AÇÃO DE FORMAÇÃO

Comunicar com Assertividade – Comunicação Positiva e Construtiva

É um dado adquirido que grande parte dos conflitos e tensões nas relações interpessoais se devem a problemas de comunicação. Para além da falta de comunicação (quando ela é tão necessária...), o facto é que frequentemente as pessoas não sabem comunicar, e muito menos de forma assertiva! Por exemplo, muitos profissionais não sabem dizer "Não" aos seus interlocutores de forma positiva e construtiva...A comunicação assertiva é o estilo de comunicação que oferece benefícios relevantes para cada indivíduo, para as equipas de trabalho e para as organizações no seu todo. Com a finalidade de o ajudar a ser **mais eficaz** na forma de comunicar com colegas, clientes e outros stakeholders e interlocutores no seu quotidiano profissional e pessoal iremos promover esta ação em formato de workshop formativo **motivacional, consciencial e de treino comportamental**, visando o desenvolvimento pessoal de cada participante, permitindo que se conheça melhor e que consiga identificar e trabalhar os seus pontos fortes e áreas de melhoria. A adoção de uma Comunicação Positiva e Construtiva, mais objetiva e segura, mas simultaneamente empática, **pode fazer toda a diferença no seu dia-a-dia**.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

1. Ser ou não ser assertivo com os outros
2. A falsa assertividade – o que não é ser assertivo na comunicação?
3. Linguagem verbal e não-verbal típica das pessoas assertivas.
4. As ferramentas da assertividade: a empatia, a escuta ativa e a reformulação.
5. O “Não” assertivo (“O foco é saber dizer Não” – Steve Jobs)
6. Os benefícios reais da comunicação assertiva nas relações interpessoais.

OBJETIVO GERAL / OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Perceber e treinar a comunicação assertiva a qual produz benefícios positivos e construtivos nas relações interpessoais em contextos organizacionais / profissionais / pessoais.

METODOLOGIAS DE FORMAÇÃO E AVALIAÇÃO

A ação de formação assente na conjugação entre os métodos expositivo e interrogativo, para a sistematização dos conceitos-chave, e o método ativo/participativo para a reflexão e análise em grupo das práticas inerentes aos conteúdos abordados. A ação de formação funcionará em modelo de Oficina / Workshop, no qual o formador e formandos são corresponsáveis pelo percurso formativo, numa atitude de auto aperfeiçoamento de saberes e competências. Em todos os momentos formativos será feito recurso à técnica de visualização- lembramos, selecionamos, interpretamos e identificamos o nosso contributo, melhor, quando ouvimos e vemos ao mesmo tempo.

DIA **17 de fevereiro de 2017**

HORÁRIO 9h.30 às 13h.00 e das 14h.00 às 17.30h

DURAÇÃO 7h

LOCAL Núcleo Distrital de Évora da EAPN Portugal

INSCRIÇÃO Associados da EAPN Portugal: 20€ // Não associados: 30€

PÚBLICO-ALVO Técnicos e dirigentes de Organizações de intervenção social e Organismos públicos

ÁREA DE FORMAÇÃO 090- Desenvolvimento Pessoal

MODALIDADE DE FORMAÇÃO Formação contínua de atualização

FORMA DE ORGANIZAÇÃO Formação presencial

CRITÉRIOS DE SELEÇÃO Prioridade a associados da EAPN Portugal; nº de ordem de receção da inscrição.

CERTIFICADO DE FORMAÇÃO Presença obrigatória em pelo menos 80% do total da duração da ação e aproveitamento no final da formação

FORMADOR

Vitor Poeiras – Licenciado em Sociologia pela Universidade de Évora. Consultor e formador sénior.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES **Ficha de Inscrição em anexo** // **A Ficha de Inscrição pode ser fotocopiada**

Após confirmação da sua inscrição, o pagamento deverá ser efetuado por transferência bancária, numerário ou cheque (à ordem de EAPN – Rede Europeia Anti-Pobreza/Portugal, Associação).

As inscrições são limitadas a **20 participantes** e devem ser realizadas até ao próximo dia **10 de fevereiro** para:

EAPN Portugal / Núcleo Distrital de Évora

Urbanização Vila Lusitano, Rua Frei José Maria Évora, n.º 25 | 7000- 242 Évora

Tel: 266 731 141 | E-mail: evora@eapn.pt

Promotor