

CURSO

PUBLIC SPEAKING

Comunicação Clara, Confiante e Persuasiva

Formato

Digital e
Presencial

Duração

4 sessões | 3 horas

Início

Março, 2026



DESCRIÇÃO

Falar em público é hoje uma competência essencial em qualquer contexto profissional. Seja para vender uma ideia, liderar uma equipa, apresentar um projeto ou gerir situações difíceis, comunicar com clareza, confiança e impacto faz toda a diferença.

O curso Public Speaking – Comunicação Clara, Confiante e Persuasiva foi desenhado para capacitar profissionais a comunicar de forma mais eficaz, segura e influente, desenvolvendo competências práticas de oratória, apresentação em público e comunicação persuasiva.

Ao longo de 12 horas, os participantes irão trabalhar a sua comunicação verbal, não-verbal e emocional, aprender a estruturar mensagens claras e envolventes, gerir o nervosismo e adaptar o discurso a diferentes públicos e contextos. O curso privilegia uma abordagem prática, com exercícios, simulações, role-play e feedback contínuo, permitindo uma aplicação imediata ao contexto profissional.

OBJETIVO GERAL

Capacitar os participantes a tornarem-se comunicadores mais eficazes, confiantes e persuasivos, melhorando a sua performance em apresentações, reuniões, vendas, formações e situações de comunicação exigentes.

OBJETIVOS

No final do curso, os participantes serão capazes de:

- Comunicar com maior clareza, segurança e impacto
- Controlar o nervosismo e o medo de falar em público
- Utilizar eficazmente a voz e a linguagem corporal
- Estruturar apresentações claras, envolventes e persuasivas
- Adaptar a comunicação a diferentes públicos e contextos
- Gerir críticas, conflitos e situações de comunicação em crise

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Fundamentos da Comunicação Eficaz

- Princípios da comunicação
- Comunicação verbal, não-verbal e para-verbal
- Escuta ativa
- Feedback como ferramenta de melhoria

Técnicas de Apresentação e Oratória

- Voz: projeção, entoação e ritmo
- Linguagem corporal e presença em palco
- Gestão do nervosismo e da ansiedade
- Utilização de recursos visuais
- Exercícios práticos com feedback

Comunicação Persuasiva e Influente

- Pitch pessoal e profissional
- Persuasão e storytelling
- Comunicação assertiva
- Estruturação de apresentações (AIDA, PREP)
- Exercícios práticos com feedback

Gestão de Conflitos e Adaptação à Mudança

- Gestão de críticas
- Comunicação em situações de conflito
- Adaptação da comunicação ao contexto e ao público
- Comunicação em momentos de crise
- Apresentações finais

RESULTADOS ESPERADOS

- Aumento da confiança ao falar em público
- Comunicação mais clara, estruturada e persuasiva
- Maior impacto em apresentações e interações profissionais
- Redução do medo e da ansiedade em contextos de exposição pública

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: 350€

Aproveita a campanha em vigor:
Até 25 de Fevereiro Desc. 10%: 315€
Preço especial antigo aluno: 250€



Contacto

+351 911 500 101 ou +351 911 749 645

Email

info@restart.pt

Website

www.restart.pt