

# TREINAMENTO

COMUNICAÇÃO, CULTURA E CONTENÇÃO NO SET

**BOU**  
**TI** FILMES  
**QUE**

ARTIS

LEMOS | CONSULTORIA



**Tiago  
Mello**  
Produtor



**Renata  
Artigas**  
Gerente de  
Produção  
Executiva



**Thais  
Morresi**  
Produtora  
Executiva



**Raquel  
Gusson**  
Produtora  
Criativa  
Assistente

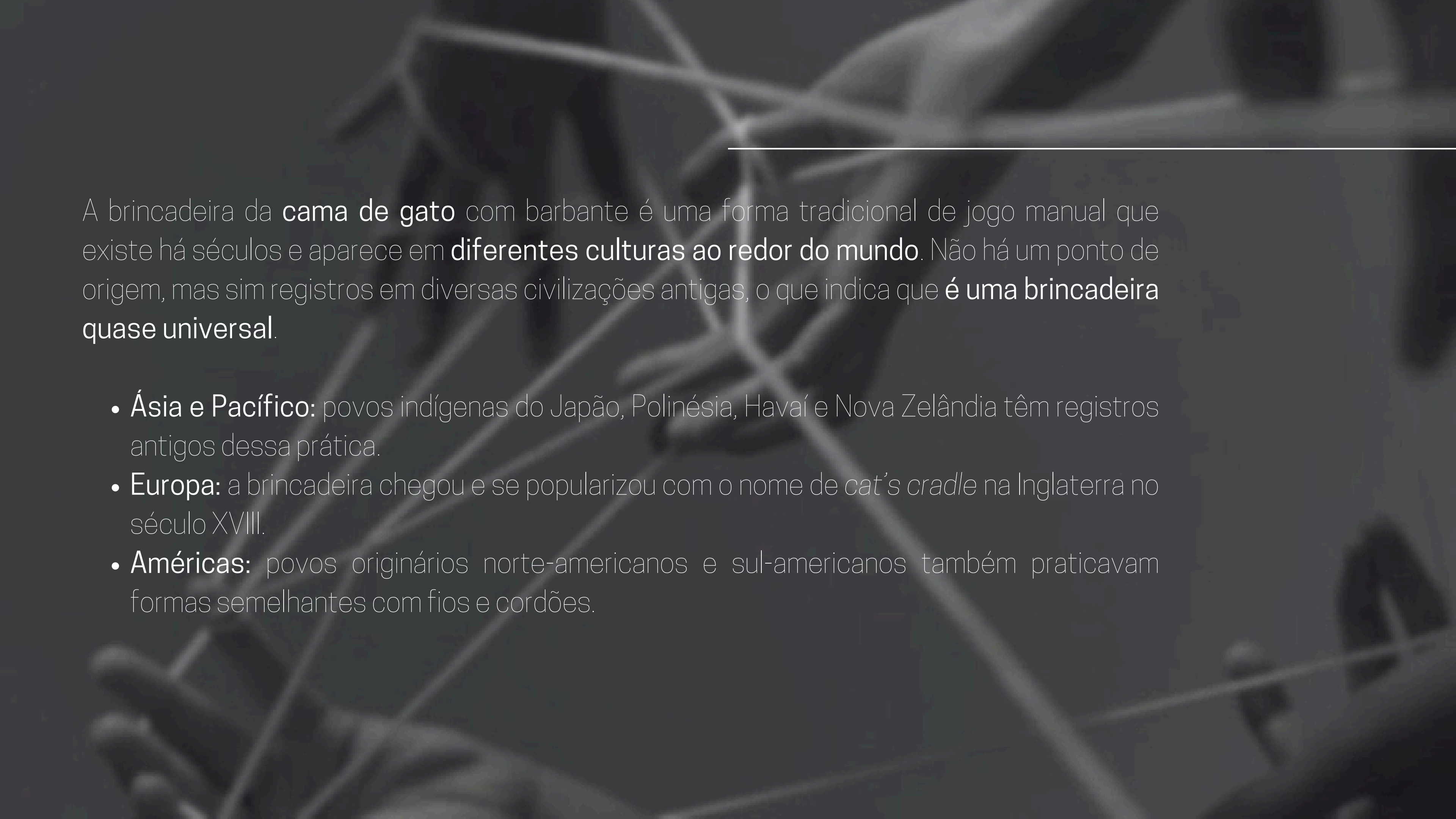


**Rani de  
Camargo**  
RH de  
Produção



**Stefani  
Magalhães**  
Tutora Sócio  
Emocional





---

A brincadeira da **cama de gato** com barbante é uma forma tradicional de jogo manual que existe há séculos e aparece em **diferentes culturas ao redor do mundo**. Não há um ponto de origem, mas sim registros em diversas civilizações antigas, o que indica que **é uma brincadeira quase universal**.

