TED Talks: O guia oficial do TED para falar em público

TED Talks: O guia oficial do TED para falar em público
Ano de publicação: 2016
Autor: Chris Anderson
240 páginas
Link para compra: https://amzn.to/2lVteow

O livro “TED Talks - O guia oficial do TED para falar em público”(2016), cujo o título original em inglês é "*TED Talks: The Official TED Guide to Public Speaking*", do autor Chris Anderson, o atual presidente do TED nos ensina todo o processo de preparação de uma palestra, como também nos mostra o que devemos fazer ao chegar no palco.
Ele nos ensina, quais são os fundamentos para uma boa palestra, quais são as dinâmicas, o que você deve usar, e nos mostra como esses fatores fazem toda a diferença para evitar o nervosismo.
Além disso, Chris Anderson nos encanta contando alguns casos de palestras, as histórias dos maiores palestrantes que passaram pelo TED. Ele compartilha no guia situações de como algumas pessoas subiram no palco.

Avaliação geral

8

9 Aplicabilidade
8 Inspiração
7 Inovação
9 Impacto no resultado
9 Estrutura

Principais ideias do livro

- Falar em público é sempre uma grande questão para muitas pessoas, mas todos nós conseguimos aprender a fazer isso;
- Mantenha contato visual para ganhar a confiança das pessoas;
- Utilize recursos visuais para te ajudar, mas lembre-se que eles precisam ser focados, esteticamente atraentes e bem construídos;
- Falar de forma espontânea ou roteirizada tem suas vantagens, você precisa descobrir exatamente qual método se adapta melhor a você;
- Dicas simples como respirar fundo e tomar água vão te ajudar a canalizar melhor a adrenalina no seu corpo.

Esse livro é indicado para quem?

O conteúdo desse livro é perfeito para todas as pessoas que sentem que o **medo de falar em público** está impedindo-os de alcançar seus objetivos.
Esse guia vai te ajudar a transmitir a sua ideia da melhor forma possível, fazendo com que as pessoas fiquem encantadas e interessadas no seu discurso.

Visão geral do livro

Overview: Fundamentos

Quem nunca sentiu aquele **frio na barriga**, aquele **nervosismo** antes de fazer uma apresentação? Pois é, a grande maioria das pessoas já passaram por isso um dia na vida e é isso que Chris Anderson nos mostra. Ele traz depoimentos de pessoas e até dele mesmo de como foi superar isso, mostrando que você também pode criar essa habilidade.

A ideia central do autor se refere a transmitir uma ideia na qual você acredita que vale a pena ser divulgada, sendo capaz de fazer uma ótima palestra.

Afinal, ela foi a criadora da ideia, a mente pensante, então ninguém melhor para compartilhar sobre o assunto do que ela mesma.

O mais importante para se falar em público não é a famosa autoconfiança, ou a assombrosa presença de palco, ou o "falar bem" tão temido, mas sim ter algo que realmente seja importante a dizer.

> *"O que importa é que os oradores se sintam à vontade e confiantes, fazendo sua apresentação de modo que melhor lhes permita focar no assunto que os entusiasma."*
> *(Chris Anderson)*

Quatro estilos a serem evitados

A Conversa de vendedor

A dica é não tentar se promover ou se vender o tempo todo, pois esse tipo de comportamento é rejeitado pela plateia e acaba gerando o efeito reverso a intenção.

Divagações

Palestras sem direção clara, com ideias avulsas lançadas, sem algo que prenda a atenção da plateia não é recomendada.

O Tédio Organizacional

Por mais interessante e magnífica que sua organização seja, discorrer sobre quão boa ela é e como os seus colaboradores são ótimos, sem dúvida não irá prender a atenção da plateia, então é indicado evitar esse tipo de discurso.

O Desempenho Motivador

Terminar uma palestra e ser aplaudido de pé pelo público é, sem dúvida, algo muito gratificante. Mas para alcançar esse êxito é importante lembrar que não podemos tentar copiar outros palestrantes que admiramos, pois ao fazer isso podemos aparentar forçados demais e alcançar o objetivo contrário, que seria o tédio e a reprovação dos espectadores.

