

## Thaís Alves



- Comunicadora, jornalista, radialista e apresentadora de televisão, coach de Comunicação e Imagem;
- Há mais de 35 anos aprimora a linguagem verbal e corporal de empreendedores, executivos e políticos na performance de palestras, apresentações a clientes, na comunicação de líderes e no contato com a imprensa;
- Com oito livros publicados e mais de 50 mil alunos treinados
- Professora convidada da Fipecafi-Fea (USP);
- Mestre de teatro jurídico na Faculdade de Direito do Mackenzie e consultora dos veículos Jovem Pan (Rádio AM e Portal) e TV Gazeta no programa “Todo Seu”, apresentado por Ronnie Von.



**AASP**

Associação dos Advogados  
de São Paulo



# **E O QUE É UM COACHING DE COMUNICAÇÃO E EXPRESSÃO?**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# É TER CONSCIÊNCIA

■■■■■■

**conhecimento que permite ao ser humano vivenciar, experimentar ou compreender aspectos ou a totalidade de seu mundo interior.....**



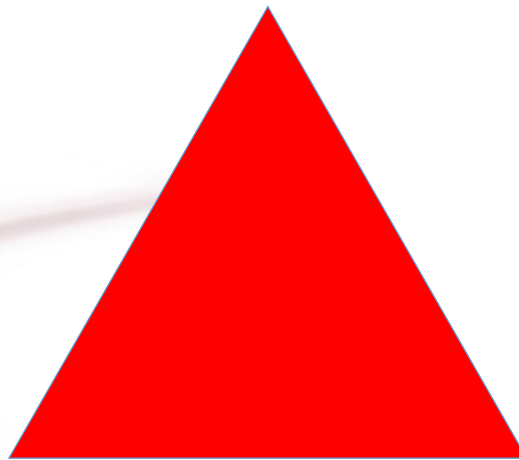
**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**SÓCRATES:**

**“CONHEÇA-TE E  
ABRA AS PORTAS  
DO UNIVERSO!”**

# **TRIPÉ DA COMUNICAÇÃO PODER PESSOAL**



**CONTEÚDO PERFORMANCE**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**TODA HISTÓRIA COMEÇA NO**

**ERA UMA  
VEZ...**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# E QUEM É O CONTADOR DAS HISTÓRIAS?



**VOCÊ**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# QUEM É VOCÊ?

**ESPELHO,  
ESPELHO MEU,  
QUEM SOU  
EU?**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo





# COMO ANDA SUA COMUNICAÇÃO



**AASP**

Associação dos Advogados  
de São Paulo



**O MUNDO  
EM**

**DIVIDIDO  
DOIS**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**OS  
INESQUECÍVEIS  
ISSS!**

**.....E OS QUE  
NÃO FAZEM  
FALTA**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**INESQUECÍVEIS  
PESSOAS  
ANIMADAS  
CORAJOSAS  
ABERTAS**

**'MÉS,  
'MÉS,  
'MÉS,  
'MÉS,  
'MÉS,**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**PESSOAS  
QUE NÃO FAZEM  
FALTA**