- **Ásia e Pacífico:** povos indígenas do Japão, Polinésia, Havaí e Nova Zelândia têm registros antigos dessa prática.
- **Europa:** a brincadeira chegou e se popularizou com o nome de *cat's cradle* na Inglaterra no século XVIII.
- **Américas:** povos originários norte-americanos e sul-americanos também praticavam formas semelhantes com fios e cordões.

The background of the entire image is a photograph of several hands, likely belonging to different people, holding a complex web of thin, white threads. The threads are stretched between the fingers, creating a dense, interconnected network that fills the frame. The lighting is soft, and the colors are muted, with the white threads standing out against the darker, skin-toned hands and the greyish background.

# CAMA DE GATO

Tecido coletivo, conexão, tramas invisíveis e dinâmica relacional.

# LIDERANÇA FORMAL X LIDERANÇA REAL

## LIDERANÇA FORMAL

- É atribuída por cargo ou estrutura hierárquica
- Vem com autoridade delegada, regras claras, poder decisório
- Exige responsabilidade técnica, mas não garante influência.

## LIDERANÇA REAL

- É reconhecida pelo grupo, mesmo sem título oficial
- Se constrói com coerência, escuta e exemplo diário
- Inspira, influencia e sustenta equipes em contextos de pressão

*Nem toda liderança formal se traduz em influência real. Mas toda liderança real transforma o ambiente, **mesmo sem um cargo que a legitime num set ou numa sala de criação.***

# O PARADOXO DO SET

## **Liberdade Artística + Responsabilidade Coletiva**

1. A tensão entre autonomia criativa e necessidade de prazos, recursos e disciplina.
2. Caso prático: como definir limites claros para balancear criação e logística.



Liderar é, muitas vezes, ocupar um lugar que vai além da função. Em ambientes **criativos** e sob pressão, não é raro que a figura do líder se transforma num **espelho de expectativas** não ditas e o que se reflete ali nem sempre diz respeito ao presente.



# POR QUAL MOTIVO PROJETAMOS?

Projetamos no líder **aquela autoridade que nos faltou, ou que nos feriu.** O afeto que nunca se fez cuidado. **A validação que nunca chegou.**

O set vira sala de estar. A sala de roteiro, uma extensão de antigas dinâmicas. Às vezes, quem lidera se vê sendo cobrado como um pai ausente, uma mãe idealizada, um irmão competitivo.





A LIDERANÇA VAI  
DECEPCIONAR AS PESSOAS

SER LIDERADO TEM TRÊS PILARES:

AUTENTICIDADE

INTELIGÊNCIA  
EMOCIONAL

REGULAGEM

Em 2024, o Brasil teve o maior número de afastamentos por ansiedade e depressão dos últimos 10 anos. Ao total, foram

472 mil

afastamentos do trabalho por transtornos mentais.

Em comparação ao ano de 2023, este número teve um crescimento de

68%.

Em termos absolutos, são quase meio milhão de trabalhadores afastados por esse motivo.

CRISE DE SAÚDE MENTAL

“80% das doenças  
autoimunes são  
desenvolvidas por  
mulheres”

Scientific American.



## Esclerose Múltipla em Mulheres

- Revisões internacionais confirmam que a proporção entre mulheres e homens diagnosticados com Esclerose Múltipla (EM) aumentou ao longo do tempo, **com projeções atuais apontando para uma proporção de 3 a 4,5 mulheres para cada homem com EM.**
- Literatura médica reconhece que a incidência e prevalência em mulheres vêm aumentando globalmente, impulsionando um crescente gap entre homens e mulheres.

*FONTE: Women's Health. Jobin C, Larochelle C, Parpal H, Coyle PK, Duquette P. 'Gender Issues in Multiple Sclerosis: An Update'. Novembro, 2010*

“Não é sinal de saúde  
estar bem adaptado a  
uma sociedade doente”

KRISHNAMURTI



# E COMO ACONTECE A AUTORREGULAÇÃO? O QUE É AUTORREGULAÇÃO?

Autorregulação é o ponto de partida.

É ela que nos permite reconhecer o que sentimos, entender os impulsos e escolher respostas, mesmo sob pressão. É o que sustenta a presença, o limite e a escuta.



