

Porque Falar em Público Pode Ser Tão Difícil

De um lado existem aqueles "políticos" natos. Se eles estão perto de pessoas e precisam falar alguma coisa, as palavras saem naturalmente e com fluidez. Qualquer que seja o tema, esses habilidosos indivíduos sabem como falar em público da melhor maneira possível, sem sentirem medo nem ansiedade, nada. Com eles, as coisas simplesmente funcionam. Do outro lado, existem as pessoas com dificuldades. Mesmo numa reunião de trabalho escolar, a ideia de precisar falar em público já gera um grande incômodo em suas mentes. Elas podem chegar na hora H e se sentirem tão mal, mas tão mal, que não conseguem nem abrir a boca quanto mais, fazer um trabalho decente. Mas porque será que alguns parecem ter nascido habilidosos enquanto outros sofrem tanto ao falar em público? Existe uma coisa chamada tendência natural. Eu conheço um cara extremamente tímido, inseguro, ansioso e com medo de tudo. Mas por algum motivo desconhecido, ele arrasa sempre que precisa falar com várias pessoas ao mesmo tempo. Ao falar em público, parece que sua personalidade muda completamente e ele se torna a pessoa mais extrovertida do mundo, capaz de contagiar milhares de pessoas com os seus discursos. Esse cara nunca tentou fazer bons discursos, ele nunca se importou. Nunca estudou, nunca teve medo, nunca leu nada sobre o assunto e provavelmente nunca vai ler. Mas, porque ele tem essa habilidade natural, falar com muita gente é fácil para ele. Mas não, nem todos os grandes apresentadores, políticos e etc, nascem já sabendo como falar em público. A verdade é que muitos dos grandes, sofriram de muito medo e ansiedade no começo também. Enfim, engrate mas muitos deles são grandes apresentadores justamente porque quando eram criança, sofriram demais. Por isso eles decidiram lutar contra os seus medos e a vontade de vencê-los era tão grande que além de se saírem muito bem da batalha, ainda se tornaram grandes apresentadores. Portanto, se falar em público é extremamente difícil para você, não pense que esse problema continuará na sua cola para sempre. Alguns parecem nascer com as habilidades, mas muitos, mesmo em situações piores do que a sua conseguem vencer todos os seus obstáculos com apenas um pouco de dedicação e esforço. Saiba que nada é impossível ;)

Sobre o Autor

Michael Lesenfant é um expert em [como falar bem](#). Ele publica artigos sobre oratória como [Dicas Para Diminuir a Ansiedade](#) e [Dicas Para](#)

Source: <http://www.artigopt.com>