

Fundamentos para uma Comunicação Eficaz (Microlearning)

Competências Empresariais - Comunicação

- **Nível:** Entrada
 - **Duração:** 1h
-

Sobre o curso

[Spring Deals: Cursos Microlearning com 50% de desconto até 30 de abril](#)

O curso “**Fundamentos para uma Comunicação Eficaz**” visa capacitar os participantes a comunicar com maior clareza, empatia e eficácia em contextos profissionais diversos, adaptando a linguagem ao público, escolhendo os canais adequados, gerindo situações de crise, dando e recebendo feedback construtivo, escutando ativamente e promovendo diálogos colaborativos que geram alinhamento, confiança e impacto positivo nas equipas e organizações.

Esta formação adota uma metodologia de microlearning, para promover uma assimilação rápida e eficaz dos conteúdos, adequando-se às agendas preenchidas dos profissionais contemporâneos.

Destinatários

- **Gestores e líderes de equipa**, que precisam de alinhar expectativas, dar feedback eficaz e comunicar com clareza em diferentes contextos;
 - **Colaboradores em ambientes híbridos ou remotos**, onde a clareza, o tom e a escolha do canal de comunicação são ainda mais críticos;
 - **Profissionais de áreas técnicas**, que precisam de traduzir conceitos complexos para diferentes públicos;
 - **Equipas multidisciplinares e multiculturais**, que enfrentam desafios de alinhamento, linguagem e colaboração;
 - **Recém-promovidos ou em transição de função**, que desejam fortalecer a sua capacidade de influência e relação interpessoal;
 - **Todos os que procuram comunicar com mais empatia**, confiança e impacto no seu dia a dia profissional.
-

Objetivos

- Compreender a simplificar a linguagem e adaptar a mensagem ao nível de conhecimento do interlocutor, promovendo clareza e inclusão;

- Desenvolver uma comunicação assertiva e objetiva, ajustada a diferentes contextos, incluindo ambientes remotos e multiculturais;
 - Capacitar para comunicar com empatia, calma e foco em cenários de pressão ou conflito, minimizando o impacto negativo;
 - Explorar como escolher e combinar os canais de comunicação mais adequados a cada situação, assegurando clareza e coerência na mensagem;
 - Promover o uso de feedback construtivo e a consciência da comunicação não verbal para reforçar relações profissionais;
 - Estimular a escuta empática e o uso de perguntas abertas como base para um diálogo mais profundo e colaborativo.
-

Condições

Mensalidades (apenas para particulares): Taxa de inscrição de 10% + pagamento do valor restante em prestações flexíveis, sem juros, à escolha do cliente, através do parceiro Cofidis Pay. (Sujeito a aprovação, consulta-nos para mais informações).

Metodologia

O [Microlearning](#) é uma **estratégia de formação que segmenta a informação em pequenas unidades**, tornando-a mais digerível e **adequada à capacidade de atenção dos formandos** modernos. [Saiba mais sobre Microlearning!](#)

Programa

- Apresentação do curso
- Comunicação Adaptativa: Ajustar a Mensagem ao Público
- Comunicação Clara e Assertiva
- Comunicação em Situações de Crise
- Comunicação Multicanal
- Técnicas de Feedback: Verbal e Não Verbal
- Escuta Ativa e Perguntas Eficazes
- Conclusões e Próximos Passos

Apresentação do Curso

Módulo 1 - Comunicação Adaptativa: Ajustar a Mensagem ao Público

- Teoria da Acomodação da Comunicação
- Traduzir termos técnicos para não técnicos
- Estratégias práticas
- Comunicação inclusiva
- Boas práticas

Módulo 2 - Comunicação Clara e Assertiva

- Teoria da Comunicação Não Violenta (CNV)
- Escrita e verbalização assertiva
- Técnicas para organizar ideias e comunicar com objetividade
- Comunicação em ambientes remotos
- Teoria do contexto cultural
- Clareza em ambientes internacionais

Módulo 3 - Comunicação em Situações de Crise

- Gestão de comunicação sob pressão
- Identificação de prioridades e mensagens-chave
- Manter a calma e transmitir confiança
- Lidar com informação sensível
- Gerir reações adversas

Módulo 4 - Comunicação Multicanal

- Escolher o canal certo
- Alinhamento de mensagens
- Boas práticas para garantir coerência

Módulo 5 - Técnicas de Feedback: Verbal e Não Verbal

- Feedback eficaz
- Técnicas para dar feedback construtivo e produtivo
- Como receber feedback e utilizá-lo para melhoria contínua
- Comunicação não verbal
- Importância da linguagem corporal e do tom de voz
- Alinhar comunicação verbal e não verbal

Módulo 6 - Escuta Ativa e Perguntas Eficazes

- Escuta ativa como fundamento da comunicação eficaz
- Técnicas para ouvir atentamente e demonstrar empatia
- Perguntas abertas para aprofundar o diálogo
- Benefícios na comunicação profissional

Módulo 7 - Conclusões e Próximos Passos

- Ideias-chave do curso
- Próximos passos