## **Decisão compartilhada**

Dividir o peso da escolha reduz tensão e melhora a resposta executiva.

Em set, isso vira método. Antes de decidir sozinho, traga a pergunta para o trio certo de função e contexto. Direção, produção, liderança de área.

Um minuto de alinhamento evita dez de retrabalho e diminui ruído emocional. A pergunta-chave é simples. Quem carrega o risco. Quem executa. Quem responde pelo impacto no cronograma.

FERRAMENTAS  
PRÁTICAS DE  
REGULAÇÃO EM SET

Perceber o próprio limite antes que ele vire comportamento. Em set, limite aparece primeiro no corpo e no tom, não no discurso. A prática é monitorar sinais pequenos e agir cedo. Voz acelerada, irritação curta, rigidez, esquecimento de etapas, necessidade de controle. Quando aparecer, faça micro ajuste imediato. Baixar o volume, reduzir a velocidade, pedir 60 segundos, delegar uma decisão. Autopercepção não é pausa longa. É calibragem constante para manter presença e liderança estável.

**Autopercepção contínua.**

FERRAMENTAS  
PRÁTICAS DE  
REGULAÇÃO EM SET

---

NÃO HÁ ESPAÇO PARA O SOFRIMENTO NA VIDA ADULTA.  
A DOR PRECISA SER FUNCIONAL, DISCRETA E RÁPIDA.

ENTÃO, COMO SER LIDERADO?

---



Diante da sua autorregulação, é possível **recepcionar** demandas.

UMA DAS AÇÕES MAIS NOCIVAS QUE REPETIMOS EM MODO SOBREVIVÊNCIA É TENTAR CONTROLAR O OUTRO E, ACIMA DE TUDO, SUAS PERCEPÇÕES.

O CONTROLE DESPERDIÇA ENERGIA, SUPRIME EMOÇÕES, REFORÇA AS SOMBRAS DE AMBOS OS LADOS E ACENTUA OS DESCONFORTOS DO GANCHO RELACIONAL.



Nosso sistema perceptivo funciona como um detector de sinais de **segurança e ameaça**. Para regular é essencial que nos conheçamos e sejamos capazes de identificar, no corpo e no ambiente, os sinais de segurança. **Eles são tão importantes quanto a ausência de ameaça.**



SÍMBOLO DE POTÊNCIA, ABUNDÂNCIA E ANCESTRALIDADE

FIGURA CENTRAL NAS PINTURAS RUPESTRES, O BISÃO REPRESENTA O  
SUSTENTO COLETIVO, CAÇÁ-LO EXIGIA  
**ESTRATÉGIA, COOPERAÇÃO E ATUAÇÃO ARTÍSTICA**

APROXIMAR-SE DO BISÃO É INTERPRESTAR O INVISÍVEL, DECIFRAR  
SINAIS SUTIS E AGIR. NENHUMA CRIAÇÃO COLETIVA SE SUSTENTA SEM  
ESCUTA E LEITURA PROFUNDA DO CONTEXTO.

Pressão externa, contenção interna: inteligência emocional em campo

## IDENTIFICAÇÃO DE PADRÕES DE TENSÃO

Como a tensão se instala?

- Contração corporal
- Comunicação reativa
- Urgência deslocada
- Tom impaciente

RECONHECER O PADRÃO É A ÚNICA  
FORMA DE INTERROMPÊ-LO



---

QUAL FOI SEU ÚLTIMO PADRÃO  
AUTOMÁTICO EM SITUAÇÃO DE CRISE?

