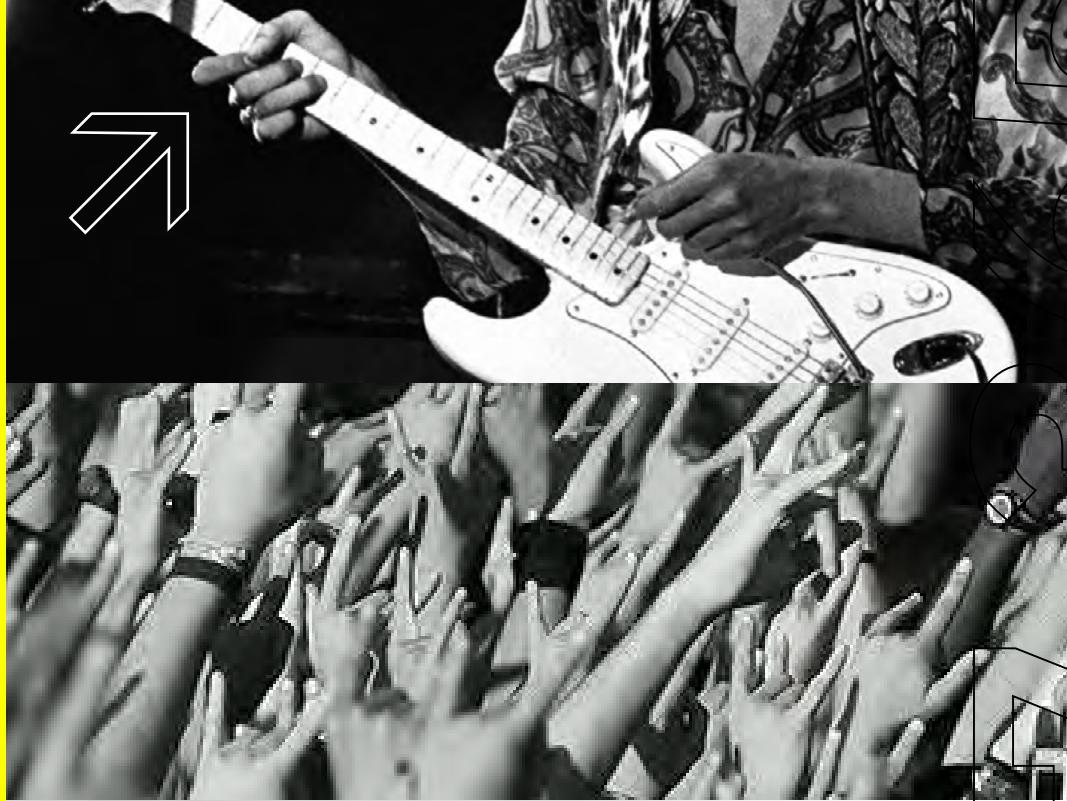


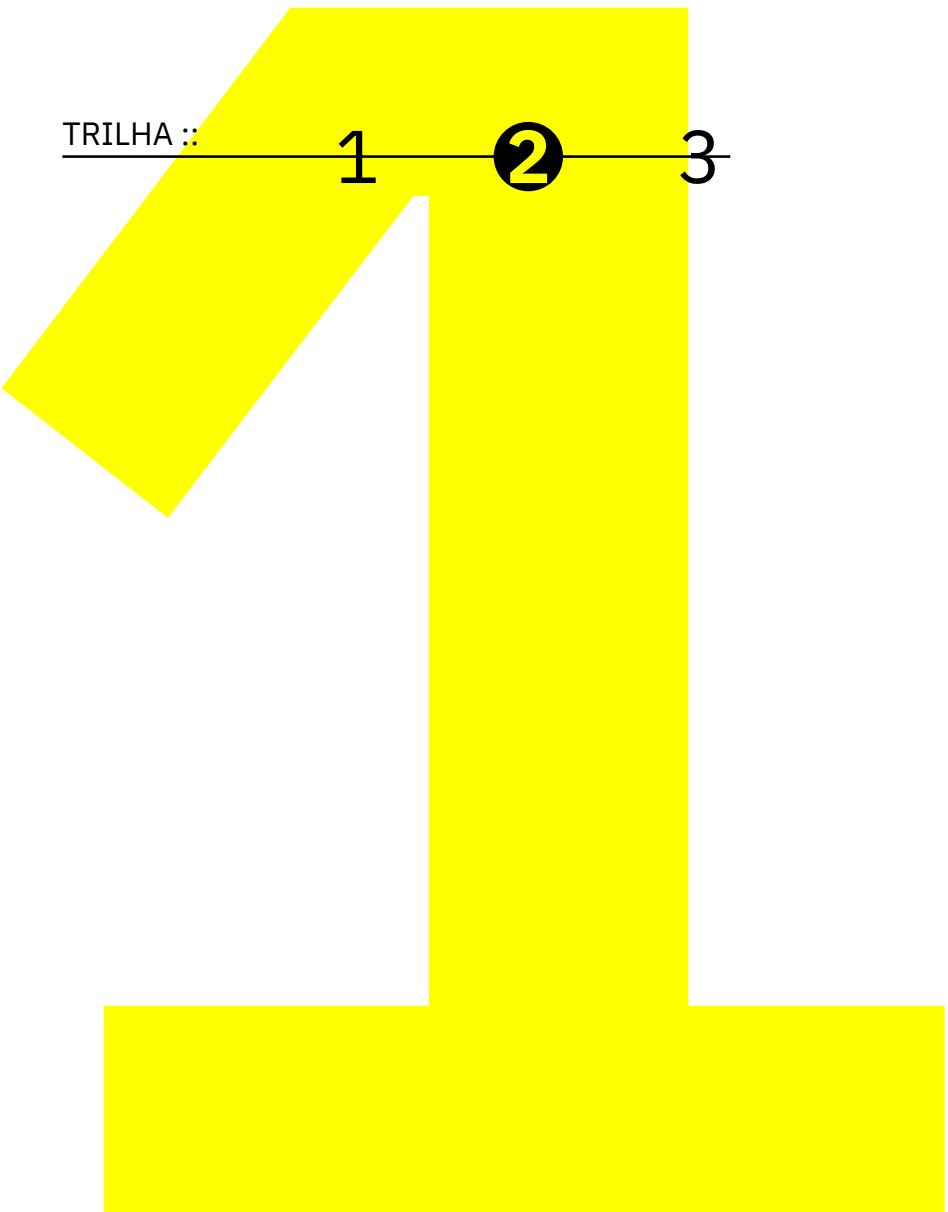


CURSO DE
oratória

coragem para
compartilhar
suas ideias

ou vai ou voa







a tecnologia nos
trouxe **mais poderes,**
e grandes poderes
exigem **grandes**
responsabilidades.



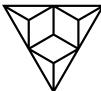
missão da aula



atualizar o conceito de oratória **para o mundo moderno (digital)**, e entender **como as emoções podem impactar na qualidade da sua comunicação.**



O
d
e
m
un
c



competências mais desejadas

54%

das empresas latino-americanas
sentem falta de líderes capazes de
se comunicar efetivamente.

do que adianta ser tecnicamente
perfeito se você não consegue
transmitir sua ideia?

**as competê-
cias que os atu-
ais presidentes
mais precisam
desenvolver**

entre as empresas americanas,

53%

afirmaram sentir falta de
competências como planejamento
estratégico e habilidades de
comunicação.



[ÉPOCA NEGÓCIOS, COMO SE TORNAR
UM LÍDER DO SÉCULO 21]



mão na massa

Grave um vídeo, de até 1 minuto, falando sobre você e as suas expectativas para o curso de oratória;

Guarda bem essa primeira versão, ela será útil em um futuro próximo.

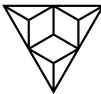


oratória nos tempos modernos

Desde a Grécia e Roma antigas, a retórica já era usada como uma poderosa ferramenta de persuasão pela linguagem.

Hoje em dia, a importância não diminuiu. Quem tem habilidade com as palavras possui um diferencial enorme e, consequentemente, mais destaque profissional.

Quanto melhor a comunicação, maior a evolução.



NA ORATÓRIA



meios de comunicação:

Hoje temos um número muito maior de meios de comunicação (a diversidade aumentou).

Além disso, com o passar do tempo, eles se tornaram acessíveis (democratização dos meios).



impacto

Com a globalização, o número de pessoas conectadas aumentou MUITO! E com isso, o potencial de alcance de uma mensagem também.



consequência

Uma consequência do número dois, afinal, se você leva uma mensagem para um número maior de pessoas, lugares e culturas, o impacto dessa mensagem também aumenta muito.



o público tem voz!

E está conectado! Os movimentos estão mais fortes do que nunca. Por isso, é necessário um cuidado ainda maior com o que você quer comunicar, e como fazer isso.



as aplicações mudaram

A forma como você se apresenta ganhou muito mais valor na era digital.

Exemplos: digital influencers, processos seletivos que solicitam vídeos de apresentação (como será visto adiante).

com a oratória você pode alcançar seus objetivos.

