

Feedback e Escuta Ativa

Introdução

Formação intensiva de 8 horas concebida para profissionais que pretendem desenvolver competências fundamentais em feedback construtivo e escuta ativa. Através de metodologias práticas e exercícios interativos, esta formação fornece ferramentas essenciais para melhorar a comunicação interpessoal e criar um ambiente de trabalho mais colaborativo. Aprenda técnicas comprovadas para dar e receber feedback de forma eficaz, desenvolvendo simultaneamente capacidades de escuta ativa que fortalecem relacionamentos profissionais.

A Quem se Destina esta Formação?

- **Gestores** que pretendem melhorar a comunicação com as suas equipas.
- **Líderes de Equipa** responsáveis por avaliações de desempenho.
- **Profissionais de Recursos Humanos** que necessitam aprimorar competências de mediação.
- **Técnicos** que trabalham em ambientes colaborativos.
- **Profissionais** que desejam melhorar as suas competências comunicacionais.

O Que Irá Aprender?

Durante esta formação intensiva, o participante desenvolverá competências fundamentais em comunicação eficaz, incluindo:

- Princípios fundamentais da escuta ativa;
- Técnicas para dar e receber feedback construtivo;
- Estratégias para ultrapassar barreiras na comunicação;
- Metodologias de comunicação não-verbal;
- Desenvolvimento de empatia e rapport;
- Gestão de conversas difíceis;
- Ferramentas práticas para feedback contínuo e estruturado.

Objetivos da Formação

- **Desenvolvimento Profissional:** Dominar as técnicas fundamentais de feedback construtivo e escuta ativa em ambiente profissional.
- **Competências de Comunicação:** Desenvolver capacidades avançadas de comunicação interpessoal e escuta empática.
- **Comunicação Eficaz:** Aperfeiçoar as técnicas de dar e receber feedback de forma construtiva.
- **Gestão de Diálogo:** Implementar estratégias eficazes para condução de conversas difíceis.
- **Relacionamento com Equipas:** Construir e manter relações profissionais mais sólidas através da escuta ativa.
- **Performance Comunicacional:** Desenvolver técnicas para maximizar o impacto da comunicação no ambiente laboral.

Estrutura da Formação

Duração Total: 8 horas (1 dia).

Formato: Presencial ou online, com foco em exercícios práticos e desenvolvimento de competências.

1. Fundamentos da Escuta Ativa e Feedback Construtivo (2 horas).
2. Estratégias de Comunicação Interpessoal (2 horas).
3. Técnicas de Gestão de Conversas Difíceis (2 horas).
4. Prática de Feedback e Desenvolvimento de Equipas (2 horas).

Metodologias de Ensino

A metodologia da formação integra:

- **Casos Práticos:** Análise e desenvolvimento de situações reais de feedback e comunicação.
- **Exercícios:** Exercícios práticos de escuta ativa e técnicas de feedback.
- **Desenvolvimento Prático:** Aplicação de técnicas de comunicação e ferramentas de gestão de diálogo.

A formação utiliza metodologias ativas de aprendizagem, com desenvolvimento de exercícios práticos de comunicação, técnicas de feedback e ferramentas estratégicas para fortalecimento das competências interpessoais.

Certificação e Reconhecimento DGERT

A formação é certificada pela DGERT, garantindo o cumprimento dos mais elevados padrões de qualidade.

Benefícios da Certificação:

- Válida para efeitos do cumprimento das 40 horas de formação anual obrigatórias previstas no Código do Trabalho.
- Isenta de IVA.
- Dedutível no IRS, na rubrica "Despesas relacionadas com Educação e Formação Profissional".
- Certificado emitido na plataforma SIGO, nos termos do Sistema Nacional de Qualificações.

Formador:

Formação ministrada por Profissional com as seguintes Valências:

- Coach Profissional Certificado.
- Especialista em Vendas e Desenvolvimento Pessoal com mais de 15 anos de experiência.
- Certificado de Competências Pedagógicas (CCP).
- Formador Certificado pela DGERT.
- Facilitador de Transformação: Combina técnicas de coaching com práticas de vendas modernas para criar formações impactantes e transformadoras.

Investimento e Inscrições

Valor do Investimento: [Consulte os nossos serviços para um orçamento Personalizado].

Inscrições e Informações:

- Email: info@proform.pt
- Telefone: +351 961 581 845
- Website: www.proform.pt