**DESANIMADOS-CANSADOS  
ENFEZADOS**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo





# ACREDITE



# TEMOS 2 CARAS



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**1\***

**1\* DICA**

# **IMPRESSÃO**

**É A QUE FICA**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**4<sup>s</sup>**

# **SUA ÚNICA CHANCE**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



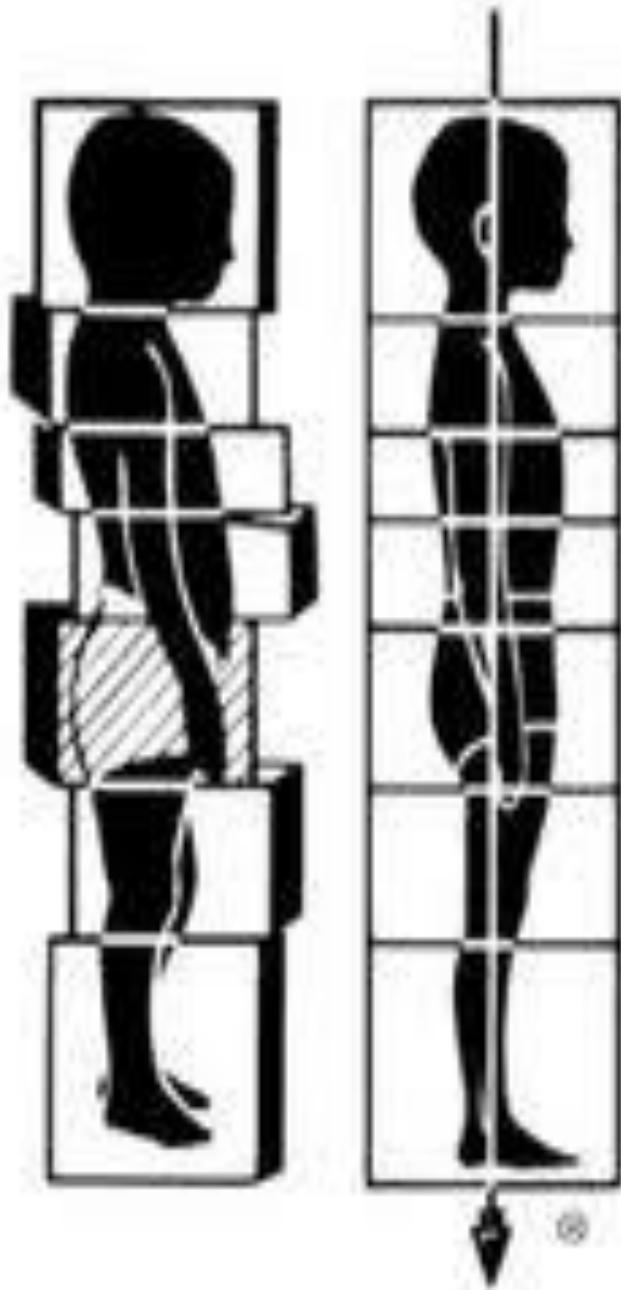


# 2\* DICA



**NO**





**NOSSO  
CORPO  
COMUNICA**

**TODAS**

**AS HISTÓRIAS**

**AS BOAS  
E AS NÃO TÃO  
BOAS**

# EMOÇÕES

**CABEÇA:** VIDA MENTAL

**OMBROS:**  
RESPONSABILIDADE

**PEITO:** VIDA EMOCIONAL  
ANSIEDADE - CORAGEM

**ESTOMAGO:** MEDOS

**BARRIGA:** EXPECTATIVA

**PELVIS:** PRAZER – PODER

**JOELHOS:** RIGIDEZ/  
FLEXIBILIDADE

**PÉS:**  
CONFIANÇA/DESCONFIANÇA



# 3\* DICA - MARCA PESSOAL



**LADO A**

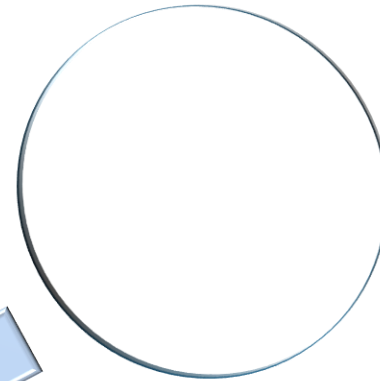
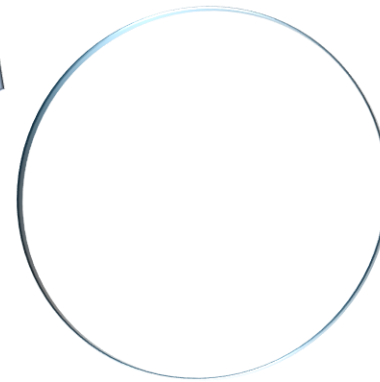
**VOCÊ  
DIVINO  
MARAVI  
LHOSO!**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo







