

COMO FALAR BEM EM PÚBLICO: UMA HABILIDADE ESSENCIAL

Isabella dos Santos Henschel¹

Márcia Valéria Seródio Carbone²

Resumo: O presente trabalho consiste em observar e analisar a capacidade de comunicação das pessoas e o quanto a competição e a exigência do mercado têm afetado para que todos busquem um aprimoramento do seu desempenho perante um público. Atualmente, apresentar uma boa desenvoltura ao falar é papel fundamental para atingir objetivos pessoais e profissionais, para que as outras pessoas possam compreender o que se fala é necessário clareza, coesão e coerência, caso contrário o público perde o interesse no que está sendo dito. Quando se fala em boa comunicação em público, deve-se considerar, também, a forma de se vestir e de se comportar, pois o comportamento é capaz de expressar pontos positivos ou negativos do interlocutor.

Segundo uma pesquisa realizada pelo jornal *Sunday Times*, o medo de falar em público é tão presente na atualidade que está presente na vida de 41% das 3000 pessoas entrevistadas, sendo considerado o maior dos medos.

A finalidade principal da pesquisa é demonstrar às pessoas que é comum essa dificuldade que muitos têm ao se expor e comunicar ideias, experiências e opiniões perante um público, identificando os pontos de fragilidade que cooperam para esse bloqueio e, ainda, exemplificando métodos que façam com que todos sejam capazes de vencer esse desafio.

Palavras-chave: capacidade de comunicação das pessoas, boa desenvoltura ao falar, papel fundamental, boa comunicação em público.

¹ Estudante, isa_henschel@hotmail.com

² Professora Doutora, marciacarbone20@gmail.com

INTRODUÇÃO

Falar em público, nos dias atuais, muito mais do que uma característica pessoal, é uma necessidade. A desenvoltura em público está extremamente relacionada à permanência (ou não) de um indivíduo em determinado posto de trabalho. Contudo, essa competência e/ou habilidade, para muitos, não é congênita; ao contrário disso, implica todo um trabalho de desenvolvimento. E quando isso não ocorre, a pessoa se vê em uma situação bem difícil, razão pela qual propomos algumas indagações: Quais as principais características que apontam que uma pessoa tem dificuldades de se comunicar em público? Qual a importância de aprimorar a fala mediante situações de exposição? Quais são os passos que devem ser seguidos para auxiliar na evolução desse problema?

Delimitamos nossa pesquisa no estudo do comportamento humano quando exposto ao público e sua facilidade, ou não, de se comunicar de forma a impressionar quem o vê.

O objetivo da pesquisa será observar e analisar o contexto do mercado atual e da necessidade de uma comunicação clara e segura.

Assim sendo, o referido projeto tem como foco principal discutir métodos que possibilitem uma melhoria na desenvoltura do indivíduo perante o público, seja ele constituído de amigos, família ou até mesmos companheiros de trabalho.

Justifica-se a importância da problemática a ser pesquisada, primeiramente por ser um assunto de suma importância para o mercado de trabalho atual. Portanto, mais pessoas serão atingidas e terão melhor conhecimento sobre o assunto, aumentando as chances de êxito aos que se identificam com o tema abordado, além do enorme conhecimento pessoal e profissional que proporcionará à pesquisadora.

Nesse sentido, é necessário o autoconhecimento e a força de vontade para admitir a dificuldade, empenhando-se para conseguir atingir o objetivo de se expressar de modo que todos compreendam e admirem a forma de se comunicar em público.

1. DESENVOLVIMENTO

1.1 *Comunicação*

A partir da busca por melhorias no conhecimento mais aprofundado do assunto abordado o projeto mostrará a importância da boa comunicação e como é possível atingi-la.

Segundo Farah:

Comunicação é o processo de criar e compartilhar significados através da transmissão e troca de símbolos. Este processo requer uma interação entre as pessoas e mesmo, entre pessoas e meios mecânicos utilizados.

Com isso, é possível entender que a interação entre as pessoas é necessária para que haja troca de conhecimentos, ideias e experiências, pois são inúmeras os propósitos pelos quais existe a comunicação interpessoal.

Passadori cita que:

Embora a habilidade de comunicação possa ser desenvolvida, muitas pessoas não têm consciência dessa possibilidade e não acreditam no próprio potencial. Por essa razão fogem das oportunidades que lhes são oferecidas e sentem-se desconfortáveis quando obrigadas a fazer uso da palavra, seja em uma reunião, seja em uma negociação, seja em uma entrevista.

De acordo com a citação acima, nota-se que mesmo o assunto sendo tão comentado ultimamente, ainda existe pessoas que sentem esse bloqueio causado pela exposição perante o público.

