

## Comunicar com Impacto

Usar a sua influência para obter resultados

 Híbrido (presencial ou online)



2 dias (14 horas)

Preço : 950,00 € + IVA

Intra empresa : (desde) 3.900,00 € + IVA

Referência: 8541

Comunicar com impacto nasce de uma conjugação de competências fundamentais necessárias, tanto para a nossa vida profissional, como pessoal. Se pretende comunicar de forma eficaz e autêntica, encontrará nesta formação as ferramentas e técnicas adequadas.

### Destinatários



#### Para quem

- Colaboradores, Líderes de equipa, supervisores.



#### Pré-requisitos

- Acesso a um computador com câmara e ligação à Internet, permitindo a participação nas Classes Virtuais

### Percurso de aprendizagem

#### Mobilizar as suas qualidades pessoais

- Aumentar a consciência dos seus pontos fortes e das áreas de melhoria
- Identificar o seu estilo de comunicação pessoal
- Compreender o impacto de valores e crenças na eficácia da comunicação

#### Desenvolver relações profissionais eficazes

- Assertividade: conheça seu perfil
- Influenciar colegas de forma positiva
- Estratégias de influência ascendente

#### Desenvolver a agilidade situacional

- Adotar a atitude certa em relação às situações da vida
- A escuta ativa como ferramenta de compreensão
- Comunicação autêntica e transparente
- Como transmitir mensagens difíceis ou feedback construtivo
- Técnicas de Feedback
- Gestão de adversidades e situações de confronto
- Ferramenta DESC
- A técnica AID



## Objetivos

No final da formação os participantes deverão ser capazes de:

- Identificar o seu estilo de comunicação para poder utilizá-lo e adaptá-lo de forma a comunicar eficazmente
- Utilizar uma comunicação aberta e assertiva
- Influenciar os outros de forma mais positiva e eficaz
- Gerir estrategicamente conversas difíceis e oferecer feedback produtivo.



## Métodos pedagógicos

- Através de diversas atividades e desafios propostos na sessão síncrona e durante a aprendizagem online, este percurso provoca e estimula o envolvimento ativo e constante de todos os participantes. A sua forte componente prática (autodiagnósticos, simulações com feedback personalizado, etc.), visa recriar o quotidiano profissional de forma a potenciar a performance e a transferência das aprendizagens para o contexto de trabalho.



## Pontos fortes

- Autoavaliação, realizada antes e após o percurso, para personalizar o programa e avaliar o progresso
- 14h de formação orientada por um formador e atividades em workshop com simulações e exercícios.
- Um questionário de avaliação da assertividade e de estilo de vida para compreender os estilos de comunicação
- Caderno de exercícios, que inclui um manual de aplicação prática pós-curso, para gestores e participantes.



## Datas e locais 2026 - Référence 8541



Últimas inscrições



Realização garantida

**Lisboa ou Online**

De 11 fev a 12 fev

De 16 set a 17 set