



FOR YOUrope Youth

#EUnarrative

DICAS E TRUQUES PARA INTERVENIENTES EM DEBATES

Soluções simples para preparar e apresentar uma argumentação bem sucedida num debate.

ANTES: ENCONTRE OS FACTOS!

- > **Faça pesquisa relativa à sua argumentação**, procure factos, citações e números que corroborem o seu ponto de vista.
- > Por cada elemento que encontre para corroborar o seu caso, tente encontrar outro para **refutá-lo**. Esta informação será útil mais tarde para a sua preparação.
- > **Agrupe os factos por temas** para dar alguma ordem à sua pesquisa.

ANTES: DECIDA O QUE INTERESSA

- > Defina prioridades e decida quais são os seus **três «pontos-chave»**.
- > **Estruture o conteúdo** com princípio, meio e fim, **apresentando os argumentos** de forma fluída.
- > Prepare um **final poderoso**.
- > **No início**, pode escrever o seu discurso por extenso para o praticar, mas para o próprio debate **deve preparar cartões de orientação**.
 - São pequenos pedaços de cartão/papel (**por exemplo, de tamanho A5 ou A6 e fáceis de usar**) com os pontos principais do seu discurso. São fáceis de encontrar se se perder ou atrapalhar. Não se esqueça de numerar as páginas para conseguir saber sempre onde está!
- > Pode pensar em **utilizar um suporte adequado e escolhido com cuidado**, ao qual pode adicionar alguns efeitos especiais e impressionar a assistência.

ANTES: TROQUE DE LADO

- > **Pense** em contra-argumentos relativamente aos seus pontos, usando as informações que recolheu anteriormente.
- > **Imagine** outros pontos que a oposição possa levantar e procure factos para os refutar de acordo com a sua perspetiva.
- > O que é que o outro lado irá usar como três «**pontos-chave**» – como poderá refutá-los?
- > **Veja** se e como esta pesquisa poderá reforçar os seus próprios argumentos e dar-lhe outros novos.
- > **Atualize** o seu discurso em função disso.

ANTES: NÃO SE ALONGUE

- > Se ultrapassar o tempo que lhe foi atribuído, **o moderador vai cortar-lhe a palavra**, por isso precisa de praticar o seu discurso para controlar a extensão e o tempo.
- > **Leia o seu discurso em voz alta** – mas **não acelere** a uma velocidade vertiginosa amontoando todos os seus pontos de vista no tempo que lhe foi atribuído. No próprio dia isso não vai resultar – a assistêncianão vai conseguir percebê-lo e arrisca-se, mesmo assim, a alongar-se.
- > **Continue a retocar e a aperfeiçoar o seu discurso** até cobrir todos os pontos essenciais no tempo estipulado.
- > **Não se esqueça de prever tempo para pausas**, que podem ser usadas para criar um efeito dramático e para ajudar a assistência a interiorizar os pontos.
- > Por muito devagar que siga, **pode sempre abrandar ainda mais!**

ANTES: FAÇA-O À SUA MANEIRA

> Pense no estilo e no tom da sua prestação:

- Veja outros oradores online e decida qual a abordagem mais indicada para si.
- Fale com entusiasmo e energia – Se parecer aborrecido, a assistência vai aborrecer-se.

> A postura e a linguagem corporal também são importantes:

- Fique em pé, direito mas não rígido ou tenso.
- Pode fazer gestos, que também podem ser uma forma de enfatizar os pontos, mas não exagere.
- Se estiver a usar material de apoio, ponha-o de parte depois de o ter usado, para não perder mais tempo com ele e não distrair a assistência.
- Pratique mover a cabeça de um lado para o outro – **quase como um farol** – para dirigir o olhar e criar uma ligação com a assistência em toda a sala.

> Quando se sentir à vontade com o conteúdo, experimente ensaiar em frente a familiares ou amigos para se habituar a falar para uma plateia. **Previamente**, peça para lhe darem feedback em relação ao seu desempenho e ao conteúdo.

NO PRÓPRIO DIA: DESCONTRAIA

- > **Vista roupas confortáveis** – mas que não sejam demasiado informais. Vai querer que a assistência ouça o que está a dizer e não que se foque na roupa que vestiu.
- > **Evite roupa demasiado apertada** ou que faça transpirar – vai querer estar tranquilo, assim como soar e parecer tranquilo.
- > **Não mastigue pastilha elástica.**
- > **Lembre-se de levar consigo o seu guião com os pontos essenciais.**

NO PRÓPRIO DIA: SINTA AS VIBRAÇÕES

- > É importante **verificar a sala previamente.**
- > Como são **as condições acústicas?**
- > Vai precisar de falar **muito alto ou não?**
- > Existe **um púlpito** para os oradores? **Experimente ir para o púlpito** para sentir a sala.
- > **É fácil** manter contacto visual com todas as pessoas que estão na sala?
- > Onde vai **sentar-se?** E os seus opositores? Onde se vai sentar o moderador?
- > Verifique com o moderador qual o **sistema que** irão usar **para controlar o tempo.**

DURANTE: MANTENHA A CALMA

- > Quando chegar **a sua vez**, levante-se, **inspire devagar e profundamente**, sorria para a assistência e reveja mental e rapidamente os seus três «pontos-chave»; depois, comece a falar.
- > **Se perder o seu fio condutor** quando estiver a falar, mantenha a calma. **Faça uma pausa, respire fundo**, sorria para a assistência e procure de novo e com calma o seu lugar nos cartões de orientação.
- > **Não se esqueça** que praticou tudo isto e conhece os argumentos. **Só precisa de se libertar do stress** e vai lembrar-se de tudo; afinal, está bem preparado.
- > Não precisa de se **atrapalhar ou exaltar**. É apenas um debate!

DURANTE: MANTENHA A ASSISTÊNCIA CONSIGO

- > **Crie e desenvolva uma ligação** com a assistência através de um bom contacto visual. Não se esqueça de usar movimentos como se fosse um farol, movendo a cabeça de um lado para o outro, para olhar para todas as pessoas que estão na sala.
- > **É difícil monitorizar** o seu desempenho durante a apresentação, mas tente ir controlando a sua prestação:
 - Está a ir demasiado depressa?
 - Como está a sua postura?
 - Está a parecer entusiasmado?
 - A assistência está a acompanhá-lo ou estão distraídos?

DURANTE: MANTENHA A CALMA

> **Vá devagar!**

- Mesmo os oradores experientes, por vezes, dão por si a falar depressa demais.
- Ocasionalmente, pare para **respirar, sorria, ponha as ideias em ordem, verifique as suas notas** e recomece a um ritmo mais lento.
- **Se lhe parecer demasiado lento**, provavelmente é o ritmo certo para a assistência.

> Ao contestar o outro lado, **não recorra a ataques pessoais** – conteste o argumento e não a pessoa. Não é nada pessoal.

> **Divirta-se e aprecie o momento!**

DEPOIS: PASSE PARA O NÍVEL SEGUINTE

- > **Continue o debate** discutindo o que ouviu com a família e os amigos.
- > **Continue** a pesquisa.
- > **Envolva-se** noutros debates – ou organize um!
- > **Mantenha-se ativo** – procure e envolva-se em eventos e iniciativas, na sua zona ou online.