

## Técnicas Avançadas de Apresentação

### **DESTINATÁRIOS**

Profissionais das áreas comerciais, de gestão e de formação, bem como outros interessados na temática.

### **OBJECTIVOS**

- Identificar situações geradoras de ansiedade e sintomas de stress;
- Dotar os participantes de técnicas facilitadoras da comunicação;
- Desenvolver o auto-conhecimento, bem-estar e confiança;
- Sensibilizar para a importância da mecânica da apresentação;
- Melhorar a eficiência do Profissional envolvido em diferentes processos da comunicação;
- Identificar as falhas mais frequentes no processo de apresentação
- Transmitir as boas práticas de exposição e de apresentação

**CARGA HORÁRIA:** 12 Horas

### **PROGRAMA**

#### AUXILIAR DE COMUNICAÇÃO

- Re-educação respiratória e ansiedade
- Respiração e colocação de voz
- Situações geradoras de stress
- Consciência e movimento corporal
- Corpo, emoções, mente e intuição
- Usar a descontração de tensões localizadas
- Concentração, foco, mentalização e meditação

#### TÉCNICAS DE APRESENTAÇÃO

- Saber falar em público
- Preparar e realizar uma exposição oral
- Técnicas de exposição e apresentação
- Mecânica da Apresentação
- Boas práticas e falhas típicas nas Apresentações

**FORMADOR:** Dr. Hélder Carminé