

PROGRAMA FALAR EM PÚBLICO

Objetivos:

- Desmistificar o medo de falar em público;
- Identificar os principais benefícios do medo;
- Reconhecer os pilares da atitude autoconfiante;
- Utilizar técnicas de autocontrolo e autodomínio;
- Aplicar técnicas de respiração e relaxamento;
- Identificar as características dos diferentes tipos de apresentações públicas;
- Analisar o perfil da situação e caracterizar o público-alvo;
- Definir objetivos da apresentação;
- Identificar os principais cuidados a ter com a seleção e o tratamento da informação;
- Avaliar o impacto da introdução e do encerramento numa comunicação;
- Identificar diferentes formas de introdução e encerramento;
- Estruturar a comunicação de acordo com os padrões mais utilizados;
- Aplicar estratégias de motivação e argumentação;
- Avaliar o impacto da comunicação não verbal;
- Identificar os cuidados a ter com a colocação de voz e com a entoação das palavras;
- Conceber um guião de ação e auxiliares de memória;
- Identificar os principais tipos de auxiliares;
- Conceber auxiliares de apresentação de acordo com as regras e cuidados de utilização específicos;

MÓDULO 1 – GERIR O MEDO

- Desmistificar o medo de falar em público.
- Os benefícios do medo.
- Desenvolver a autoconfiança.
- Técnicas para controlar o medo.

MÓDULO 2 – PREPARAR A COMUNICAÇÃO

- Etapas do planeamento.
- Organização da informação.
- Tipos de estrutura.
- Estratégias para motivar e argumentar.
- Guião da comunicação e auxiliares de memória.

MÓDULO 3 – A COMUNICAÇÃO NÃO VERBAL

- Componente vocal.
- Componente corporal.



MÓDULO 4 – SELECIONAR E PREPARAR OS AUXILIARES

- Função dos auxiliares nas apresentações ao público.
- Tipos de auxiliares.
- Regras de utilização dos auxiliares, visuais, audiovisuais e multimédia.

MÓDULO 5 – GERIR OS IMPREVISTOS

- Como agir perante os imprevistos.
- Como responder a perguntas e objeções.
- Como lidar com interlocutores difíceis.



Inscrição:

trainingcare@trainingcare.pt

Modalidade da Formação:
Comportamental
Metodologia da Formação:
Métodos pedagógicos activos e interactivos com ênfase no trabalho de grupo, debates, simulações e estudos de caso – o nosso modelo step by step
Metodologia de Avaliação:
Avaliação da reacção dos formandos.
Acompanhamento de resultados.
Avaliação da eficácia da formação.
Local, Data, Horário e Duração:
Lisboa / Luanda.
5 dias - 20 horas
Formador(a):
Dra. Sónia Karitsis
Formadora certificada