Solidariedade

Depois de pedido de ajuda divulgado em redes sociais, homem consegue novo emprego

Jovem é contratado após pedido de emprego viralizar nas redes sociais

Apelo foi feito no Facebook e, poucas horas depois da publicação, ele já está empregado



ORATÓRIA NOS TEMPOS MOPDERNOS



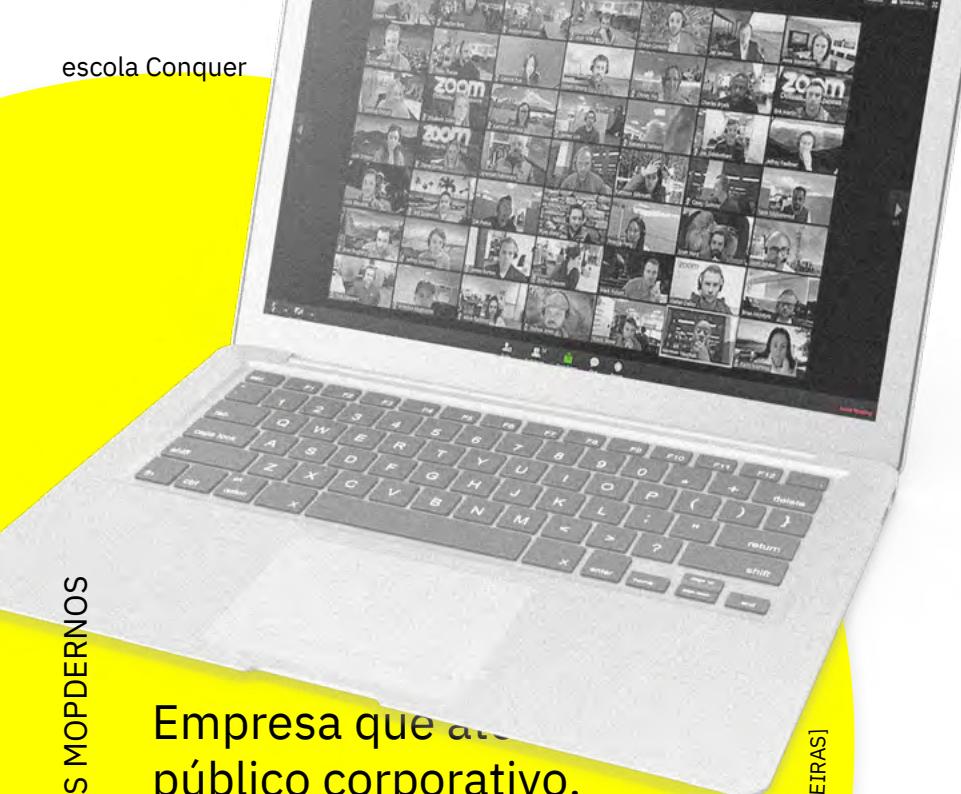
Professora Marcela Cuenca, vídeo para processo de seleção da Escola Conquer

#pulodogato

Os detalhes técnicos (como fotografia, luz e som*) podem não ser tão importantes quanto o conteúdo. Se preocupe com a clareza na comunicação.

*pra ter clareza na comunicação, você vai precisar de um local silencioso.





ORATÓRIA NOS TEMPOS MODERNOS

Empresa que atende público corporativo, chegou a ver um **aumento de 500%** no número de usuários durante a pandemia.

[CNN]

ASIL, COM PANDEMIA, DEMANDA POR VIDEOCONFERÊNCIAS DISPARA EM EMPRESAS BRASILEIRAS

Se você está conectado, seu discurso pode te levar a milhares de pessoas



3,9

bilhões de pessoas no mundo estão conectadas.
O equivalente a **51% da população.**

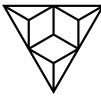
[UNIÃO INTERNACIONAL DE TELECOMUNICAÇÕES (UIT)]



**Você tem influência, sim!
Mesmo que não queira ou não perceba.**



a tecnologia nos
trouxe **mais poderes,**
e grandes poderes
exigem **grandes**
responsabilidades.



o que você tem a dizer?

Todos os grandes oradores têm uma mensagem muito clara para passar ou algo que desejam defender...

O que eles têm em comum no conteúdo? Praticamente nada. Porém, todos são grandes oradores, se comunicam com pessoas diferentes e prendem a atenção delas.

ou vai ou voa

A ESPECIALISTA



**NATHALIA
ARCURI**

O FILÓSOFO



**LEANDRO
KARNAL**

A COMEDIANTE



**TATÁ
WERNECK**

O QUE VOCÊ TEM A DIZER



**qual é
o seu
estilo?**

discurso técnico

discurso engraçado

discurso filosófico

discurso sério

**qual mensagem
você quer
passar?**



mão na massa

Se todas as mensagens do seu WhatsApp, de repente, ficassem públicas?

O que te faz sair da cama às 6h da manhã de um sábado?

Quando aquele perrengue aperta, e você fica a um fio de não desistir, que fio é esse?



não — é — apenas — o — QUE, mas — COMO — você — fala!

