

Actividade 18: Técnica de Comunicação de Clarificação

Título da actividade	Formar e Praticar uma Técnica de Comunicação de Clarificação
Objectivo	O objectivo desta actividade é melhorar as suas capacidades de comunicação.
Relacionado com subcapítulo	4.2: Quadro de Comunicação II: Entrevista Motivacional
Actividade de grupo / individual	Actividade individual
Duração	45 min
Actividade online / Offline	Actividade fora de linha
Materiais necessários	Nenhum

Instruções passo a passo:

4. Se não conhece a técnica esclarecedora, encontre informações básicas sobre esta técnica na Internet.
5. Durante uma conversa com um amigo ou membro da família, concentre-se na utilização da técnica de comunicação esclarecedora. A essência da parafraseação é convidar o orador a explicar alguns aspectos do que ele disse.
6. Os seguintes inícios de frases podem ajudá-lo a utilizar esta técnica mais facilmente.
 - "Não tenho a certeza se compreendo bem que...."
 - "Quer dizer que....?"
 - "Pode dizer mais sobre....?"
 - "Deste-me muita informação; deixa-me ver se tenho tudo..."
 - "Já falou sobre..., pode dar-me mais pormenores?"
 - "Acabou de falar sobre..., pode explicar melhor?"
7. Avaliar a utilização da técnica clarificadora após a conversa.
 - Até que ponto funcionou bem?
 - Como se sente sobre a utilização desta técnica?
 - Como é que o orador reagiu à técnica?
 - Como é que a utilização da técnica afectou a sua conversa?

Mensagem de Take-away: Esta actividade ajuda-o a dominar uma das técnicas de comunicação - clarificadora. A forma de comunicação com outras pessoas afecta as suas relações, e a qualidade destas relações tem um impacto directo na sua vida diária. O domínio da técnica de clarificação irá melhorar as suas capacidades de comunicação e as relações com as pessoas à sua volta.