**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# LADO B

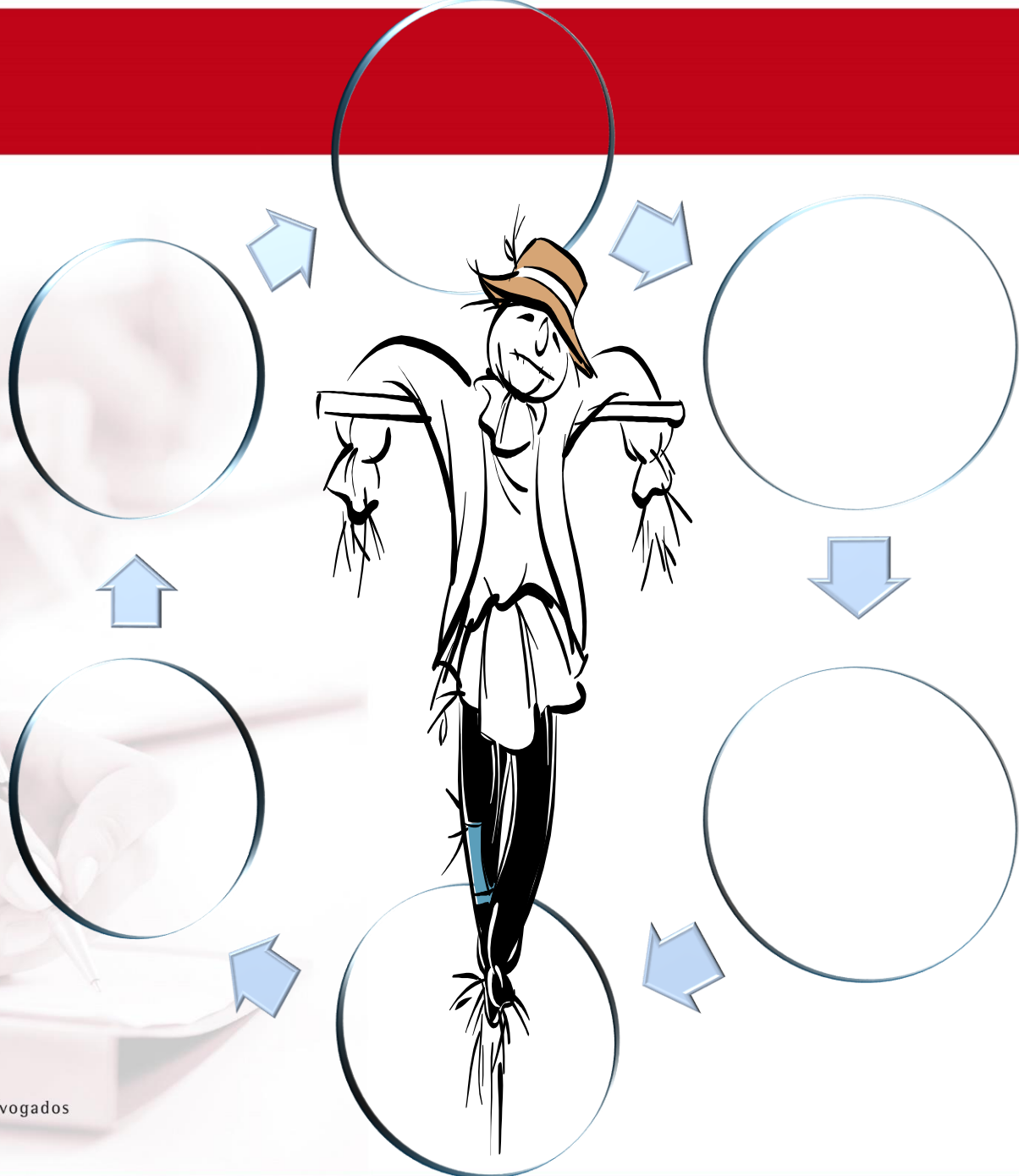
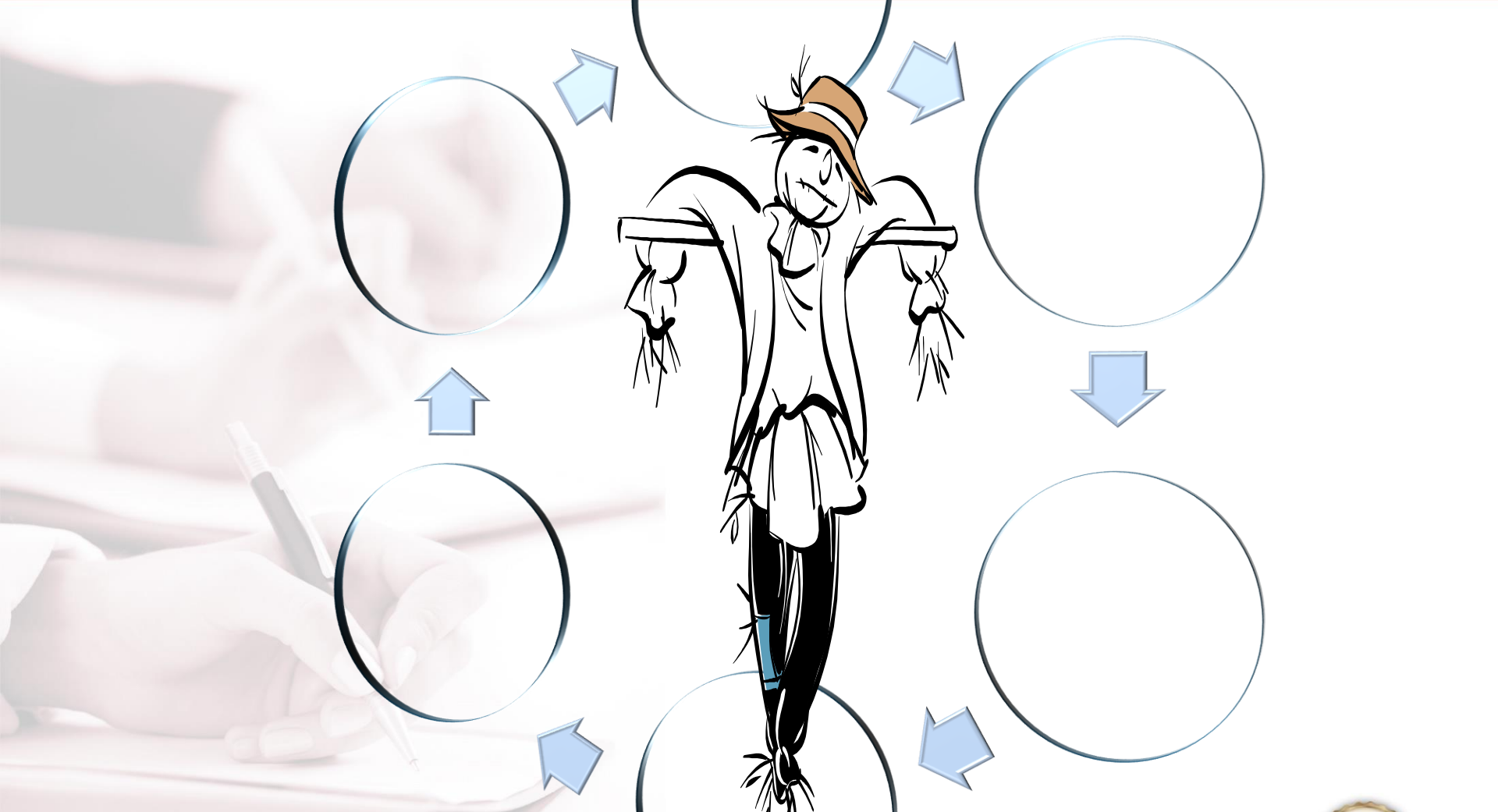
**VAIDOSO  
PREPOTENTE  
MESQUINHO  
IMPACIENTE  
MEDROSO  
CRÍTICO**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo







**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# O SAPO

Rubem Alves

Era uma vez um lindo príncipe por quem todas as moças se apaixonavam. Por ele também se apaixonou uma bruxa horrenda que o pediu em casamento.

O príncipe nem ligou e a bruxa ficou muito brava. “Se não vai casar contigo não vai se casar com ninguém mais!” Olhou fundo nos olhos dele e disse: “Você vai virar um sapo!” Ao ouvir esta palavra o príncipe sentiu uma estremeção. Teve medo. Acreditou. E ele virou aquilo que a palavra de feitiço tinha dito. Sapo. Virou um sapo.

Bastou que virasse sapo para que se esquecesse de que era príncipe

.....

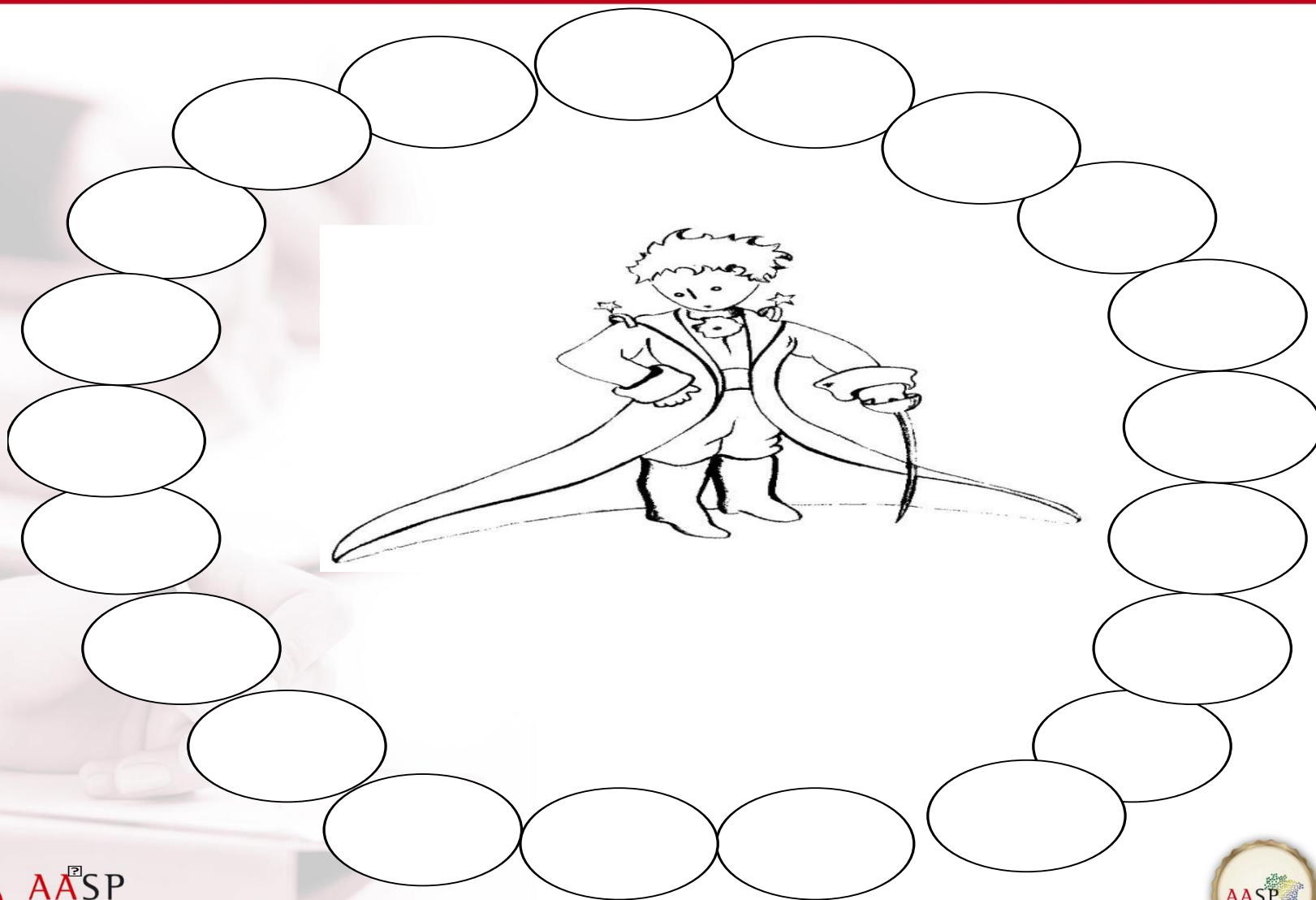


**AASP**

Associação dos Advogados  
de São Paulo

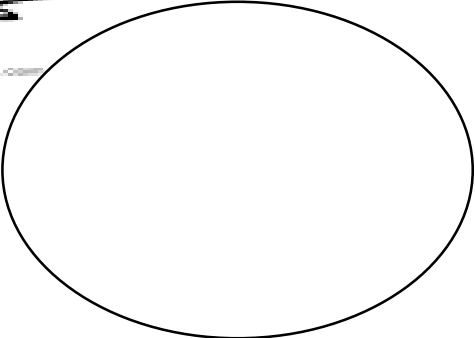
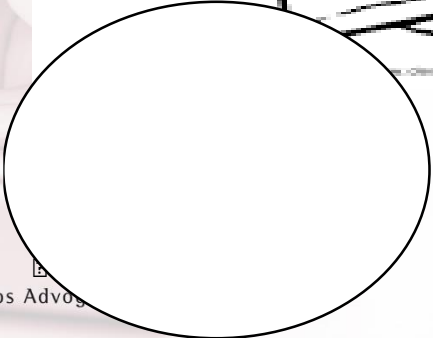
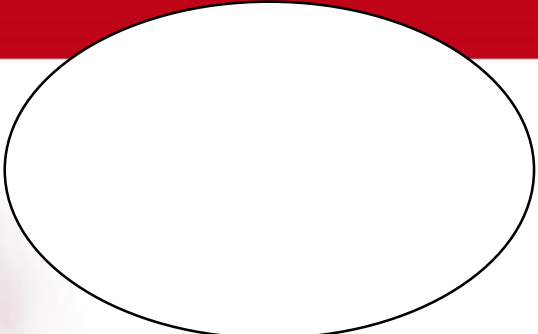
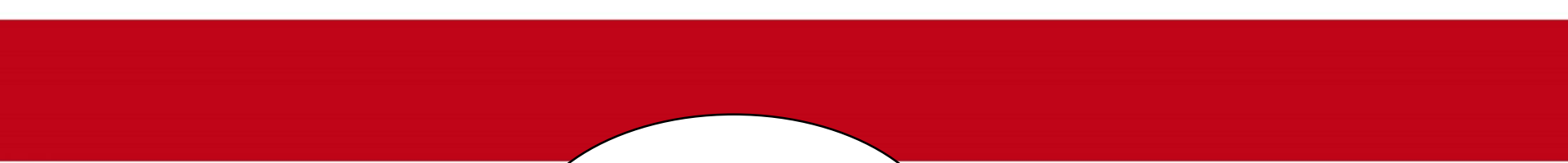