Para ser eficiente ao se comunicar, é importante que você conecte os pontos da comunicação e saiba:

O que você quer falar? Qual ideia quer defender?
Esse é o primeiro passo, e é necessário que esteja muito claro.

Quem é o seu público? Afinal, você precisa criar conexão de alguma forma, para que a sua ideia seja ouvida. E como criar conexão?

A sua comunicação é como um presente que você oferece a quem vai te escutar. Então antes de falar...



DALE CARNEGIE

“



quando o homem se mostra **incapaz de dizer claramente aquilo que deseja**, seja por nervosismo, por timidez ou por obscuro processo de raciocínio, **sua personalidade se anula**, se ofusca ou se confunde





G

I

V

N

O QUE VOCÊ TEM A DIZER



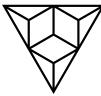
GENTIL? – sua comunicação leva em consideração a realidade e o esforço do outro com empatia?

INSPIRADORA? – traz positividade a quem ouve? Coloca para cima?

VERDADEIRA? – conheço as fontes, a origem da informação? Ou estou apenas repetindo algo que ouvi e nunca chequei?

NECESSÁRIA? – tem pertinência neste momento? Trará algum valor além da quebra do silêncio?

ou vai ou voa



análise GIVN

O QUE VOCÊ TEM A DIZER



Jantar em família. Seu/sua parceiro(a) resolveu testar uma receita diferente para surpreender a todos com algo que vocês gostam, mas que ele(a) nunca tinha feito antes. Todos se sentam e começam a comer. As crianças adoram, você também, mas você solta o comentário: – “acho que faltou um pouco de pimenta”.

Como você responderia?



Reunião de resultados. Seu time bateu as metas do semestre em um período extremamente desafiador, trabalhando até mais tarde e dando toda a energia para que os resultados fossem positivos em meio à crise. Durante a reunião de comemoração dos resultados, você comenta: – “claro que ainda dá para melhorar, por exemplo, o projeto X não andou tão rápido quanto poderia”.

Como você responderia?

ou vai ou voa



Se acostume com a ideia de que você será visto, sua voz será ouvida e as pessoas questionarão as suas ideias.

[se assista, se ouça, perceba os erros e corrija]

Se sentir medo, fale mesmo assim! O tempo é seu amigo.

**COM O TEMPO
VEM A
SEGURANÇA,
MAS ATÉ LÁ,
FALE MESMO
COM MEDO**



os pilares da oratória

autoconhecimento (meu estilo de orador)

respiração

VOZ (dicção, volume, ritmo, ênfase e entonação)

corpo (postura, rosto, gesto e movimento)