Passadori ainda completa dizendo que *“Todos podem falar bem, alguns com mais facilidades que outros, mas com técnica, crença, esforço, treino e dedicação não há obstáculos que não possam ser superados”*, para isso é necessário uma boa preparação com bastante conhecimento no assunto e prática na oratória.

1.2 Análise do filme: O discurso do rei

No filme “O discurso do rei”, Alberty ou Berty, como é chamado pelos mais próximos, é o personagem principal. Ele é o filho mais novo do Rei e sofre de gagueira desde os quatro anos, com o passar do tempo, cada vez mais se faz necessário alguns discursos em público, o que sempre lhe causava certo desconforto. Inúmeras foram as tentativas de tratamento para melhorar a dicção das palavras, porém nada parecia funcionar. Após a morte do rei e a desistência por parte de seu irmão mais velho em assumir o trono, Alberty seria o sucessor a atribuir-se ao papel de rei. Sendo assim, os discursos em público seriam muito mais frequentes, com isso, sua esposa Helena vai em busca de novas alternativas e encontra um fonoaudiólogo chamado Lionel com métodos nada convencionais. Inicialmente, Berty não acredita nas propostas de Lionel, porém com o apoio da esposa, mesmo apresentando certa resistência, ele dá prosseguimento ao tratamento e os resultados começam a ser notórios, até que ele conquista muita confiança para discursar com mais firmeza.

Com isso, pode-se perceber que existem várias formas de tratamento para o aprimoramento do diálogo em público, entretanto, primeiramente, é necessário aceitar essa dificuldade para que se possa ir em busca do melhor método a ser utilizado em cada caso. Além disso, o apoio das pessoas que estão ao redor é de grande valor.

1.3 Dicas para desenvolver a habilidade de falar bem em público

N a maioria das vezes os principais fatores que interferem na dificuldade de desenvolvimento da habilidade de falar bem em público são os fatores emocionais, sendo assim, Paula (2013), por meio do site Administradores, expõe dicas para aperfeiçoamento da fala, algumas delas são:

[...]

2 - Trabalhe sua autoconfiança: em algumas ocasiões, você enfrentará problemas no decorrer de sua apresentação, como por exemplo, a presença de pessoas ríspidas no local. Sendo assim, tente trabalhar sua autoconfiança para que você possa passar por cima desses problemas, demonstrando entusiasmo e bom humor.

3 - Use sua respiração: técnicas de respiração irão ajudá-lo a controlar sua ansiedade, tornando-o mais relaxado e descontraído.

[...]

5 - Conheça bem o público: o tipo de sua apresentação depende das características do público em questão, sendo assim, busque conhecê-lo e montar sua apresentação em cima do mesmo, pois assim, você conseguirá atingir as expectativas do público e ao mesmo tempo, as suas.

6 - Estique o seu vocabulário: busque ler e escrever constantemente, para que assim, a sua mente seja recheada de novas informações, fazendo com que sua explanação seja enriquecida.

[...]

8 - Treine incessantemente: a prática leva a perfeição. Não há nada mais prudente do que se preparar antes de sua apresentação. Busque apresentar-se sozinho, ou, para um grupo pequeno (pode ser a sua família, seus amigos, etc.), de modo que você possa manter (os pontos positivos) e eliminar/corrigir (os pontos negativos), buscando atingir a perfeição.

9 - Use sempre um roteiro: não sou a favor de improvisos. Defendo que o orador deve ter em mãos um roteiro com os principais assuntos a serem abordados na apresentação, bem como as ideias a serem explanadas, pois assim, ele estará evitando situações constrangedoras.

10 - Trabalhe sua concentração e memória: a concentração irá ajudá-lo a manter-se atento nos assuntos escolhidos, e também a limpar sua mente de todas as outras coisas e focar apenas na palestra. Já a memória irá ajudá-lo a relembrar a organizar suas ideias na hora da explanação.

[...]

12 - Seja organizado: sua explanação deve ter início, meio e fim. Sendo assim, o importante é ser objetivo, sintético e tomar cuidado com o tempo.

[...]

14 - Seja criativo: infelizmente, já participei de inúmeras palestras em que fui obrigado a dormir, haja vista, que fiquei entediado com a monotonia da apresentação. Sendo assim, é fundamental que o palestrante use a criatividade para que sua apresentação seja contagiante e atrativa.

15 - Conquiste as pessoas: seu objetivo é entreter o público, dar emoção

e motivá-lo, ou seja, você deve se envolver de forma entusiasmante com a plateia, demonstrando para a mesma que o assunto é importante também para você. Além disso, haja com naturalidade e evite termos muito técnicos, pois, o que as pessoas buscam é simplicidade.

