

FICHA E PLANO GLOBAL DE AÇÃO DE FORMAÇÃO ONLINE

Março 2021

1. ÂMBITO:	Ação de formação comportamental online com foco pedagógico na gestão de relações interpessoais e emocional em contexto de trabalho remoto e digital, respondendo aos impactos COVID-19
2. AÇÃO:	O Desafio das Dinâmicas Familiares no Mundo Real
3. REFERÊNCIA:	
4. ENTIDADE FORMADORA:	ALEXANDRA REBELO & ADDAPTERS
5. DESTINATÁRIOS:	Equipa não Docente
6. DATAS AÇÃO E HORÁRIOS:	10 e 14 de maio das 14h00 às 16h30
7. DURAÇÃO:	A ação terá uma duração global de 5h00 em sala, distribuída em 2 sessões de 2h30
8. OBJETIVO GERAL DA AÇÃO:	Dotar os participantes de ferramentas e conhecimentos para uma cada vez maior e melhor gestão das novas dinâmicas impostas pela pandemia da Covid-19 e também pelos novos ritmos sociais, promovendo assim uma melhor gestão das relações interpessoais familiares, com vista à melhoria da qualidade de vida e bem-estar dentro e fora da realidade familiar.
9. PROGRAMA	<p>SESSÃO 01:</p> <ul style="list-style-type: none">- Receção e Enquadramento Geral- Coaching para pais- Atividades e gestão de tempo familiar <p>DESAFIO PRÁTICO DE APLICAÇÃO DE CONHECIMENTOS: (entre sessões) Proposta de dinâmicas familiares para prática em contexto das novas competências e técnicas abordadas na sessão.</p> <p>SESSÃO 02:</p> <ul style="list-style-type: none">- Apresentação e debate das conclusões dos desafios das dinâmicas familiares- Parentalidade Consciente e Parentalidade Tradicional: o que são, como se trabalham, principais vantagens e desvantagens.- Síntese dos conhecimentos adquiridos e projeção de impacto futuro no desempenho individual, em família e até no trabalho

FICHA E PLANO GLOBAL DE AÇÃO DE FORMAÇÃO ONLINE

Março 2021

10. METODOLOGIA

O Fast Online Training tem por base uma metodologia ativa e colaborativa baseada na troca de experiências e interação entre os participantes e o facilitador. Será utilizada uma plataforma digital:

- **user friendly**, fácil de usar o que permite que todos consigam facilmente entrar e utilizar as suas funcionalidades
- **Interativa**, que permite ao facilitador fazer uma dinamização muito idêntica à que é feita na formação presencial
- **Com ambiente colaboração virtual**, todos os participantes se podem ver uns aos outros e interagir uns com os outros e comunicar através do formato verbal ou escrito em tempo real
- **Permite partilha de documentos**, vídeos e outros suportes relevantes de apoio à consolidação dos conceitos e conhecimentos

11. AVALIAÇÃO DA AÇÃO

Para a avaliação de impacto da ação de formação serão considerados os seguintes suportes:

- **Monitorização qualitativa contínua** ao longo das sessões dos feedbacks e sugestões partilhados;
- **Realização de um inquérito posterior** a ser enviado online com as questões-chave de apreciação, valorização e impacto sentido pelos participantes.

12. MATERIAIS

Após a ação de formação será enviado aos participantes um email com: PPT, referências bibliográficas e outros materiais referidos e usados durante a ação, como links de vídeos e outros.