conteúdo e apresentação





queime adrenalina

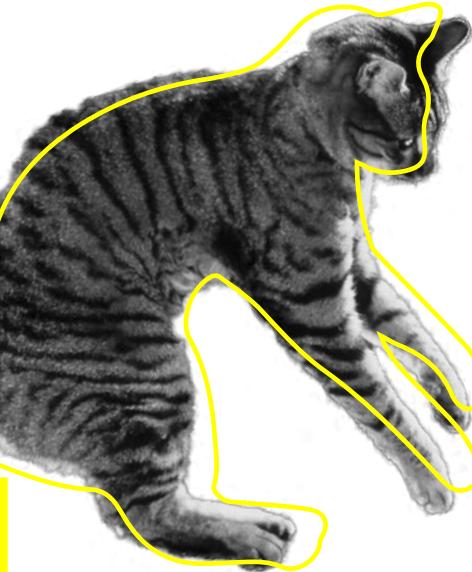
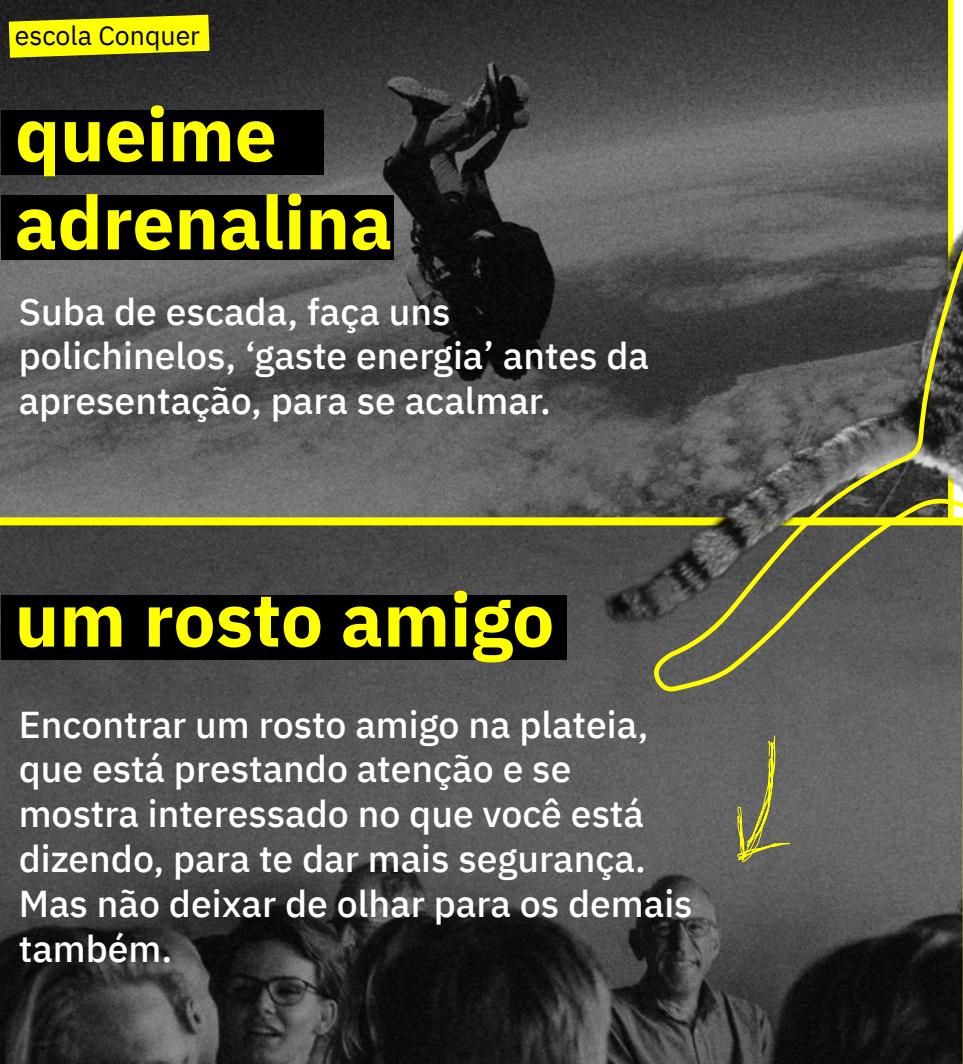
Suba de escada, faça uns polichinelos, ‘gaste energia’ antes da apresentação, para se acalmar.

um rosto amigo

Encontrar um rosto amigo na plateia, que está prestando atenção e se mostra interessado no que você está dizendo, para te dar mais segurança. Mas não deixar de olhar para os demais também.

POWER POSING

Hora de se sentir mais confiante.



#pulo do gato

Colecione referências. Use os canais e dispositivos a seu favor. A tecnologia viabiliza nossas ideias e temos a oportunidade de aprender com as maiores referências do mundo.

EX:

YOUTUBE

TED TALKS

Lembre-se: A prática não garante a perfeição, mas garante a busca constante em ser melhor.

PRATIQUE MUITO!



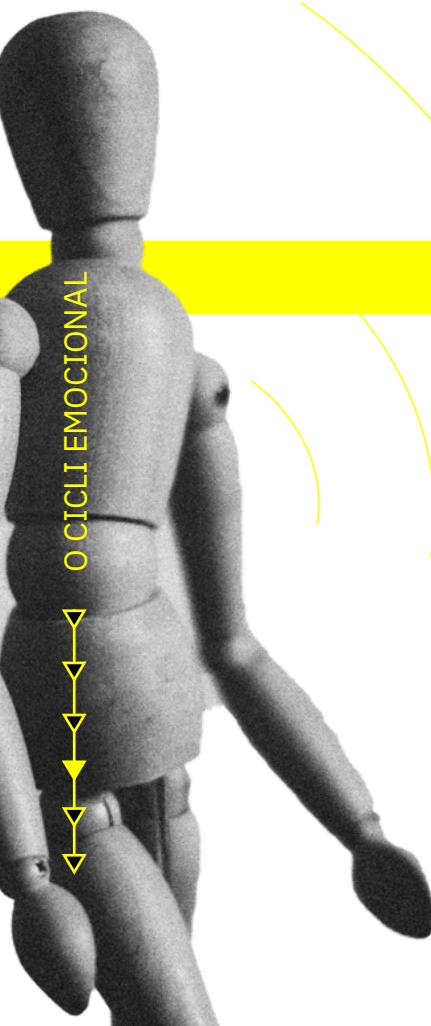
seu corpo reverbera o que passa na sua mente.

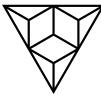
AS ORIGENS DO SEU BRANCO

O branco é consequência das nossas expectativas.

É fruto do nosso medo e da pressão que fazemos sobre nós mesmos.

