

Sumário

Apresentação	1
--------------------	---

Capítulo 1

A Construção do Comunicador.....	7
Abaixo o tabu da personalidade	7
Frio na barriga, coração aos saltos.....	10
O garimpo íntimo	12
As aparências não enganam.....	13
Equilíbrio de forma e conteúdo.....	18
O peso do inimigo interno	21
Valorize o que leva ao crescimento pessoal.....	26
Evite a tentação do perfeccionismo	28
Fontes naturais de inspiração.....	32
A marca inconfundível	34
Lista providencial.....	36
O valor dos clássicos	38
De frente para sua imagem	41
O estilo próprio	44
Extremos e intermediários	45
Entre a confiança e a prepotência.....	49
O contínuo aperfeiçoamento.....	51
A escolha da causa	53

Capítulo 2

Como entrar (e permanecer) em cena	57
O pensamento como aliado	59
Com que roupa?	60
Dirija sua performance.....	62
Aposte na empatia	64
Senso de humor, com limites	69
A grandiosidade a cada momento.....	71
Refletor sobre qualidades e defeitos	73

Capítulo 3

Detalhes fazem toda a diferença	75
O diálogo em ambientes corporativos	77
O sofisma e a transparência.....	79
A emoção na ponta da língua	80
As figuras de pensamento.....	81
A abrangência do debate	86

Capítulo 4

O duplo alicerce	89
Autocontrole sob qualquer circunstância	91
Navegando nas emoções.....	92
O alcance da sedução	95
Perguntas como recurso	98
A clareza recuperada.....	99
Compartilhamento eficaz.....	100
A técnica dos 30 segundos	102
O bom uso dos temperos	104
Motivação	105
O quociente emocional.....	106
Dividendos da determinação	108
A paixão no desfecho.....	108
Conclusão	111

_____ Anexos _____

Anexo 1 – Os dez mandamentos do comunicador	113
Anexo 2 – O discurso amoroso	117
Anexo 3 – No mundo dos negócios.....	121
Anexo 4 – O peso do silêncio.....	125
Anexo 5 – O discurso no Tribunal do Júri: breves considerações	127
Anexo 6 – Os pilares que edificam a comunicação.....	133
Anexo 7 – O que é e o que faz uma Assessoria de Imprensa	135
Bibliografia	137