

CURSO
Técnicas de Comunicação

Formato
Digital

Duração
5 semanas | 1x por semana

Início
Abril, 2026



DESCRIÇÃO

Neste curso, os formandos irão descobrir como comunicar com clareza, impacto e confiança, desenvolvendo competências práticas de expressão verbal e não verbal que fortalecem a sua presença e capacidade de influência.

Ao longo da formação, terão a oportunidade de ganhar maior segurança ao falar, explorar técnicas eficazes de comunicação e aprender a adaptar a sua mensagem a diferentes públicos e plataformas, tornando cada intervenção mais envolvente, persuasiva e memorável.

OBJETIVOS

No final deste módulo o formando deve ser capaz de:

- Avaliar a importância da comunicação não-verbal e conhecer os significados associados a comportamentos consequentes.
- Aprender a ser assertivo, identificando os fatores que limitam a assertividade e compreender as suas vantagens.
- Conhecer os obstáculos ao feedback: atitudes defensivas e desconfirmação.
- Identificar as estratégias de desenvolvimento de feedback.
- Aprender técnicas de escuta-ativa, identificando e corrigindo os erros mais comuns.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

- Definição de comunicação.
- Formas de comunicação não-verbal.
- Estilos de comunicação: passivo, agressivo, manipulador e assertivo.
- Posturas Paralinguística.
- Fatores e mitos que inibem a assertividade.
- Dar e receber feedback com uma orientação para a prática eficaz da competência.
- Estratégias de Feedback.
- Escuta-ativa.
- Comunicação emotiva.
- Storytelling.

REQUISITOS DE ADMISSÃO

Possuir habilitação mínima de 12ºano completo ou equivalente e/ou experiência profissional mínima na área de estudo as áreas adjacentes.

VALOR DO CURSO: 320€

Aproveita a campanha em vigor:
Desc.10% 288 (até 31 de Março)



Contacto

+351 911 500 101 ou +351 911 749 645

Email

info@restart.pt

Website

www.restart.pt