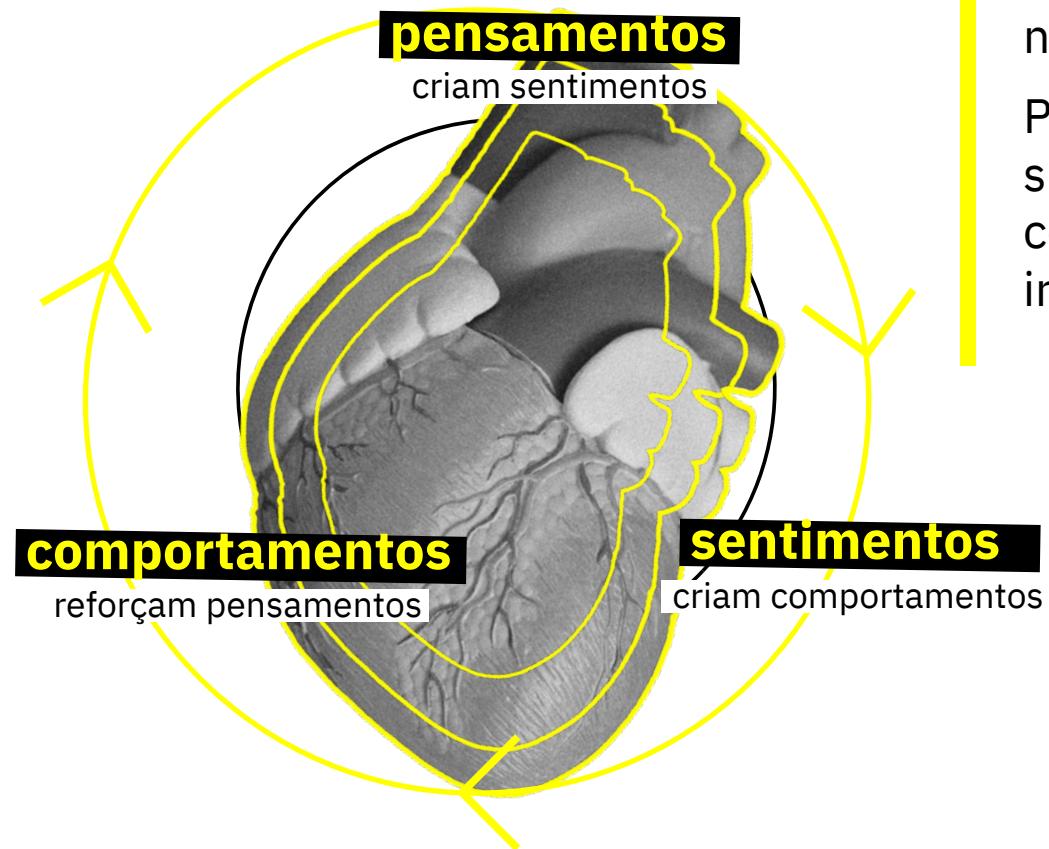
Nesses momentos, o cérebro está nos dizendo para correr, mas você está congelado.





