



MOMENTO DESTRAVE



1 MOMENTO 10TRAVES

Identificação dos maiores entraves para comunicar com eficiência.

C.D.E.F.

2 Estratégias para obter uma **C**omunicação **D**inâmica, **E**ficiente e **F**ácil.

DESTRAVE

3 Ferramentas práticas de comunicação verbal e não verbal para o momento de fala.

4 DINAMIZE

Experiências reais de relação com a imprensa e seus desafios.

5 DESENVOLVA

Rotinas essenciais para constante desenvolvimento das habilidades de comunicação.



Momento 10traves

**“ SÓ
MUDAMOS
O QUE
ESTAMOS
DISPOSTOS A
CONHECER.”**



AUTOESTIMA

Tenho conhecimento e
capacidade.

AUTOPERCEPÇÃO

O que posso desenvolver



Momento 10traves

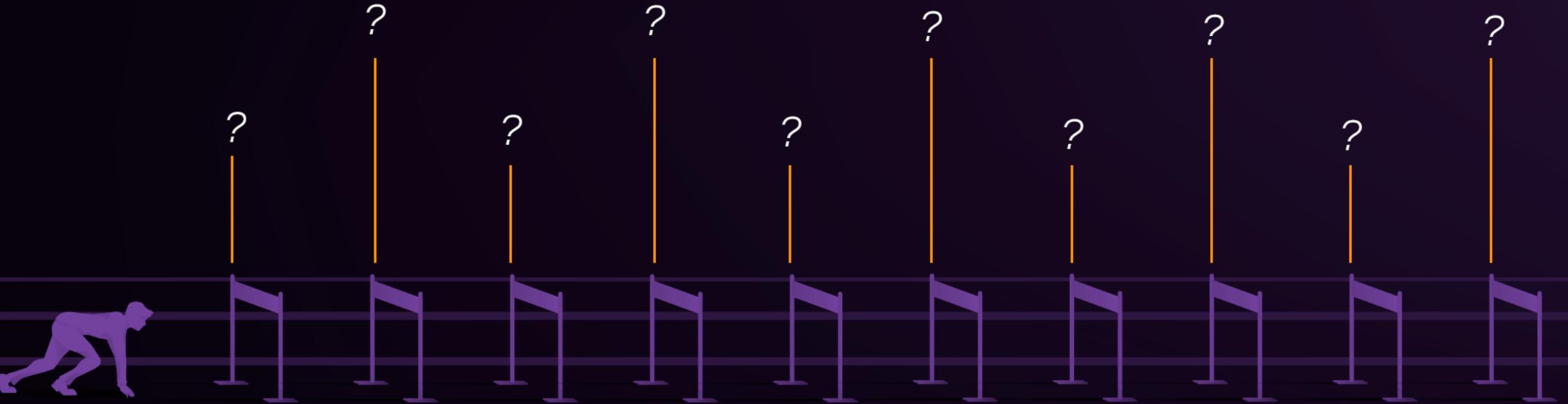


"A vulnerabilidade é a medida mais precisa da coragem."

Brené Brown



Momento 10traves



"A vulnerabilidade é a medida mais precisa da coragem."
Brené Brown



C.D.E.F.

