

Workshop de Comunicação – Treinar os aspetos práticos da Comunicação

Objetivos Gerais:

Este Workshop pretende treinar com os participantes os aspetos práticos da comunicação, dotando-os e/ou reforçando os seus conhecimentos e competências nesta matéria.

Objetivos Específicos:

No final deste Workshop os participantes saberão:

- Otimizar a sua capacidade de comunicação e conseguir melhores resultados;
- Dominar Técnicas e “truques” que lhes permitem assimilarem melhor a informação verbal;
- Entender e interpretar melhor a informação que ouve;
- Melhorar as relações de trabalho e reduzir os “mal entendidos”;
- Comunicar com clareza e de forma adequada criando um clima de confiança;
- Escolher as palavras certas, mesmo em circunstâncias difíceis.

Destinatários:

Este Workshop interessa a todos os profissionais que pretendam melhorar e reforçar as suas competências fundamentais de comunicação verbal, nomeadamente:

- Diretores;
- Gestores;
- Chefias;
- Coordenadores;
- Especialistas;
- Analistas;
- Consultores;
- Gestores de projeto;
- Profissionais de funções administrativas, etc.

Carga Horária:

18 Horas

Conteúdos Programáticos:

1. Avaliação das capacidades de comunicação dos participantes

- Perceber as capacidades existentes – pontos fortes e pontos fracos;
- Avaliar a sua eficácia e identificação das áreas de melhoria individuais.

2. Desenvolver as capacidades de escuta ativa

- Definir as competências de escuta ativa eficazes;
- Identificação dos diferentes tipos de componentes da informação que ouvimos
- Como ter um papel mais ativo quando escutamos;
- Aumentar a compreensão do que ouvimos através de uma maior abertura mental e utilizando os mecanismos de feedback.

3. Aumentar as competências cognitivas para promover uma melhor compreensão

- Discernir, Analisar e Avaliar;
- Os aspetos visuais da comunicação verbal;
- Relacionar a informação com vivências pessoais;
- Criação mental de “cross-references” entre informação atual e antiga.

4. Roteiro para uma comunicação clara e eficaz – boas práticas

- Compreender a linguagem corporal e escolher as palavras certas/adequadas;
- Encontrar conexões e/ou lançar pontes de entendimento para uma melhor empatia;
- Controlar as emoções e estabelecer um tom certo de voz;
- Saber contar histórias com “imagens”, paixão e entusiasmo;
- Criação de um plano pessoal de ação.

5. Exercícios e/ou simulações.