ciclo da m*rda

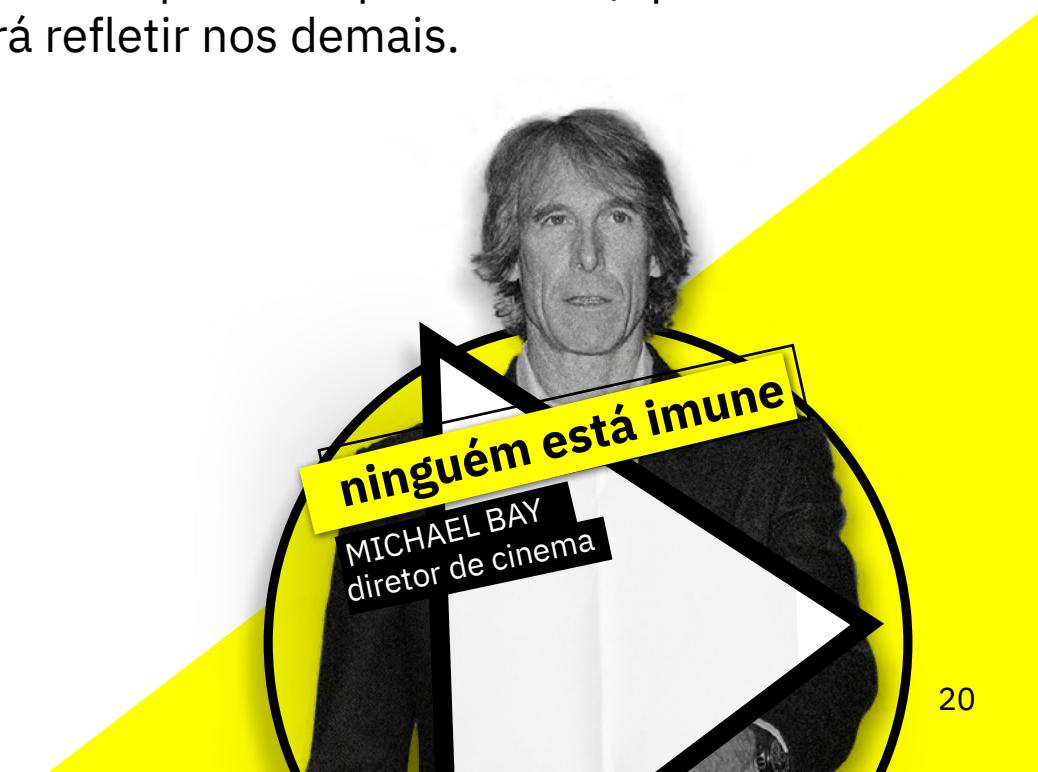
O CICLO EMOCIONAL



Caso a gente se deixe dominar pelos pensamentos negativos, entramos em um círculo vicioso.

Podemos buscar mudar nossos pensamentos e sentimentos, mesmo sendo difícil fazer isso rapidamente. Assim, também é possível mudar o nosso comportamento e nossa postura.

Por isso, se tiver dificuldade em mudar sua mente ou seus sentimentos, comece pelo comportamento, que ele irá refletir nos demais.





mão na massa

Pause o vídeo por 1 minuto. Escreva tudo que vem na sua mente antes de se apresentar. Coisas boas ou ruins, liste tudo!

LISTE ::



O CÉU
É O LIMITE

Feliz
dona
MARLENE
meu

escreva algo positivo ::

ESSE
É MEU
SONHO

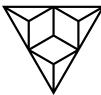
**MUDE SEU
PENSAMENTO
AGORA**

SOU
FODA

SOU
CAPAZ

escreva algo positivo ::





hacks de gestão emocional

HACKS PARA GESTÃO EMOCIONAL



COMO CONTROLAR O CICLO
DO PÂNICO



- 1 ADRENALINA**
- 2 RESPIRAÇÃO**
- 3 PRÁTICA**

Não deixe para se mexer só na hora em que estiver com a palavra.

Elimine a rigidez corporal, isso vai te ajudar a melhorar a postura e os movimentos na hora da fala.

Respire com o diafragma (barriguinha) e não com o tórax.

Imagine que seu dedo é uma vela, espire o ar na ponta dele fazendo com que a “chama” trepide, mas não apague.

Assim, você cria a percepção da quantidade de ar que irá precisar para falar uma única frase.

Não esquece também da técnica do **X/S** e a do **SI FU XI PA**, e **TRABALHE SEU DIAFRAGMA**.

A ansiedade é uma emoção que, na maior parte das vezes, pode nos atrapalhar.

Treinar a nossa apresentação vai ajudar muito, afinal, **quando temos domínio do que falamos, nos sentimos mais confiantes**.

ou vai ou voa



CANVAS + PLANO DE AÇÃO ::

CANVAS DE ORATÓRIA



VOZ ::

ENTONAÇÃO E ÊNFASE ::

RITMO E PAUSA ::

VÍCIOS DE LINGUAGEM ::

VOLUME ::

DICÇÃO ::

RESPIRAÇÃO ::

POSTURA ::

MOVIMENTO ::

ROSTO ::

GESTOS ::

SINTONIA ::

POSTURA - Corpo relaxado e boa postura, sem movimentar partes do corpo quando estiver parado; sem cruzar pernas ou braços; sem pontos de tensão. Gerar confiança.

GESTOS - Gestos para ilustrar, enfatizar... Analisar se usou gestos involuntários.

ROSTO (expressões faciais) - Acompanhar sentimento da fala (felicidade, ânimo, seriedade).

SINTONIA - Contato visual, humor, empatia, vulnerabilidade, interação.

