

# DA EXPRESSÃO CORPORAL

por Iran P. Moreira Necho

(textos parciais da apostila completa do curso de oratória)

---

- **Introdução**

## ***Da função da expressão corporal***

A expressão corporal desempenha um papel de suma importância no contexto da comunicação. Funciona ela, algumas vezes, como meio de reforçar uma idéia que está sendo transmitida<sup>1</sup>, e, em outras ocasiões, chega até mesmo a confundir-se com o próprio argumento<sup>2</sup>. Assim, o estudo da expressão corporal tem como finalidade precípua não só perquirir os meios de que se vale o orador para melhor estabelecer sua comunicação com o auditório, como, ainda, persuadir este último por meio dos sinais corpóreos.

## ***Da adequação***

Mas, para que se possa gesticular<sup>3</sup> com eficiência, é preciso saber adequar a expressão corporal ao ambiente e à mensagem transmitida, e este é um dos pontos que merecem uma atenção constante, pois, não raramente, mesmo os mais experientes oradores acabam por cometer deslizes que, muitas vezes, acabam por prejudicar-lhes as imagens, em razão do uso de uma técnica incorreta.

Para evitar tais situações, a melhor (e talvez a única) maneira consiste em treinar cotidiana e exaustivamente.

- **A cabeça**

### Importância

A cabeça é, de todas as partes do corpo, a de maior importância na gesticulação, uma vez que é a região do corpo mais observada pelo auditório. Assim, de nada valeria uma gesticulação bem feita com as mãos se acompanhada por uma expressão facial inconveniente ou apática.

Apenas para ilustrar, um bom exemplo de exercício pode ser encontrado junto às escolas de teatro, nas quais é comum observar alunos treinando expressões faciais enquanto lêem um texto. É como se estivessem representando, vivendo o papel apenas através da leitura.

---

<sup>1</sup> V.g.: Mencionar “Deus” apontando para o alto.

<sup>2</sup> Num júri, v.g., o advogado de defesa pode, teatralizando, demonstrar que o golpe dado com uma faca na vítima não poderia ter provindo de seu cliente.

<sup>3</sup> Quando utilizarmos o termo “gestos” neste capítulo, estaremos nos referindo não só à expressão que emana da movimentação de braços, pernas e troncos, como, também, das expressões faciais, em suma, de toda forma de transmissão de mensagens que não emana da fala, mas do corpo.

### ***Posição ideal***

A posição ideal da cabeça é aquela que se utilizaria ao conversar com um velho amigo: nem altiva, pois transmitir-se-ia arrogância; tampouco abaixada, pois o orador passaria uma impressão de insegurança com relação ao conteúdo da mensagem.

A cabeça deve acompanhar a linha traçada pela visão de tal sorte que, direcionados os olhos para a direita, então a cabeça deverá acompanhar tal movimento, o mesmo se dando com as demais direções.

### ***Da expressão facial***

A expressão facial deve guardar relação com a mensagem que se deseja transmitir para o auditório, e isto se dá pelo fato de que o semblante funciona como um indicador da sinceridade daquilo que é falado. E.g., um gesto involuntário que ocorre com frequência, consiste em baixar o olhar ou torná-lo vago ou ainda baixar a cabeça quando há uma inconformidade entre aquilo que está sendo dito e aquilo em que o orador de fato acredita, ato que, consciente ou inconscientemente, é percebido pelo auditório.

Desta forma, a expressão facial deve atuar como um reforço daquilo que está sendo dito, e a melhor maneira de se conseguir falar com convicção e segurança consiste em conhecer tais expressões e saber utilizá-las adequadamente, algo que somente torna-se possível através do exercício, pois, como já dito, a única maneira de absorver este conhecimento consiste em treinar com freqüentemente.

### **Do tronco**

Com relação ao tronco, seria interessante apenas salientar aquilo que o orador deve e o que não deve fazer jamais.

- O que não deve ser feito
  - a) manter uma postura excessivamente rígida (militar).
  - b) dirigir o olhar a uma parte do auditório sem girar o corpo (olhar “por cima”)
  - c) ficar balançando para um lado e outro
  - d) ficar balançando para frente e para trás
  - e) ficar alternando entre dobrar o tronco para direita e para esquerda
  
- O que deve ser feito
  - a) agir com naturalidade
  - b) manter o tronco ereto
  - c) girar o tronco (sem exagerar) na direção em que se olha

d) manter-se, sempre que possível, na postura clássica