos

VALOR PESSOAL