Concentre-se em quem você é e na ideia que deseja passar para o público, assim não frustrará as expectativas da plateia e alcançará o êxito.

Overview: Ferramentas da Palestra

É bem mais fácil ouvir alguém quando nos identificamos com aquela pessoa, não é mesmo? E é exatamente isso que o autor traz para nossa reflexão. Sua tarefa como palestrante é fazer você criar um laço de confiança com a pessoa que está te ouvindo, para que ela possa abrir a mente, ouvir e entender a sua ideia.

Uma das dicas que o autor Chris Anderson apresenta no guia está relacionado ao contato visual com a plateia desde o início, bem como mostrar sabiamente a vulnerabilidade, fazer a plateia rir ao invés de contorcer de tédio, refrear o ego e, sem dúvida, contar aquela boa e velha história.

É natural que, ao ouvir uma história, a pessoa gere uma empatia com as experiências vividas pelo palestrante e até mesmo admiração, o que faz com que ela esteja mais disposta a ouvir e absorver a ideia que você tem para passar.

Uma das ferramentas mais importantes também para uma boa palestra é saber como explicar claramente um conceito que seja de difícil compressão. Algumas dicas são:

Apresentar os conceitos um por vez

Se ao longo da palestra for construído uma linha de conhecimento, que vai aumentando gradativamente, isso facilita o entendimento do ouvinte, que consegue prestar mais atenção no que está sendo apresentado.

Despertar curiosidade

Essa é uma excelente técnica, pois a pessoa ficará atenta para saber o que será falado falar em seguida e, assim, ficará com a atenção voltada para você, o que facilitará a compreensão do ouvinte.

Utilizar metáforas

Nada melhor do que comparar um conceito difícil com algo que seja de fácil compreensão.

Dar exemplos

Isso sem dúvida faz toda a diferença, pois ajuda o ouvinte a verificar se realmente ele entendeu a ideia que você está apresentando.

Overview: Processo de Preparação?

Nesses capítulos, o autor examina cuidadosamente os quatro elementos primordiais no processo de preparação da palestra, que irão fazer a sua apresentação passar de sapo a príncipe de cavalo branco.

Será que devo incluir imagens?

Essa avaliação fará toda a diferença no momento de sua apresentação, pense que é melhor não ter imagens do que ter imagens ruins.

O motivo claro para se colocar uma imagem é mostrar algo que seja difícil descrever com palavras, afinal, como diz o velho ditado, uma imagem vale mais do que mil palavras (mas não podemos deixar de lado a importância de boas palavras também).

É necessário criar um roteiro e decorar cada vírgula?

Nesses capítulos, o autor, através de exemplos, nos mostra, que tanto uma palestra roteirizada como uma palestra sem roteiros podem ser ótimas, cada uma tendo as suas estratégias e se adequando sempre à personalidade do orador.

Como exercitar os dois tipos de palestra?

Palestras roteirizadas

1. Saiba bem o texto, tenha ele na ponta da sua língua, de modo que o ouvinte jamais perceba que é um roteiro.
2. Recorra ao roteiro. Mas cuidado! Eu não disse “leia o roteiro diante da plateia”. Tenha ele próximo em uma tela ou em um púlpito, porém cuidado para nunca perder o contato visual que é primordial.
3. Planeje seu roteiro em tópicos e procure expressar cada palavra de maneira espontânea.

Palestras não roteirizadas

1. Vale a pena trabalhar na transição de cada conteúdo, o que vai fazer com que toda a sequência da apresentação vá surgindo gradativamente;
2. Ensaiar a palestra diversas vezes para verificar se não está passando do tempo estimado pela pessoa responsável;
3. Cuidado para não deixar um conteúdo importante de fora da sua apresentação, exercite e organize as ideias.

Como deve ser o início e o fim para causar o máximo de impacto à plateia?

O autor nos mostra que nos primeiros minutos da palestra o ouvinte desperta o interesse pelo assunto apresentado por você. Já os últimos determinarão como a sua palestra será lembrada.