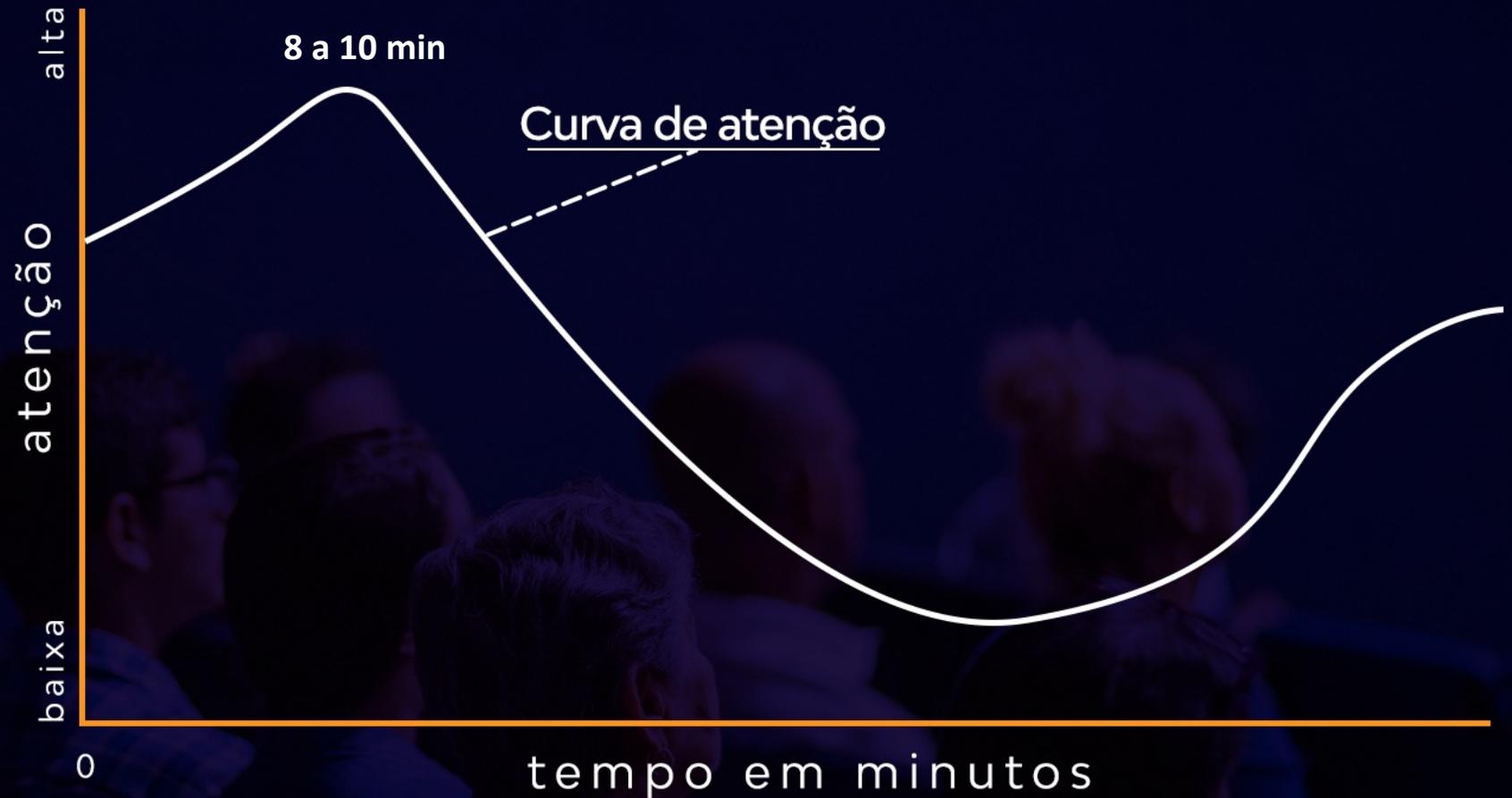
**COMUNICAÇÃO
DINÂMICA
EFICIENTE
E FÁCIL**

O caminho da fala



COMUNICAÇÃO DINÂMICA

C.D.E.F.



COMUNICAÇÃO DINÂMICA

FERRAMENTAS

Frase de impacto
História interessante
Fato bem-humorado
Reflexão
Benefícios para platéia



C.D.E.F.

Domínio do Conteúdo

A essência da fala

*Apresente dados
Conheça o público
Saiba o tempo de fala
Recursos visuais*



Poder de Síntese

A objetividade da fala

Qual a mensagem?

*Até 5 tópicos mais importantes
(até duas frases)*

Clareza

(8 a 12 segundos para explicar)



C.D.E.F.

Ritmo e intensidade

A música da fala

*Respiração
Dicção
Vocabulário*



Trava-línguas

melhorar a pronúncia

C.D.E.F.

BRADRA - DRABRA - BLADLA - DLAFLA

BREDRE - DREBRE - BLEDLE - DLEFLE

BRIDRI - DRIBRI - BLIDLI - DLIFLI

BRODRO - DROBRO - BLODLO - DLOBLO

BRUDRU - DRUBRU - BLUDLU - DLUBLU

CRAFRA - FRACRA - CLAFLA - FLACLA

CREFRE - FRECRE - CLEFLE - FLECLE

CRIFRI - FRICRI - CLIFLI - FLICLI

CROFRO - FROCRO - CLOFLO - FLOCLO

CRUFRU - FRUCRU - CLUFLU - FLUCLU



Trava-línguas

melhorar a pronúncia

C.D.E.F.

Brito britou de brilhantes brincando de britador

O padre pouca capa tem, porque pouca capa compra

A lara agarra e amarra a rara arara de Araraquara

Em rápido rapto, um rápido rato raptou
três ratos sem deixar rastros

A aranha arranha a rã. A rã arranha a aranha.
Nem a aranha arranha a rã. Nem a rã arranha a aranha.



Trava-línguas

melhorar a pronúncia

C.D.E.F.

Toco preto, porco fresco, corpo crespo

Fala, arara loura. A arara loura falará

A filha da Xuxa se chama Sasha

Bagre branco, branco bagre

O original não se desoriginaliza

Fui caçar socó. Cacei socó só. Soquei socó no saco,
socando com um soco só.