**pontue,
autoavalie
e crie seu
plano de
ação.**

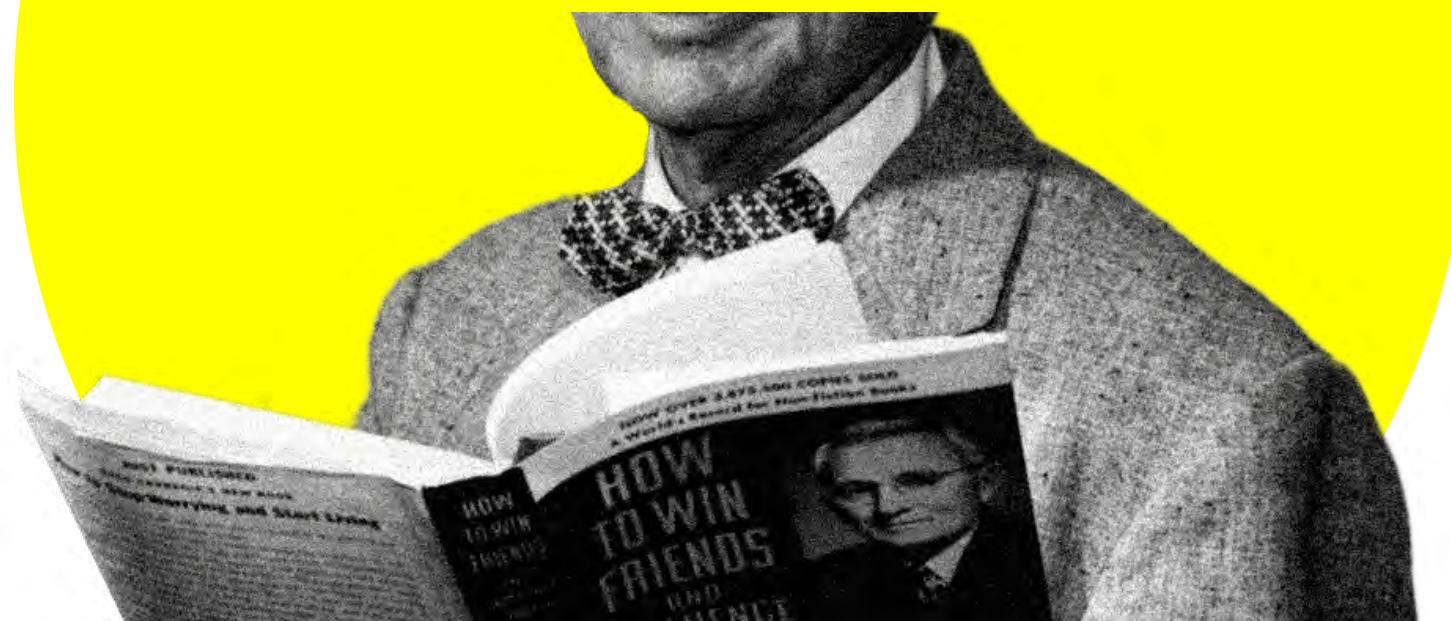
ou vai ou voa



“

DALE CARNEGIE

A melhor maneira de nos preparamos
para o futuro é concentrar toda a
imaginação e entusiasmo na **execução**
perfeita do trabalho de hoje.





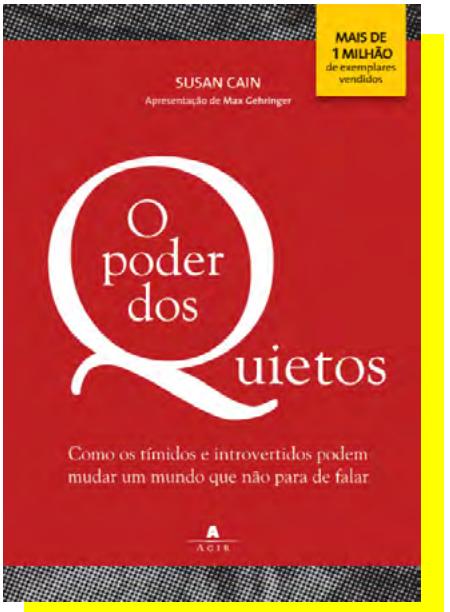
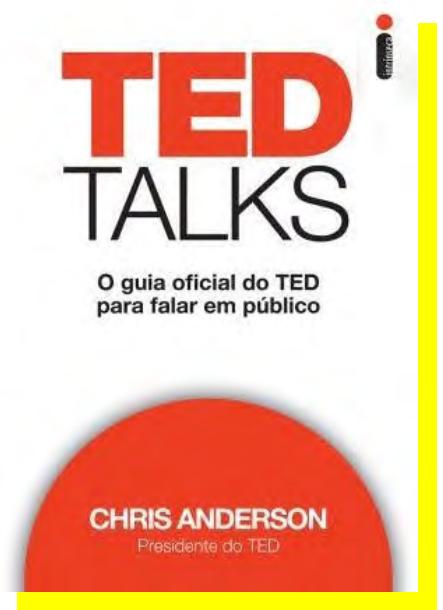
#desafio conquer 01

- Avalie seu vídeo gravado durante a aula.
Faça uma versão 2.0, buscando reforçar
seus pontos fortes.

Guarda o vídeo, ele será útil.
- Escolha um tema de apresentação para a
próxima aula.
Eaí, qual bandeira você quer levantar?
- Preencha o canvas de oratória, avaliando o
vídeo gravado durante a aula.

ou vai ou voa

quero mais ::





a tecnologia nos
trouxe **mais poderes,**
e grandes poderes
exigem **grandes**
responsabilidades.