

Dimensões da Comunicação

Vocal e Corporal



DIMENSÃO VOCAL

Nossa voz é produzida pela expiração que canalizamos para as pregas vocais, criando-se daí uma massa de ar sonora. Emitimos os sons das vogais e das consoantes por meio da movimentação de músculos da face que acionam lábios, língua, maxilar, abertura e fechamento da boca. Nossa voz tem um conjunto de características que precisa ser desenvolvido para gerar uma emissão harmônica e agradável. Tais características são: dicção, pronúncia, ênfase, entonação, expressão, articulação, velocidade, ritmo, altura e intensidade.

Um outro artifício utilizado pelo orador é a chamada pausa oral entre o que deve ser colocado no decorrer da fala. É a chamada pausa oratória, é diferente das estabelecidas pelas regras gramaticais denominadas de pausas sintáticas. Ela não depende de regras absolutas, mas de condições ou estratégias de convencimento e persuasão que o próprio orador deseja passar aos seus ouvintes.

A pontuação oral é marcada pelo ouvido, regulada pelos sentimentos que devemos fazer ressaltar, e pelas ideias que temos de colocar em maior relevo. Para isso, o orador deverá conhecer bem o texto e fazer um estudo atencioso para entender o conteúdo e poder explorá-lo criativamente, dando-lhe o sentido que deseja, verificando também, a respiração para que a pronúncia flua com facilidade.

Dicção

A dicção é a pronúncia dos sons das palavras. A deficiência na dicção é quase sempre provocada por negligência. É costume quase generalizado omitir os R e os S no final das palavras. Um exercício útil para melhorar a dicção é fazer leitura em voz alta.

Uma pronúncia defeituosa advém de razões físicas e psicológicas. A voz determina a própria personalidade de quem fala. Se estamos alegres, tristes, apressados, seguros, etc. A primeira identificação desse comportamento é transmitida pela voz.

Pronúncia

É a articulação que dá clareza e nitidez à palavra. A boa articulação faz ressaltar todas as qualidades da voz. Elementos fundamentais: vogais + consoantes + sílabas.

Ênfase

É a energia da fala, a vitalidade das palavras faladas. A colocação correta da sílaba tônica é o primeiro passo na ênfase, porque a força e a vida das palavras estão na sua tônica. Assim como a palavra tem a sua sílaba tônica, em uma frase existem palavras que exigem maior ênfase ao serem enunciadas.

Entonação

É a música da linguagem. Cada palavra tem a sua entonação certa, sugerida pelo seu significado. A variedade melódica da entonação tem por finalidade facilitar a compreensão.

Ritmo

Qual a velocidade correta a ser empregada na fala? Rápida, muito rápida, lenta, muito lenta?

Cada orador e cada assunto terão sua velocidade própria, dependerão da capacidade de respiração, da emoção, da clareza da pronúncia e da mensagem transmitida. Ao pronunciar a oração: “passou rápido como a luz”, é natural que aceleremos o ritmo da fala.

Altura e Intensidade

É preciso exercitar e variar a intensidade da voz.: forte ou fraca. A voz precisa encontrar a altura adequada – aguda ou grave – para não irritar os ouvintes. A voz é o veículo fundamental no transporte da mensagem e que, portanto, requer cuidado para não prejudicar a comunicação.

DIMENSÃO CORPORAL

A dimensão corporal relaciona-se tanto com o estado corporal: idade, sexo, aparência, cuidados, estado de espírito, tamanho, origem, como também com nossa comunicabilidade. É a comunicação por meio dos gestos, do olhar, e da expressão facial.

O psicólogo americano Albert Merabian em seu livro *Silente messages* informa que 7% do que comunicamos é representado por palavras, 38% por qualidades vocais e 55% pelo corpo.

O olhar cria conexão com a platéia. Com ele, o orador colhe informações da audiência. Olhar no outro tem grandes benefícios. É por meio do olhar que adentramos no mundo interior das pessoas e somos capazes de influenciá-las. Quando olhamos para alguém captamos o que nos é transmitido, ou melhor, registramos o que somos capazes de perceber e fazemos nossa interpretação. Com nossa avaliação, concluímos se a pessoa está calma ou não, a classificamos como simpática, interessante, agradável, alta, baixa, etc. Captamos seus gestos, seu olhar, sua movimentação corporal e verificamos se há uma congruência entre sua expressão corporal e aquilo que diz. Nós expressamos as ideias e as emoções através do corpo. É bom que saibamos valorizá-lo, tornando-o mais saudável para uma vida mais prazerosa.

A dificuldade de olhar no outro tem origens diversas: pode ser por causa da educação severa, aspectos culturais, timidez, medo de ser mal interpretado ou de correr risco de fracassar.

Como olhar para a platéia?

Muitas pessoas têm essa dificuldade e acabam olhando para cima, para baixo, para um ponto fixo no fundo da sala...

Se você é uma dessas pessoas, então deverá iniciar um processo gradativo de superação, caso deseje realmente perseverar nos caminhos da oratória. É um processo de paciência e determinação. Você deverá começar olhando para a pessoa com quem estiver conversando. Um olhar de interesse sobre o que ela fala, tentando captar o que realmente ela deseja com o que diz. Aos poucos, você deverá estar lançando este mesmo olhar de interesse para as pessoas, mostrando o quanto você se importa com elas, e o quanto a mensagem que deseja passar pode lhes ser útil.

Este processo demora um pouco. Continue tentando e veja os resultados.

A expressão facial é um dos recursos valiosos do qual o orador deve lançar mão durante a sua fala; é o modo especial de externar emoções, enriquecendo a expressão da palavra, reforçando.

A aparência é nosso primeiro cartão de visita e pode nos abrir muitas portas quando sabemos utilizá-la em nosso benefício, principalmente quando estamos à frente das pessoas. É importante observar que imagem passamos para elas. Será que condiz com o que sinto e penso? O que posso

fazer para mudar? Estou disposto a mudar? Que passos deverei dar para fazer essas mudanças? Quais são meus pontos fortes?

Os gestos são um poderoso meio de comunicação e revela a emoção ou o estado de ânimo em que nos encontramos.

O palestrante, ao falar ao público, deve evitar alguns gestos inconvenientes como por exemplo:

Mãos cruzadas na frente do corpo

Mãos atrás do corpo

Mãos no bolso

Mãos na cintura

Mãos segurando um objeto qualquer

Coçar-se

Cruzar os braços

Apoiar-se na mesa ou no microfone

O que fazer então? O ideal é adotar uma postura básica e neutra. Evite segurar as mãos. Deixe os braços soltos ao lado do corpo, onde os gestos nascem e morrem. Isto não significa ficar retesado, em posição rígida, sem piscar ou se movimentar ou falar o tempo todo desta maneira. Significa agir com naturalidade.

Fonte: PASSADORI, Reinaldo. Comunicação essencial: estratégias eficazes para encantar seus ouvintes. São Paulo: Ed. Gente, 2003.