---



## FRASES-LIMITE E PRÁTICAS DE CUIDADO

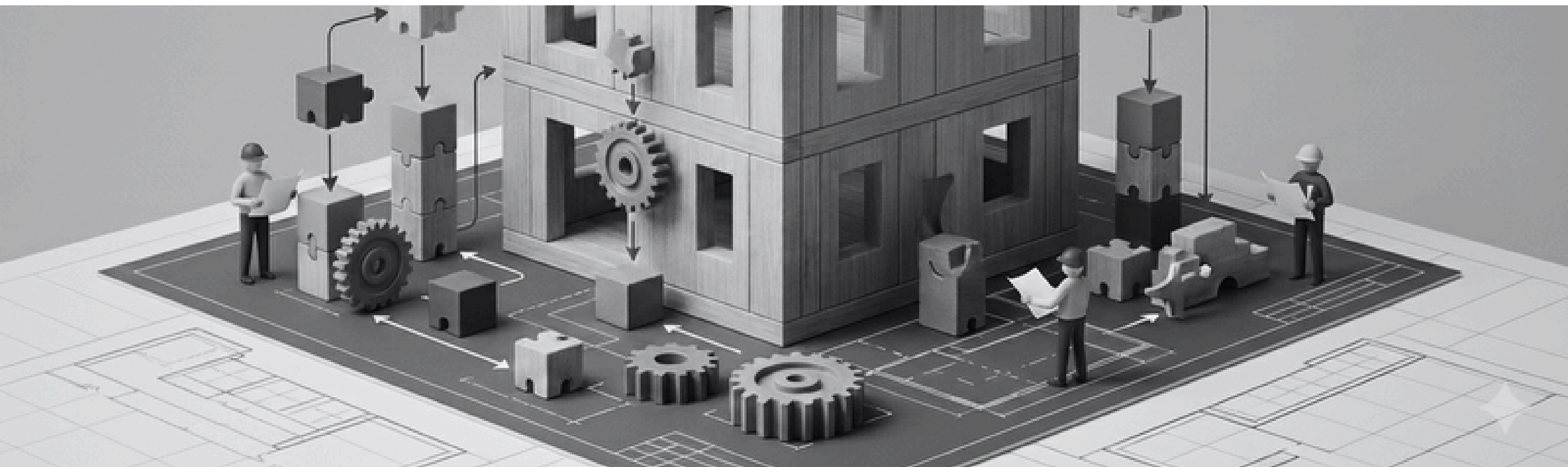
### **Frases que sustentam o limite com presença:**

- “Posso te responder com mais clareza em 10 minutos.”
- “Esse ponto precisa de tempo. Vamos respirar e voltar com foco.”
- “Vou organizar internamente e retorno com uma proposta de solução.”

---

Regulação é construção. Não acontece por acaso.  
Pressão externa exige **contenção** interna e isso se aprende.

COM LINGUAGEM, CORPO E LIMITE, UMA EQUIPE TORNA-SE UM ESPAÇO DE REGULAÇÃO COLETIVA.



LEMBRE-SE: SEU ESTADO INTERNO CONDUZ O AMBIENTE

---

O PROJETO PODE ESTAR INSTÁVEL.

MAS SE A EQUIPE DESREGULA JUNTO, O SISTEMA QUEBRA.

---

Em set, comportamento vira sistema.

E sistema se consolida pelo que é **tolerado**, pelo que é **reforçado** e pelo que é **interrompido** cedo.

Não é só sobre quem ultrapassa limites. É sobre como a equipe inteira responde quando o limite é testado.

Aqui não se trata de culpabilização individual. Trata-se de **responsabilização prática**. Cada profissional, no seu papel, influencia o nível de segurança emocional e profissional do trabalho.

**Convivência saudável é uma entrega coletiva, tão essencial quanto um bom plano de filmagem.**

CLIMA DE SET É UM ATIVO DE PRODUÇÃO

## CONVIVÊNCIA ATIVA

---

### O QUE FAZER NA PRÁTICA QUANDO ALGO COMEÇA A DESANDAR

---

NO SET, A INTERVENÇÃO MAIS EFICAZ COSTUMA SER **PEQUENA, RÁPIDA E NO TIMING CERTO.** NÃO É SOBRE CONFRONTO HEROICO

---

**É SOBRE INTERROMPER A ESCALADA E REPOSICIONAR O PADRÃO.**

- Nomear o combinado sem expor. “Vamos manter o respeito aqui e seguir.”
- Interromper a “piada que testa limites”. “Isso não ajuda. Vamos voltar.”
- Oferecer saída digna. “Respira um minuto, a gente resolve já.”
- Chamar para o lado quem está virando alvo. “Você está bem. Quer que eu te acompanhe?”
- Acionar liderança quando necessário. “Vou envolver produção/direção pra gente ajustar agora.”

MICROAÇÕES QUE MUDAM O CLIMA



## **Relação é ferramenta de trabalho. E também é zona de risco.**

Em set, a qualidade do vínculo impacta execução. E vínculo não é “clima”. É **conduta repetida**, em micro interações. O tom de voz, acesso à informação, forma de cobrar prazos, brincadeiras, exclusões, “favorzinhos” condicionados.

### **Chave de gestão**

- Relação saudável tem **limites claros, cobrança objetiva e hierarquia sem humilhação**.
- Relação insegura tem **ambiguidade, medo de retaliação e troca implícita** (“se você quiser ficar bem aqui...”).

