

## **Workshop "Bloco a Bloco: Construindo o meu capital no local de trabalho 2"**

**:: 11 de agosto de 2014 ::**

No âmbito da **parceria com a Fundação AMI**, e no **treino de competências no contexto laboral** destinado a **funcionários da organização**

realizou-se a 11 de agosto de 2014, mais um workshop subordinado à promoção do capital psicológico no contexto laboral e avaliar os seus contributos no bem estar e no desempenho profissional.

Este workshop teve como **objetivos promover a autoconfiança, a resiliência, o otimismo e a esperança dos colaboradores, bem como refletir sobre formas de gerir o stress laboral.**

Foi dinamizado pela psicóloga do SCP-UMa, Carla Vale Lucas, e integra o Projeto de Investigação "Organizações positivas: a promoção do capital psicológico e do bem estar dos colaboradores de uma organização" (*Carla Vale Lucas, SCP-UMa e Professor Doutor Miguel Lopes, ISCSP*).