# TALENTOS



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo





**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**4\*DICA**

**ACREDITE**

**VOCÊ É LEMBRADO PELO  
O QUE É**

**E NÃO PELO O QUE SABE**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**COMUNICAÇÃO VERBAL:**

**7%**

**SABER**

**OUTRAS:**

**93%**

**SER**

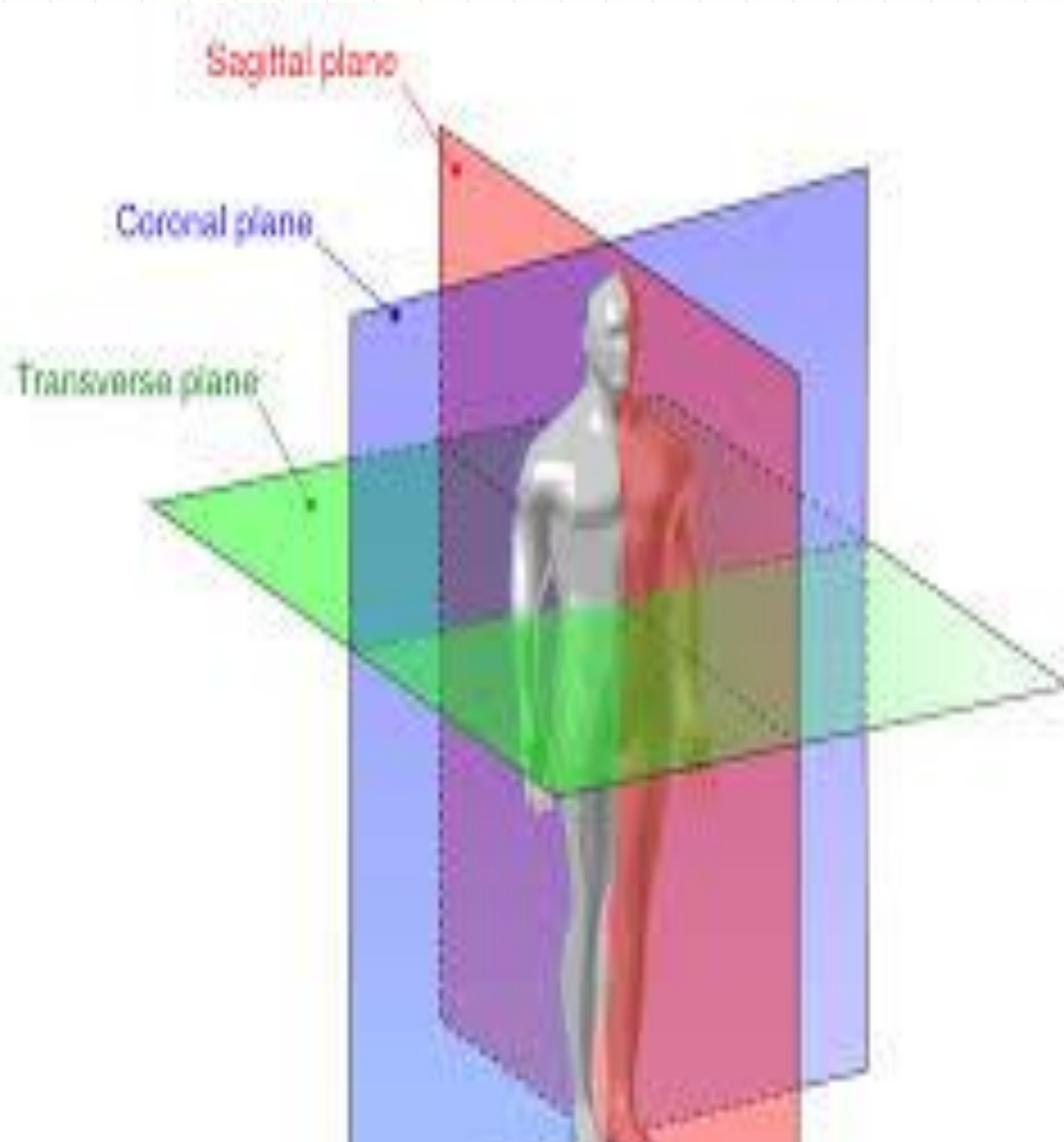


**AASP**

Associação dos Advogados  
de São Paulo



# 93% DE VOCÊ



# PRESENÇA PESSOAL

1. PÉS
2. PÉLVIS
3. COLUNA
4. PEITO
5. RESPIRAÇÃO
6. VOZ
7. BRILHO



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo





**5\* DICA**  
**VOCÊ +**  
**7 BILHÕES**  
**PESSOAS**

**COMO CONQUISTÁ-LAS?**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**SOMOS  
VISTOS  
OUVIDOS  
JULGADOS  
ROTULADOS**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# AÇÃO REAÇÃO CONSEQUÊNCIA



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# TUDO TEM UM PREÇO



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**FALE, MAS  
PENSE ANTES  