A dica é: não desperdice os primeiros minutos com conversa mole, inicie como um questionamento intrigante, uma afirmação que surpreenda, uma história ou algo que realmente vá chamar a atenção da plateia.

Após uma palestra maravilhosa, não estrague tudo nos últimos segundos do segundo tempo, afinal "*se o final não é memorável, a palestra inteira pode perder esse status*" (Chris Anderson).

Algumas das orientações de Chris Anderson é dar uma visão panorâmica do que foi falado ou convocar o ouvinte para uma ação.

Overview - No Palco

O que devo usar?

Nesse capítulo, Chris Anderson convida Kelly Stoetzel para dar conselhos.

Um de seus conselhos é se vestir de maneira que você se sinta bem e com segurança, porém não totalmente fora do que a ocasião pede, afinal, você não quer que o primeiro pensamento da plateia seja desleixado, de mau gosto ou até mesmo "peixe fora d'água".

Um dica muito importante é jamais escolher o que usar em cima da hora, pois isso só vai trazer desespero e não é isso que queremos, então pense com antecedência e escolha com calma. Mas nunca esqueça: o foco da palestra é a ideia que você estará levando e não a sua roupa.

Como controlar os nervos?

Os pontos que o autor Chris Anderson traz em seu guia para te ajudar a ter o controle que você precisa são:

- Use o medo como motivação;
- Deixe seu corpo ajudar;
- Beba água;
- Evite o estômago vazio;
- Lembre-se do poder da vulnerabilidade;
- Procure "amigos" na plateia;
- Tenha um plano B;
- Concentre-se no que está dizendo.

"O nervosismo não é uma maldição. Ele pode ser transformado e com isso gerar um ótimo resultado. Faça as pazes com seu nervosismo, reúna coragem e vá em frente."
(Chris Anderson)

O que outros autores dizem a respeito?

No livroComo falar em público e influenciar as pessoas, Dale Carnegie traz as técnicas que funcionaram para grandes oradores e também exemplos da vida real.
Tony Robbins, em Desperte seu Gigante Interior, explica que manter o comprometimento com suas decisões pode ser desafiador, mas quanto mais você tenta, mais fácil fica.
Por fim, em Os Segredos que vão mudar a sua vida, encontram-se diversas lições sobre o sucesso, sendo que este está atrelado, segundo a obra, a um plano pessoal que deve ser executado utilizando-se os poderes do subconsciente humano.

Certo, mas como eu posso aplicar isso na minha vida?

Não existe uma fórmula mágica para se tornar um orador de sucesso da noite para o dia, mas com tempo e esforço isso pode ser moldado.
Vamos ver algumas dicas que irão te ajudar:

- Acredite que você pode se tornar um orador de sucesso;
- Identifique em qual etapa você tem mais dificuldade;
- Treine bastante e procure estratégias que podem tornar esse momento mais agradável;
- Tenha sempre algo em mente esquematizado e esteja confiante daquilo que você sabe.

Se você gostou desse livro, aproveite para conhecer nosso acervo completo com centenas de Pocketbooks dos maiores sucessos nas áreas de gestão, marketing e vendas, liderança, estratégia, desenvolvimento pessoal e empreendedorismo!

Clique e acesse agora: www.pocketbook4you.com

O conteúdo apresentado acima traduz a visão e análise crítica da nossa equipe de redatores, respeitando os fundamentos de propriedade intelectual no Brasil (artigo 8, inciso I). Nenhuma parte do livro está sendo copiada. São conteúdos únicos e exclusivos, sempre dando créditos aos autores e indicando o link para aquisição da obra completa. A PocketBook4You respeita o código de direitos autorais de acordo com o estabelecido na legislação brasileira, Lei 9.610/98. Este conteúdo é de propriedade exclusiva da PocketBook4You e está protegido pela Lei de Direitos Autorais em seus artigos 46, I, (a) e em seu artigo 47, isso porque não se trata de reprodução e também não lhe implicam qualquer descrédito, pelo contrário, o direito moral é protegido e, como ressaltado anteriormente, o leitor recebe um link para adquirir a obra. É proibida a reprodução deste material sem a autorização da empresa.