COMUNICAÇÃO EM PÚBLICO

12 horas / presencial / 20 vagas (mínimo de 10 participantes)

27 e 29 de fevereiro e 5 de março | 9h00 – 13h00
Campus de Gualtar, sala a indicar

Enquadramento

Calcula-se que uma percentagem muito significativa de pessoas (há quem sugira 75%) tem medo de falar em público, que parece ser superior ao medo de vir a ter problemas financeiros, doenças e, até, da morte. As dificuldades de falar em público parecem ter impacto em vários domínios, destacando-se, em termos pessoais, os ganhos salariais, bem como a progressão na carreira. De uma forma mais informal, parece ser consensual a ideia de que a capacidade de falar em público se traduz em benefícios pessoais (bem-estar pessoal, alcance de objetivos em diferentes áreas da vida, ...) e organizacionais (mais e melhores resultados, sobretudo em atividades profissionais em que a comunicação em público é uma componente relevante)

Esta formação tem como finalidade apoiar os participantes na melhoria da sua performance a comunicar em público, sobretudo no que se refere à utilização dos seus recursos internos, tendo como referência, maioritariamente, as estratégias da programação neurolinguística.

Mais do que abordar técnicas e ferramentas, aparentemente eficazes, que obrigam à adoção de uma "*persona*" (e que se traduz, não raras vezes, em dissonância cognitiva e emocional e, por conseguinte, ao enfraquecimento da conexão com a audiência), abordar-se-ão estratégias de autoconhecimento e de ressignificação mental e emocional, que permitam que a pessoa continue a ser ela própria, mantendo-se num registo de não esforço e, por isso, capaz de estabelecer uma relação mais natural e humana, ao mesmo tempo que impacta a audiência.

Ao longo da formação, os participantes terão a possibilidade de treinar a sua comunicação em público e usufruir de feedback dos pares e do formador.

Objetivos

No final do curso os participantes deverão ser capazes de:

- Identificar os fatores que contribuem para as dificuldades em falar em público;
- Descrever estratégias de empoderamento pessoal em situações de comunicação em público;
- Adotar estratégias de comunicação em público que facilitem a conexão com a audiência;
- Autoavaliar a sua performance enquanto "public speaker".

Conteúdo Programático

1. Empoderamento pessoal na comunicação em público

a) As crenças sobre falar em público e a sua ressignificação

b) O poder da mente

c) A postura corporal e o seu impacto no estado emocional

d) Submodalidades

e) Respiração

f) Ancoragem

2. A conexão com o público

a) Os sistemas de representação preferencial

b) Comunicar "às cores" – a atenção aos diferentes perfis comportamentais

c) Dissonância cognitiva e emocional

d) Associação e dissociação

e) Rapport

f) Ethos, Pathos, Logos e Kairos

3*. Roadmap para a comunicação em público*

a) O modelo 4MAT e o conteúdo da comunicação

b) Guião de componentes relevantes para o processo de comunicação em público

d) Treino prático

Formador: Paulo Silva

Mais de 25 anos de experiência profissional enquanto consultor de empresas e de outras organizações na área do desenvolvimento humano e organizacional. Foi docente no ensino superior (Universidade do Minho) nas áreas de Recursos Humanos, Gestão da Formação e Pedagogia. Coordenou e interveio enquanto investigador em projetos (nacionais e internacionais) de investigação sobre competências, perfis profissionais e formação. É autor e coautor de publicações nas áreas das competências, das políticas e práticas de formação e perfis profissionais. Ao longo da sua carreira implementou, enquanto docente e formador, milhares de horas de formação, para milhares de pessoas com diferentes perfis (dirigentes, líderes de equipas, gestores de projeto, técnicos especializados, ...) nas áreas da Gestão de Recursos Humanos e de Desenvolvimento Humano. É coordenador da B-Side – Academia de Soft Skills, uma academia que tem como finalidade desenvolver competências transversais nos estudantes e recém-diplomados do ensino superior. Tem um mestrado em Gestão de Recursos Humanos e uma Licenciatura em Educação pela Universidade do Minho. Tem uma Certificação Internacional em Coaching pela International Coaching Communnity (ICC) e Certificação Internacional em PNL (Programação Neuro Linguística) pelo Instituto Holandês de PNL (NTI-NLP). É certificado internacionalmente como Analista de Perfil Comportamental DISC pelo InterDisc International.