DE ABRIR A  
BOCA**

**FAÇA, MAS  
PENSE  
ANTES DE  
AGIR**

# 6\* DICA - ONDE ESTOU?





**EMPATIA**  
É  
**QUEM  
SE COLOCA  
NO LUGAR DO  
OUTRO**



**AASP**

Associação dos Advogados  
de São Paulo





**7\*DICA**

**NA COMUNICAÇÃO  
O OUTRO É**

**MAIS  
IMPORTANTE  
QUE VOCÊ**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**PORQUE  
É ELE QUEM**

**COMPRA SUA  
IDÉIA!!**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# 8\* DICA

# O QUE QUERO?



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# APRESENTAÇÃO PESSOAL

**COMEÇO SIMPÁTICO: BOM DIA....., OBRIGADA POR ME RECEBEREM.....**

**QUEM SOU?**

**DE ONDE VENHO? OU QUAL MINHA HISTÓRIA?**

**O QUE QUERO? OU O QUE ESTOU FAZENDO AQUI?**

**POR QUE? OU PARA ONDE QUERO IR?**

**ENCERRAMENTO ENTUSIASMADO, OU....COM GRATIDÃO,  
OU...FRASE FORTE E ASSERTIVA.**



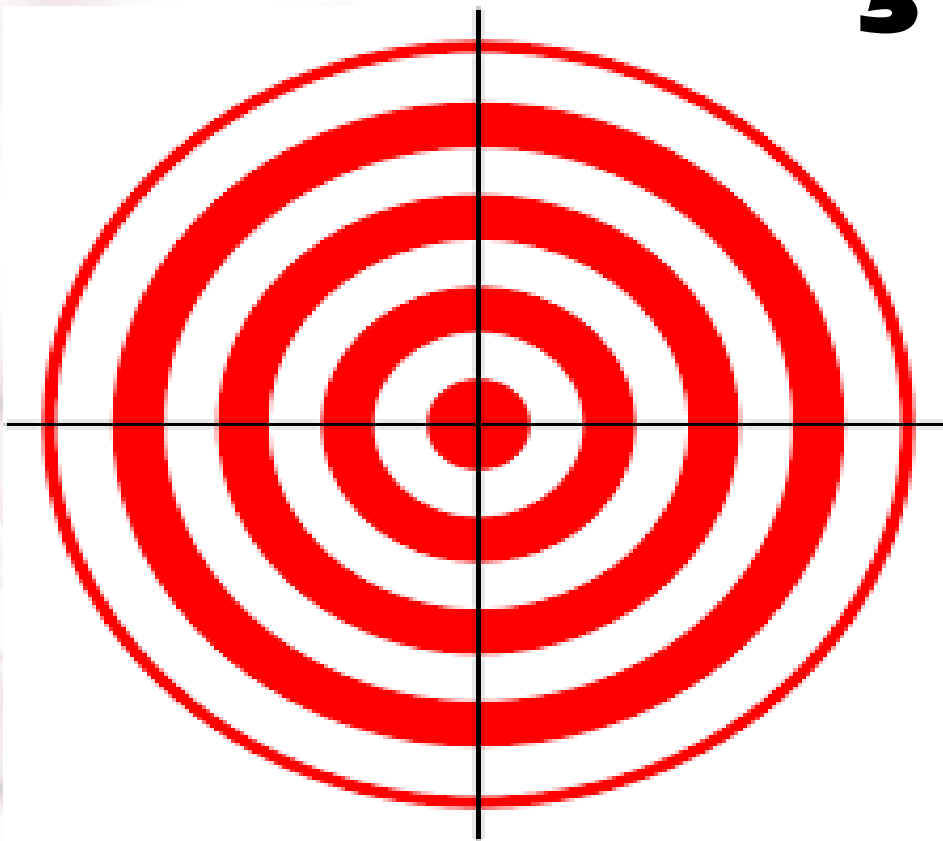
**QUAL SEU  
FOCO DE  
PODER  
FOCO?  
FOCO?**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# QUAL SEU PODER DE FOCO NA ARGUMENTAÇÃO?