RESPONSABILIDADE  
RELACIONAL EM SET

---



# ABUSO DE PODER E ZONAS CINZENTAS

**O problema raramente começa no extremo. Começa no teste de limite.**

Zonas cinzentas são aquelas situações em que “dá pra interpretar”, mas o corpo da equipe sente. A técnica é reconhecer padrão, **não discutir intenção.**

Quando existe assimetria de poder, o “consentimento” fica contaminado por expectativa, medo e reputação.

## **Sinais de alerta em set**

- Cobrança com ironia, exposição pública, apelidos e “brincadeiras” direcionadas
- Controle de acesso a oportunidades, cenas, informações ou créditos como moeda
- Convites insistentes, mensagens fora de hora, intimidade forçada, “favor” com condicionantes
- Isolamento de alguém, desqualificação recorrente, mudança de tom quando terceiros saem

---

SE ESSA INTERAÇÃO FOSSE GRAVADA E ASSISTIDA PELA  
PRODUÇÃO INTEIRA, EU MANTERIA EXATAMENTE O  
MESMO COMPORTAMENTO?

---

## **Ação mínima esperada ou técnica de convivência ativa**

- **Interromper** o comentário/conduita que cruza o tom. “*Vamos manter o respeito e seguir.*”
- **Redirecionar** para o objetivo. “Foco na cena. Alinhamos o resto fora daqui.”
- **Apoiar** quem virou alvo, sem expor. “Você está bem? Quer que eu te acompanhe?”
- **Escalar** quando há repetição, hierarquia ou risco. Produção, direção, canal definido.
- **Registrar** o essencial quando o padrão persiste (para reduzir ruído e proteger todos).

OMISSÃO, SILÊNCIO E CONVIVÊNCIA

CONTER É CRIAR ESPAÇO  
E O ESPAÇO COMEÇA EM VOCÊ.



A fim de prevenir condutas ilícitas nas relações intrapessoais, além de buscar a efetivação de práticas voltadas para um ambiente de produção mais saudável, a Boutique possui um Código de Conduta e Programa de Integridade que expõe tudo o que é considerado adequado ou não, além de reforçar os direitos e deveres dos seus colaboradores.

# CÓDIGO DE CONDUTA E PROGRAMA DE INTEGRIDADE



A Boutique se uniu à SafeSpace para combater qualquer tipo de assédio em ambiente de produção.

A SafeSpace é uma empresa isenta e autônoma, e através da sua plataforma qualquer denúncia de assédio pode ser formalizada. As denúncias são recepcionadas com imparcialidade e seguem, a partir do seu recebimento, um processo interno seguro.

As denúncias podem ser realizadas por meio do QR CODE, ou pelo link:  
<https://my.safe.space/company/boutiquefilmes>

O foco da utilização da SafeSpace é prover um espaço seguro para os colaboradores relatarem situações ocorridas no ambiente de produção.

# CÍRCULO DE SEGURANÇA





- 1.Recepcionar o relato em ambiente seguro e sigiloso
- 2.Acolher e zelar pela imparcialidade na recepção da denúncia com o encaminhamento adequado
- 3.Conduzir entrevistas
- 4.Analisar informações e sugerir caminhos ou resoluções à Diretoria da Boutique

ATUAÇÃO DA LEMOS CONSULTORIA  
APÓS UMA DENÚNCIA

---

QUAL FOI SEU ÚLTIMO PADRÃO  
AUTOMÁTICO EM SITUAÇÃO DE CRISE?

---



Engole o que disse, 2016, Lenora de Barros

Os relatos e denúncias que sejam enviados pelo SafeSpace são confidenciais e as identidades dos colaboradores envolvidos na denúncia **não são reveladas.**

Os relatos e denúncias apenas serão compartilhados com pessoas autorizadas a participar da recepção de denúncia.

Não haverá retaliação por conta da manifestação em relatos e denúncias.

# CONFIDENCIALIDADE

---

# OBRIGADA!

## Instagram

@raqglemos

@artiscultural

## Linkedin

Lemos Consultoria

Raquel Lemos

**BOU**  
**TI** FILMES  
**QUE**

ARTIS

LEMOS CONSULTORIA

**Copyright©2026, Lemos Consultoria.** Todos os direitos reservados. Todos os textos, imagens, gráficos, animações, vídeos, músicas, sons e outros materiais são protegidos por direitos autorais e outros direitos de propriedade intelectual pertencentes à Lemos Consultoria, suas subsidiárias, afiliadas e licenciantes. Imagens originais via Canva.