

FALAR EM PÚBLICO



ÍNDICE

CAPÍTULO 1

- COMO CONVERSAR7
- BRINCAR OU NÃO BRINCAR? EIS A QUESTÃO 10

CAPÍTULO 2

- A EXPRESSÃO CORPORAL.....13
- A EXPRESSÃO FACIAL.....19
- O OLHAR21

CAPÍTULO 3

- A VOZ.....23
- A DICÇÃO29
- A RESPIRAÇÃO.....36
- COMO USAR DIFERENTES MICROFONES38

CAPÍTULO 4

- AS CINCO REGRAS DE APRESENTAÇÃO.....41
- OS RECURSOS.....46
- O PÚBLICO ASSOCIATIVO E DISSOCIATIVO51

CAPÍTULO 5

- CINCO SUGESTÕES EFICIENTES53
- TRINTA DICAS PARA UMA APRESENTAÇÃO59

CAPÍTULO 6

- DICAS DE PORTUGUÊS63
- CUIDADOS A SEREM TOMADOS75
- LEMBRETE83

CAPÍTULO 7

- ELABORANDO UM DISCURSO.....91
- DICAS DE MEMORIZAÇÃO103

CAPÍTULO 8

- O QUE EVITAR EM UMA APRESENTAÇÃO.....105

COMO CONVERSAR.....

Saber como conversar pode ser muito útil em qualquer tipo de situação, como por exemplo, em uma simples reunião, em um encontro com amigos, em palestras, convenções e outros eventos do gênero.

Quem sabe conversar possui nas mãos uma ferramenta que possibilita que histórias sejam contadas e perguntas sejam bem elaboradas e formuladas no momento certo.

Se deseja realmente iniciar uma conversa, você deve utilizar as perguntas certas e/ou abertas que possibilitem que a mesma contenha respostas mais longas.

A seguir estão algumas das perguntas que você deve evitar fazer, porque permitem que o receptor lhe dê apenas respostas curtas.

- Quem?
- Quando?
- Há quanto tempo?
- Onde?



A EXPRESSÃO CORPORAL.....

A expressão corporal do orador é algo bastante importante. Você deve cuidar de todas as circunstâncias nas quais se apresenta. Assim, como em todos os movimentos, o orador precisa achar sempre o meio termo. Nada de exageros, nada de ficar como uma estátua.

O uso da expressão corporal impõe o seguinte:

- Não fale com as mãos constantemente nos bolsos;
- Não cruze os braços;
- Não mantenha os braços nas costas por muito tempo.

Você também precisa ter muito cuidado para não passar sinais de nervosismo, como por exemplo:

- Coçar a cabeça por diversas vezes;
- Ficar esfregando a mão toda hora;
- Estalar os dedos da mão.

Todos estes movimentos, além de revelar insegurança, podem desviar a atenção dos ouvintes.

Faça gestos que apenas acompanhem a sua fala, de forma harmoniosa.

COMO USAR DIFERENTES MICROFONES.....

O microfone chega a ser um pesadelo para alguns oradores. Alguns chegam até mesmo a travar quando se vêem na presença de um. Outros o temem porque não sabem utilizar.

Se você estiver falando diante de um microfone que esteja em um pedestal de chão ou de mesa, procure posicioná-lo mais ou menos na altura do queixo e a uns dez centímetros de distância da boca.

Se precisar se movimentar frente a ele, faça leves movimentos com o tronco do corpo. Jamais se incline sobre ele, pois desse jeito você poderá demonstrar uma postura fragilizada.

No caso do microfone de mão, você deve colocar em mente o que está segurando.

Há casos em que o orador esquece que está segurando um microfone e começa a movimentar as mãos como se estivesse fazendo malabarismo com o aparelho, para a diversão dos ouvintes.

Quando tiver que utilizar este tipo de microfone, lembre-se que você deve segurá-lo como se fosse um pedestal. Para saber a altura certa do braço, estique-o e após dobre-o em direção a boca.

Não fique trocando repetidamente o microfone de uma mão para outra, pois isto também poderá desviar a atenção dos ouvintes.

Outro tipo de microfone bastante utilizado é o de lapela, já que este tipo não atrapalha os seus movimentos ou qualquer coisa que precise segurar. No entanto, muitos destes aparelhos ainda possuem uma qualidade muito ruim.

AS CINCO REGRAS DE APRESENTAÇÕES.....

Há algumas regras que podem colaborar para um bom andamento de uma apresentação e que, basicamente são cinco.

REGRA NÚMERO 1 - TENHA O PÚBLICO EM SUA MENTE

O discurso preparado para a apresentação deve conter dois pontos de vista: o seu e o do público.

Pense que o assunto do qual vai falar será apresentado para uma platéia, que irá até você porque realmente está interessada em sua apresentação. Então, procure descobrir o que a platéia espera de você:

- Informações?
- Entretenimento?
- Que a verdade seja dita?
- O espectador irá ganhar algo se for à sua palestra?

Lembre-se sempre que o bom discurso é aquele que preenche as expectativas de seu público.



Falar em público

A pausa é um recurso também utilizado pelos oradores após a superação dos obstáculos das primeiras apresentações e quando percebem que tem tempo suficiente para usá-la.

Este recurso pode ser empregado como um convite ao público para uma análise.

Há quatro tipos de pausa: a inicial, mecânica, dramática e por necessidade exterior.

1 - PAUSA INICIAL

A pausa inicial é obrigatoriamente utilizada. Ao subir no palco, o orador não pode entrar já falando, ele precisará de uma pausa, pois após subir, ele deverá olhar para o seu auditório e então começar a falar.

2 - PAUSA MECÂNICA

A pausa mecânica é utilizada sem grande percepções, já que é uma parada comum para que o orador possa dar uma respirada.

3 - PAUSA DRAMÁTICA

Se deseja criar uma concentração sobre o tema que está sendo abordado, você poderá fazer uso da pausa dramática, uma parada silenciosa após uma pergunta ou explicação.

4 - PAUSA POR NECESSIDADE EXTERIOR

Este tipo de pausa é realizada basicamente por causa de ruídos externos que tendem a atrapalhar o andamento da apresentação.

5 - REPITA AS PALAVRAS NO MOMENTO CERTO

A repetição não é algo que deve ser utilizado sempre, mas em apenas alguns casos, como se pode visualizar nos exemplos abaixo:

*“A cruz representa a morte. A cruz representa a vida.
A cruz é símbolo da eternidade.”*

Este tipo de repetição, no início da frase, é conhecido como anáfora e pode ser empregada com sucesso por oradores do tipo político e religioso.

“Lutamos contra a miséria. Os crimes mais hediondos germinam na miséria. O sofrimento mais terrível é gerado pela miséria. Nossa proposta é acabar com a miséria.”

A epístrofe é uma repetição presente na última palavra de uma frase.

“Gritei, gritei de indignação”

Neste caso, a primeira palavra é utilizada para dar destaque a segunda, para completar o pensamento.

*“A fé é a única coisa que pode salvar o homem.
O homem está farto de palavras e ceticismo.”*

A frase acima, é uma das diferentes formas de repetição que podem ser utilizadas, na qual, a última palavra de uma frase, é a primeira da segunda.