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**TODAS AS HISTÓRIAS TEM:**

**COMEÇO**

**MEIO**

**FIM**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# TUDO TEM QUE TER

- COMEÇO INTERESSANTE
- MEIO CONSISTENTE
- FINAL SURPREENDENTE



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo





# 9\* DICA

## A PROVA

EM TODAS AS ESTÓRIAS HÁ

- O MOCINHO

- O VILÃO

- A MORAL DA HISTÓRIA



AASP  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



# 10\* DICA

**1\*-TRAÇA PLANOS**

**2\*- MUDE HÁBITOS**

**3\*- SAIA DA ROTINA  
DA MESMICE  
DA CHATICE**



**AASP**

Associação dos Advogados  
de São Paulo





# PONHA A CABEÇA PRA FUNCIONAR



**AASP**

Associação dos Advogados  
de São Paulo





# E O CORPO PARA AGIR



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



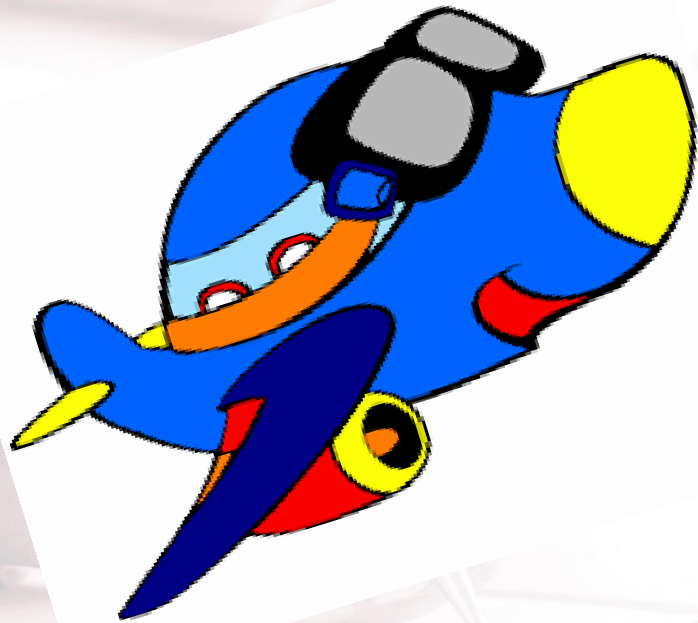
**11\*DICA**

**ACORDE  
PRÁ  
VIDA!!!!**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo





**SE VOCÊ  
SABE O QUE  
QUER NINGUÉM  
TE TIRA DO  
CAMINHO**



**AASP**

Associação dos Advogados  
de São Paulo



**SÓ HÁ UM JEITO DE  
VENCER A CRISE, A  
DESCONFIANÇA E O  
CONCORRENTE:**

**PODER PESSOAL  
INTELIGÊNCIA  
AÇÃO**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo





# COMUNICAÇÃO



**THAIS ALVES – EDITORA RIEMMA - 2015**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo





**ALÔ!!!**  
**HOJE, O QUE FAZ A  
DIFERENÇA SÃO  
PESSOAS.**

**FAÇA  
FALTA!**



**AASP**  
Associação dos Advogados  
de São Paulo



**THAIS ALVES**  
**PERSONAL COACH DE**  
**COMUNICAÇÃO**  
**COMUNICAÇÃO DE**  
**PESSOAS**

**[WWW.THAISALVES.COM.BR](http://WWW.THAISALVES.COM.BR)**



**AASP**

Associação dos Advogados  
de São Paulo