[...]

18 – Seja elegante: agradeça ao público no início e no fim da apresentação.

Com base nessas dicas é possível aprimorar e atingir o objetivo de uma boa qualidade da fala perante o público seja ele na área profissional ou pessoal, pois, por meio dessas dicas, a confiança vai sendo conquistada.

1.4 Métodos de pesquisa utilizados

A formulação do projeto de pesquisa foi à etapa inicial, onde se buscou apoio na literatura sobre a temática como falar bem em público e as características que possibilitam apontar essa dificuldade que as pessoas têm. Foram realizadas leituras em livros e artigos científicos para o aprofundamento das discussões sobre a temática, além da procura por orientação do professor orientador. Essas ações contribuíram para: delimitar o problema de pesquisa, definir os objetivos e traçar os caminhos a serem percorridos na pesquisa empírica, com a estruturação das entrevistas.

O conceito de metodologia segundo Rodrigues (2007, p. 02) é:

Um conjunto de abordagens, técnicas e processos utilizados pela ciência para formular e resolver problemas de aquisição objetiva do conhecimento de uma maneira sistemática.

Portanto, o método escolhido nesse projeto, foi o estudo de caso, na abordagem qualitativa.

Segundo Yin, (2001) o estudo de caso, é uma investigação empírica que investiga um fenômeno contemporâneo dentro de seu contexto da vida real, especialmente quando os limites entre o fenômeno e o contexto não estão claramente definidos.

Para Roesch (1999), não há um método mais apropriado para uma pesquisa, mas espera-se que este seja coerente com a maneira como o problema foi formulado, com os objetivos propostos e outras limitações práticas de tempo, custo e disponibilidade dos dados. O estudo pode combinar mais de um método.

O desenvolvimento desse estudo pode ser dividido em quatro etapas, onde serão utilizados os procedimentos e ferramentas metodológicas para compreensão da pesquisa. A primeira etapa constitui a formulação do projeto de pesquisa; a segunda etapa é a pesquisa de campo, que pretendemos aplicar a pessoas que estão no mercado de trabalho; num terceiro momento, a tabulação e interpretação dos dados; e por fim, a organização da dissertação para a elaboração de um artigo. Cabe ressaltar, que as pessoas a serem entrevistadas têm ou já tiveram dificuldades para se expor em público, porém estão em busca de uma mudança de vida, considerando que a comunicação pessoal é uma necessidade básica para a vida em comunidade.

Os critérios a serem adotados para definir o público-alvo das entrevistas terão como base amigos e conhecidos que querem atingir essa meta pessoal de se comunicar bem frente a um grupo de pessoas. Além destes, serão público-alvo das entrevistas profissionais que auxiliam as pessoas que lutam em favor do mesmo objetivo.

A dissertação é o momento onde todos os dados pesquisados e já organizados, juntamente com a base teórica serão arranjados, ou seja, tomará um sentido no momento em que forem formuladas as considerações finais.

Portanto, com essa análise pretende-se atender aos objetivos da pesquisa apontando sua aplicabilidade. E, principalmente, ressaltar a contribuição da pesquisa para o desenvolvimento pessoal do público alvo analisado.

2. CONCLUSÃO

Por meio desta pesquisa foi possível analisar o quão freqüente é a dificuldade de falar bem em público nos dias atuais, seja no meio acadêmico, profissional ou até mesmo na vida pessoal.

Entretanto, existem várias formas e práticas que auxiliam nesse processo de aprimoramento, por meio da busca por apoio e dedicação a cada método apresentado, os resultados aparecem e proporcionam ainda mais confiança para seguir em frente com o tratamento.

REFERÊNCIAS

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Metodologia Científica**. São Paulo: Editora Atlas, 1992.

Micheletti, Camila; **Saber falar em público é competência necessária para todos os profissionais**. Disponível em:

http://carreiras.empregos.com.br/carreira/administracao/ge/sucesso/falar/1_90704-falar_publico.shtm. Acesso em 13/12/2015.

<http://www.portaleducacao.com.br/educacao/artigos/28265/a-importancia-de-se-falar-bem>. **A Importância de se Falar Bem**. Acesso em 13/12/2015

O discurso do rei. Direção: Tom Hooper. Inglaterra. Distribuição: Paris Filmes. Título original: The King's Speech.

PAULA, Pablo de. **18 dicas poderosas para falar bem em público**.

<http://www.administradores.com.br/artigos/carreira/18-dicas-poderosas-para-falar-bem-em-publico/72436/>. Acesso em 12/10/2016.