



CENTRO UNIVERSITÁRIO DO VALE DO ARAGUAIA

Rua Moreira Cabral, nº 1.000 - Setor Domingos Mariano

CEP: 78.603-209 - Barra do Garças/ MT

Tel. (66) 3402-4900 - Site: www.univar.edu.br

RELATÓRIO DE APRESENTAÇÃO E DINÂMICA EM EQUIPE

Tema: Duas verdades e Uma mentira

Data da realização: 25/05/2026

Responsável: Brenda Medeiros

OBJETIVO GERAL

O objetivo geral da dinâmica “Duas Verdades e Uma Mentira” é promover a integração entre os participantes, fortalecendo a comunicação, a interação e o conhecimento interpessoal de forma leve e descontraída.

Ela também busca estimular a escuta ativa, a empatia e a aproximação entre as pessoas, permitindo que os participantes conheçam mais sobre seus colegas além do ambiente profissional ou das primeiras impressões.

DESENVOLVIMENTO DA DINÂMICA DUAS VERDADES E UMA MENTIRA

A dinâmica foi desenvolvida da seguinte forma:

Inicialmente, foi realizada uma breve explicação sobre como a atividade funcionaria. Em seguida, cada participante recebeu um post-it e uma caneta para escrever duas verdades e uma mentira sobre si mesmo, sem identificar o nome no papel.

Após todos concluírem, os papéis foram recolhidos, dobrados e misturados. Na sequência, cada papel foi lido em voz alta para o grupo. Os participantes tinham como objetivo adivinhar quem havia escrito aquelas informações e identificar qual das três afirmações era a mentira.

Durante a atividade, ocorreram momentos de descontração, interação e participação coletiva, permitindo que os colaboradores compartilhassem curiosidades, experiências e características pessoais de maneira leve e divertida.

CONCLUSÃO



CENTRO UNIVERSITÁRIO DO VALE DO ARAGUAIA

Rua Moreira Cabral, nº 1.000 - Setor Domingos Mariano

CEP: 78.603-209 - Barra do Garças/ MT

Tel. (66) 3402-4900 - Site: www.univar.edu.br

A dinâmica “Duas Verdades e Uma Mentira” proporcionou muito mais do que um momento de descontração entre os participantes. Ao longo da atividade, foi possível perceber sorrisos, surpresas, curiosidade e, principalmente, uma aproximação genuína entre as pessoas. Mesmo convivendo diariamente no ambiente de trabalho, muitas vezes conhecemos apenas a rotina e as funções de cada colega, sem imaginar as histórias, experiências e particularidades que cada um carrega consigo.

Através das respostas compartilhadas, os participantes puderam enxergar uns aos outros de uma forma mais humana e verdadeira, criando um ambiente de maior acolhimento, confiança e empatia. Pequenos detalhes contados durante a dinâmica despertaram identificação, conversas e conexões que talvez não acontecessem no dia a dia corrido do trabalho.

Além de estimular a interação e a comunicação, a dinâmica também trouxe uma reflexão importante: nem sempre aquilo que vemos externamente representa tudo o que uma pessoa vive ou sente. Cada indivíduo possui sonhos, medos, experiências, desafios e histórias que muitas vezes permanecem invisíveis. Por isso, momentos como esse são essenciais para fortalecer os relacionamentos interpessoais, incentivar a escuta ativa e construir um ambiente mais leve, respeitoso e unido.

Ao final, a atividade deixou não apenas lembranças divertidas, mas também a sensação de pertencimento e valorização das pessoas, mostrando que conexões humanas verdadeiras fazem toda a diferença dentro de uma equipe.