Enriquecendo Vocabulário

C.D.E.F.

Troque isso

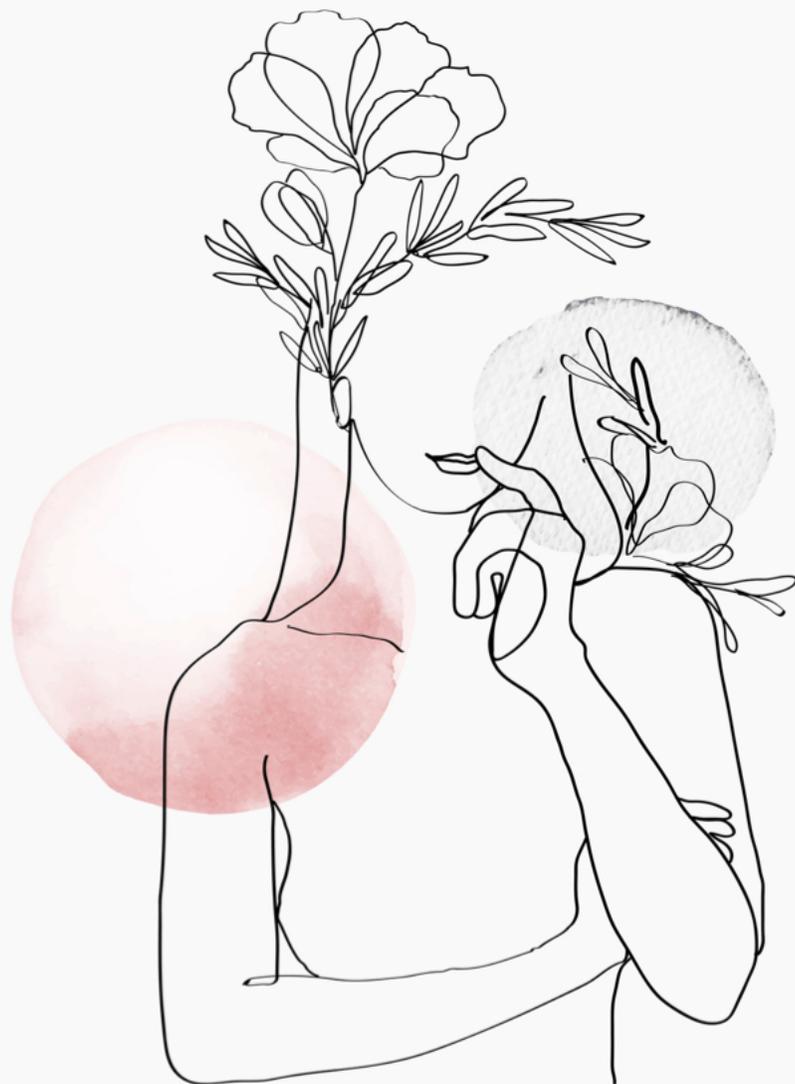
Muita raiva
Muito grande
Muito ruim
Muito bonito
Muito limpo
Muito engraçado
Muito cansado
Muito inteligente
Muito pequeno
Muito medo
Muita fome



Por isso

Raivoso
Enorme
Péssimo
Lindo
Impecável
Hilário
Exausto
Genial
Minúsculo
Apavorado
Faminto





“ NA
COMUNICAÇÃO
NÃO VERBAL
É ONDE A
AUTOCONFIANÇA
SE EXPRESSA. ”



C.D.E.F.

Expressividade

Além da fala

O corpo fala
7 segundos (primeira impressão)
Ocupe os espaços
Contato Visual



C.D.E.F.

Naturalidade Robotização X

A autenticidade da fala

*Inspire-se, não copie
Seja autêntico*



Improviso x Despreparo

*O músico que melhor improvisa
é o que mais domina seu instrumento.*



MEDIA TRAINING

O que é notícia (veículo e deadline)

Esteja preparado e tenha uma mensagem.

Foque na informação.

Uma boa entrevista é uma boa conversa.



MEDIA TRAINING

Não se deixe intimidar.

Se não puder responder, explique o motivo.

Defina, não se defenda.

*A entrevista só termina quando a
equipe vai embora.*



Destrave

INTERNET

Novo formato?





A **boa** exposição

Destrave



A **boa** exposição

**Precisa de
um bom
enquadramento.**



Destrave



A boa exposição

**Precisa de
uma boa luz.
Natural ou não.**



Destrave



Destrave

A **boa** exposição

**Precisa de
uma boa
composição.**





A **boa** exposição

**Só acontece
com disposição.
Esteja confortável.**



A RÁDIO TV DA INTERNET

O áudio tem atenção especial

Mais conversa, menos entrevista

Câmera discreta
(não representa o telespectador)



A man in a dark t-shirt is speaking into a microphone on the left side of the frame. In the background, a woman with long dark hair is smiling and looking towards him. Another person is partially visible behind her. The scene is dimly lit with a blue and purple color cast. The word "DINAMIMIZE" is overlaid in large white letters across the center.

