

## O teu Canal, a tua Comunicação

inclui almoço e lanches (manhã e tarde)

- **Formato do curso:** Presencial
- **Localidade:** Lisboa
- **Data:** 08 Abr. 2019 a 12 Abr. 2019
- **Preço:** 175€
- **Horário:** Laboral - das 09h00 às 18h00
- **Duração:** 40 horas

### **Passa a tua mensagem de forma eficaz!**

**“O teu Canal, a tua Comunicação” é um curso que pretende desenvolver as competências comunicacionais dos jovens dos 13 aos 16 anos. Os participantes serão desafiados a experimentar, explorar e descobrir várias técnicas, ferramentas e canais de comunicação, através de jogos, sketches e workshops.**

Os tempos livres dos jovens durante o período de férias escolares serão, assim, ocupados, de forma divertida e, simultaneamente, educativa, através da **aquisição de competências comunicacionais** importantes para o seu dia-a-dia e para o seu desenvolvimento enquanto jovens.

O curso conta ainda com a presença do **ator Alexandre da Silva**, que soma diversas participações em televisão e trabalhos orientados para a presença segura na Internet, com o objetivo de ajudar os participantes a desenvolverem uma comunicação impactante e segura nos vários canais *online*.

### **Competências que serão desenvolvidas**



### **Comunicação**

Vais aprender diversas técnicas de comunicação, verbal e não verbal, que podem ser aplicadas em diferentes meios de comunicação e te serão úteis no futuro



### **Criatividade**

Ao explorar os diferentes meios de comunicação vais dar asas à tua imaginação e criatividade



### **Assertividade**

Ao trabalhares as tuas capacidades de comunicação vais desenvolver a tua assertividade, que te irá permitir uma maior capacidade de transmitir a tua mensagem e a tua opinião de uma forma clara e objetiva



### **Autoconfiança**

Com este curso irás sentir-te mais confiante na forma como comunicas com os outros

#### **inclui**

almoço e lanches

#### **horário**

09h00 - 18h00

#### **onde**

Lisboa >

Porto >

#### **semana**

8 a 12 abril >

8 a 12 abril >

#### **turma**

13 a 16 anos >

13 a 16 anos >

#### **preço**

175€ + IVA

175€ + IVA

---

## Destinatários

Jovens dos 13 aos 16 anos

---

## Metodologia

Serão utilizadas várias metodologias, de forma a tornar o conteúdo programático lúdico, apelativo e educativo, entre as quais:

- **Profissões por um dia**

“Quando fores grande o que queres ser?” Terás a oportunidade de experimentar comunicar através de vários meios e de várias ferramentas, que te irá permitir conhecer melhor a comunicação como um todo e as suas potencialidades.

- **Power Poses - O poder da comunicação corporal**

Sabias que 55% da mensagem que transmites é passada através da linguagem corporal? Irás desenvolver técnicas de comunicação corporal, ao mesmo tempo que te divertes e aprendes a comunicar mais e melhor com todos.

- **No ar**

E se fores locutor de rádio por um dia? Irás pesquisar e selecionar notícias, escrever os teus textos, aprender a colocar a voz e, assim, desenvolver técnicas de síntese e comunicação verbal. O desafio será criar um *sketch* de rádio com varias rúbricas!

- **MR Emocional**

E se através de um jogo conseguisses identificar e gerir emoções? Prepara-te, porque vais-te tornar num agente especial que descobre emoções e personalidades!

- **Make your movie**

E se pudesses fazer filmagens e criar um *sketch*? Terás a oportunidade de escolher o conteúdo, preparar a mensagem com assertividade, utilizar ferramentas de linguagem corporal e verbal e criar um *sketch*, através de metodologias como o *storytelling*.

**Vais contar com a ajuda do ator Alexandre da Silva para que o teu movie seja um sucesso!**

- **Quem é quem?**

E se através de um jogo percebesses o impacto da comunicação nas nossas ações e relações? Serás desafiado a descobrir, vendado, as peças que faltam num determinado conjunto. Vai ser necessário comunicar muito e de forma eficaz!

---

# Programa

## **Comunicar - Ação: Definição**

- Quando estamos a comunicar?
- O que é a Comunicação?
- Quais os benefícios de comunicar eficazmente?
- Quando precisamos de comunicar corretamente?
  - Que canais de Comunicação existem?
  - A tua presença segura na Internet

## **Comunicar é Natural: Princípios da Comunicação**

- Princípios da Comunicação
- Características da Comunicação
- Perfis de Comunicação
- Facilitar a Comunicação Interpessoal
- Facilitar, paralisar ou complicar na Comunicação
- Forma e conteúdo da Comunicação
  - Processo de Comunicação

## **Eu, o Outro e a Comunicação**

- Perfis de Comunicação
- Inteligência emocional e Comunicação
- Principais bloqueios da Comunicação
- Autoconsciência, autocontrolo, gestão emocional e motivação
- Assertividade

## **Comunicação Não-Verbal - Mentalista**

- Componentes da linguagem não-verbal
- Silêncio ativo da Comunicação
- Identificar preferências de estilo
- Paralinguística/microexpressões
- Imagem e construção da marca

## **Comunicação Verbal**

- Tom de voz e emoções
- Palavras
- Benefícios e Comunicação positiva

## **Promover relações eficazes no contexto escolar e social**

- Modelo de interação

- Confiança, escuta ativa e empatia
- Fase do modelo de relacionamento:
  - Marcar para criar os alicerces-base da relação;
  - Observar para adaptar e tornar possível a comunicação - escutar
  - Resolver com atitude *win-win* e foco na solução - criar sinergias
  - Envolver para gerar compromisso e resultados
- Hábitos dos teus ídolos a comunicar