FORMAÇÃO DE PROFESSORES

Estratégias para uma comunicação assertiva

por Sofia Almeida Bernardo

Acreditação CCPFC

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

Estratégias para uma comunicação assertiva

Modalidade – Curso de Formação

Regime de Frequência – e-learning

Duração: 25 horas
15 horas síncronas e 10 horas assíncronas
Nº de horas acreditadas – 25 horas
Acreditação CCPFC/ACC-134932/25 - 25h

Objetivos a atingir

- Assimilar estratégias para comunicar com assertividade.
- Conseguir estruturar mensagens apelativas e assertivas em diversos contextos de comunicação.
- Tomar consciência do seu estilo de comunicação.
- Ser capaz de adaptar a comunicação aos diferentes perfis comportamentais.
- Desenvolver técnicas para argumentar com eficácia.
- Desenvolver competências na gestão de conflito.

Conteúdos da ação

1. Organizar a mensagem: que objetivo, que público, que meio?
1.1. Dividir a informação em blocos – a dimensão certa para cada ingrediente
1.2. Explicar ou ilustrar? – imagens que comunicam
Exercícios: aplicação de estruturas de seleção e organização da mensagem

2. Personalização: diferentes públicos e diferentes perfis de comunicação
2.1. Reconhecer o seu estilo pessoal de comunicação
2.2. Identificar o público e os seus perfis de comunicação
Exercícios: teste de autoanálise do perfil de comunicação

3. O papel da influência positiva na comunicação com os outros
3.1. Histórias que "ficam"
3.2. Suportar a ideia com exemplos, estatísticas e testemunhos
Exercícios: simulação de situações reais

4. Mensagens assertivas com argumentos eficazes
4.1. Construir uma argumentação – uma ideia, uma estrutura, elementos que suportam
Exercícios: aplicação de uma estrutura de argumentação

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

Estratégias para uma comunicação assertiva

Conteúdos da ação (cont.)

5. Estratégias para gerir e resolver conflitos
5.1. A "escada" do conflito
5.2. O papel da linguagem não violenta na prevenção de conflitos
Exercícios: simulação e recriação de conflitos

Metodologias de realização da ação

- Metodologias dinâmicas que valorizam a aprendizagem através da experimentação, favorecendo a autonomia e o desenvolvimento pessoal.
- Utilização de técnicas role playing, simulação e análise dos resultados.
- Pedagogia ativa, com métodos ativos, interrogativos, expositivos, demonstrativos, alinhados com os conhecimentos e comportamentos dos objetivos de cada módulo.

Regime de avaliação dos formandos

- A avaliação será contínua e presencial, exigindo a presença em 2/3 das sessões e a participação dos formandos nos diferentes exercícios práticos da formação (40%).
- A avaliação final inclui a realização de tarefas durante nas sessões síncronas e assíncronas propostas ao longo da formação, com aplicação de conteúdos desenvolvidos na formação (30%), a realização de um trabalho escrito, igualmente com aplicação de um tema do âmbito da formação, e uma reflexão crítica (30%).

Distribuição de horas

A carga horária é distribuída para garantir equilíbrio entre momentos de aprendizagem ativa e avaliação prática:

- 15 horas de sessões síncronas, para partilha de conteúdos, exercícios em grupo, debate, simulações e apresentação de trabalhos
- 10 horas assíncronas, para trabalho autónomo e exercícios propostos, a realizar entre as sessões síncronas.

FORMADORA

Olá, sou a Sofia Almeida Bernardo

Sou formadora e consultora em estratégia de comunicação.
Quando penso em comunicar há uma "obsessão" que me persegue: porque é que esta ideia interessa ao outro, o que é que ele leva daqui?
E é isso que me leva a ajudar pessoas e empresas a criar uma comunicação mais consciente. Porque acredito que assim podemos ter relações mais positivas entre pessoas e organizações.

Aos 22 anos aceitei escrever para rádio, dirigir campos de férias e dar formação. Sem ter muita consciência disso na altura, hoje vejo que esses desafios me levaram a tomar uma decisão: ou desenvolvia a minha comunicação para gerir relações com pessoas diferentes, ou era melhor aprender truques de magia para "desaparecer".

Estive sempre ligada a estes dois amores - a comunicação e a formação - dentro das organizações, com as pessoas. Há alguns anos criei a SAB Comunicar, para ajudar pessoas e organizações a encontrarem as suas estratégias e a comunicarem com mais consciência e com melhores resultados.

Dirigi equipas de comunicação, coordenei departamentos de formação.

Sou formada em comunicação social e marketing. Juntei-lhes formação em coaching e inteligência emocional. Sou analista comportamental certificada e mentora de comunicação.

Dizem-me que devo gostar muito de ler e aprender, porque sou quase sempre a última a sair dos museus e exposições, na tentativa de ler todas as explicações.