DINAMIMIZE



Desenvolva

Oratória é como esporte, exige dedicação e treino.

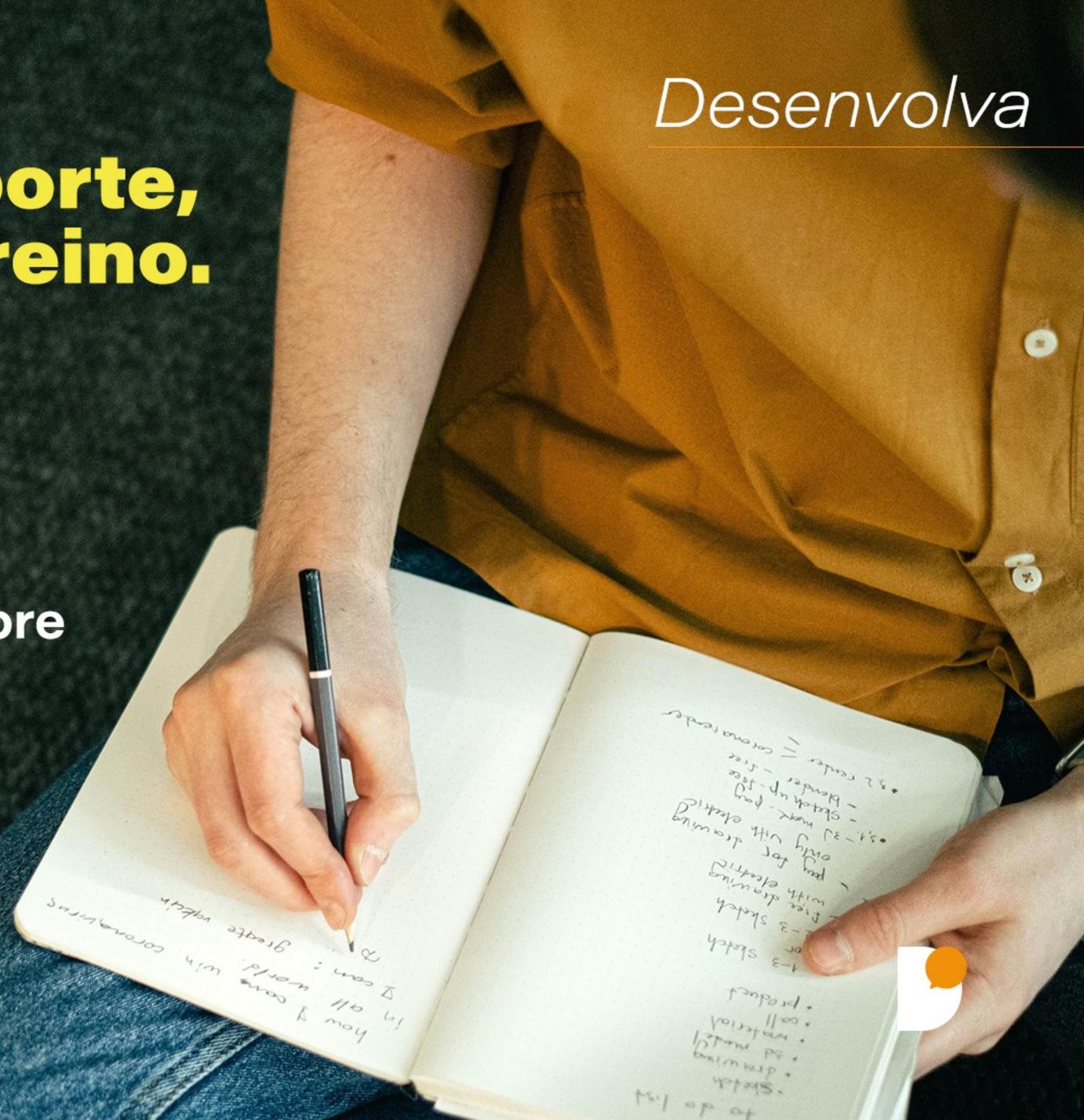
Administre seu tempo, priorize;

Comece o dia com informação;

Tenha feedbacks periódicos sobre
sua comunicação;

Acolha o processo e
mantenha o foco;

Celebre as vitórias;



“ TRAVAR?
SÓ SE
FOREM
BATALHAS!
”

