

7.1 LEIA O ARTIGO

Treino 1: Transmitir Uma Comunicação

Propósito

Este exercício ensina-lhe a transmitir uma comunicação a outra pessoa para que ela receba e compreenda o que você lhe está a perguntar ou a mandar fazer. Só porque você diz algo à outra pessoa não significa que ela ouvirá a comunicação ou a compreenda. A sua comunicação tem de ser suficientemente clara e em voz suficientemente alta para ser compreendida.

Posição

Você e a outra pessoa estão sentados a cerca de um metro de distância, frente a frente.



Instruções

Este exercício é realizado da seguinte forma:

Encontre um livro de história muito simples como *Alice no País das Maravilhas*, que é o melhor para se usar se o conseguir encontrar, já que há muitos lugares na história em que a comunicação é usada. Por outras palavras, o texto do livro diz “Ele disse...” e “Ela disse...”

Você: Escolha uma frase do livro. Leia a frase em voz alta para a pessoa à sua frente, mas omita o *ele disse* ou *ela disse*.

Por exemplo, uma frase do livro *Alice no País das Maravilhas* diz:

“Não, vou olhar primeiro”, disse ela.

Quando lê essa frase para a pessoa à sua frente, você diz: “Não, vou olhar primeiro.”

Primeiro leia a frase para si mesmo. Depois pense na frase e faça com que esta seja o seu próprio pensamento. Depois diga a frase à outra pessoa como se fosse a sua própria ideia. Quando a transmite à pessoa, ela deve soar natural, não como algo que está apenas a ler em voz alta. Também deve ser alto o suficiente para que a pessoa oiça claro o suficiente para que ela o compreenda.

Treinador: Quando estiver satisfeito de que aquilo que o estudante disse chegou onde você está e você compreendeu-o, diga: “Ótimo.”

Leve o estudante a repetir qualquer frase que não chegou aonde você está, até estar satisfeito de que ela chegou. Em seguida, dê um aceno de receção dizendo “Ótimo”.

Você: Depois do treinador disser “Ótimo”, escolha outra frase do livro e continue o exercício, repetindo estes passos.

Fraseado

O treinador diz “Começa” para iniciar o exercício, “Ótimo” se a comunicação for recebida ou “É tudo” se a comunicação não for recebida. “É tudo” também é usado para interromper para um diálogo ou para terminar a atividade. Se o exercício for interrompido para uma discussão, o treinador tem de dizer “Começa” novamente antes de retomar o exercício.

Resultado Final

O exercício é feito até que ocorra cada uma das seguintes situações:

1. Sinta que é capaz de transmitir confortavelmente uma comunicação como se ela fosse o seu próprio pensamento.
2. A sua comunicação seja recebida e compreendida pela outra pessoa.
3. O seu treinador esteja satisfeito de que você o pode fazer.