

INFORMAÇÕES

MÓDULO	AULA	INSTRUTOR
02	Comunicação	1 - Quem Sou Eu? A Comunicação Começa em Nós
		Fabrizio Felipe

CONTEÚDO

Treinamento de Comunicação - FMX Academy Comunicação eficaz com clientes internos e externos

OBJETIVO DA AULA

Criar conexão entre os participantes, reforçando que **toda comunicação eficaz começa com autoconhecimento**, percepção dos **ruídos de comunicação** e consciência da forma como nos apresentamos e nos expressamos no ambiente de trabalho.

1. A COMUNICAÇÃO COMO A MAIOR DAS SOFT SKILLS

“Não acontece nada sem comunicação.” – Fabrizio Felipe

A comunicação é considerada por muitos especialistas uma das soft skills mais importantes da atualidade. Ainda que existam divergências sobre qual é a mais importante, é consenso que **sem comunicação eficaz, não há colaboração, influência, liderança ou entrega consistente**.

Durante a aula, Fabrizio compartilhou que o tema da comunicação o cativou ainda na pós-graduação em Gestão de Pessoas, ao perceber como tudo depende de transmitir bem uma ideia, uma intenção ou uma instrução.

Ele reforçou que:

- Você pode ter os melhores processos, ferramentas ou estruturas, mas **se não souber comunicar bem, os resultados não acontecem**.
- A comunicação está presente **antes, durante e depois de qualquer decisão**. Ela molda a cultura de uma equipe.
- Influenciadores digitais (como a Virgínia Fonseca) muitas vezes se tornam referências **não por seu conteúdo técnico, mas por saberem se comunicar com clareza e conexão emocional**.

- Por outro lado, há profissionais altamente qualificados, com conhecimento profundo, mas **sem reconhecimento ou visibilidade** justamente por não dominarem a comunicação.

2. EXEMPLO DO MUNDO JURÍDICO

Fabrizio, que também é advogado, citou um exemplo real: Após ganhar um processo judicial para uma cliente idosa, enviou a ela a sentença.

A resposta foi:

“Meu filho, eu não entendi nada. Eu ganhei ou eu perdi?”

Essa situação revela um ruído clássico: a linguagem técnica do direito que não se comunica com o cidadão comum. O problema **não era o conteúdo, mas a forma como foi transmitido.**

3. OS RUÍDOS DE COMUNICAÇÃO

Vídeo de apoio assistido em aula:
[Ruídos na Comunicação - YouTube](#)

Os ruídos são **interferências internas ou externas** que dificultam ou distorcem a compreensão da mensagem. Eles podem ser:

- **Semânticos:** uso de termos técnicos ou jargões.
- **Psicológicos:** julgamentos, crenças ou emoções do receptor.
- **Físicos:** barulhos, distrações no ambiente.
- **Falta de alinhamento de contexto ou canal.**

“Nossos ouvidos são egoístas. Só gostam de ouvir o que reforça o que já acreditamos.”

– Clube de Comunicação FMX

Reflexões trabalhadas em grupo:

- Que tipos de ruídos de comunicação você já viveu no trabalho?
- Quais são mais comuns no seu time?
- Você já percebeu que foi **emissor** de um ruído sem querer?

4. A PIRÂMIDE DO APRENDIZADO

O conteúdo da aula foi ancorado também na ideia de que:

- **10%** do que ouvimos, nós lembramos.
- **30%** do que vemos, nós lembramos.
- **90%** do que fazemos, experimentamos ou ensinamos, nós **aprendemos de verdade**.

Por isso, o treinamento é **prático**, baseado em trocas, desafios e reflexões reais.

5. A COMUNICAÇÃO COMEÇA NO “QUEM SOU EU”

Citação de destaque:

“Somos mais escutados quando parecemos mais humanos.”

A aula propôs um momento de compartilhamento pessoal:

- Nome
- Uma paixão pessoal
- Um sonho pouco conhecido

Essa abordagem permitiu **quebrar o gelo e aproximar os participantes**, reforçando a importância de se apresentar como pessoa, não apenas como cargo.

6. ATIVIDADE PARA A PRÓXIMA AULA

“Minha Apresentação Pessoal”

Monte uma apresentação em PowerPoint com até 5 slides, respondendo às seguintes perguntas:

Quem é você?

Nome, cidade onde nasceu, onde vive.

Formação e profissão:

O que estudou, onde atua hoje, sua trajetória profissional.

Família:

Com quem compartilha a vida, relações importantes.

Hobbies, paixões, time e curiosidades:

O que você gosta de fazer fora do trabalho? Tem algum talento ou hábito inusitado?

Sonhos, uma curiosidade sobre você e uma frase que te representa:

Algo que poucos sabem sobre você, um sonho que deseja realizar e uma frase que resume seu jeito de ver o mundo.

💡 **Dica:** Seja criativo, leve, verdadeiro. A ideia é criar conexão – não currículo.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS CITADAS

Durante a aula, o facilitador citou 3 livros fundamentais que serão disponibilizados no diretório da turma:

- **Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas** – Dale Carnegie
- **Comunicação Não-Violenta** – Marshall Rosenberg
- **Como Conversar com Qualquer Pessoa** – Leil Lowndes

Essas obras sustentam os princípios abordados no treinamento.

“A comunicação é o elo entre o que pensamos e o que o outro compreende. Treinar essa habilidade é ampliar pontes, reduzir ruídos e fortalecer relações.”

– Fabrício Felipe

8. Contato e apoio

Instrutor: **Fabrício Felipe**

E-mail: contato@fmxsolucoes.com.br

Telefone: +55 18 99710-6779

LinkedIn: [fabricao-felipe](#)

Link do vídeo: Correr na rua – A ciência por trás do esporte mais em alta:

<https://www.youtube.com/watch?v=LIh3DWmBgLA>

Estou sempre aberto para ouvir, apoiar e caminhar junto na sua jornada de desenvolvimento!

Esta apostila é seu mapa e sua lembrança de que crescimento é escolha diária. Releia, compartilhe, adapte – e siga crescendo!