



o que você

PRECISA

saber sobre

DICÇÃO

POR QUALIFON JR.

SUMÁRIO

Apresentação Qualifon Jr.....	3
Dicção	4
O que é dicção	
Importância de pronunciar bem as palavras	
Órgãos envolvidos na articulação	
Técnicas para melhorar a dicção	
Conclusão.....	12

APRESENTAÇÃO

Fundada em 2015, a Qualifon Jr. é a Segunda Empresa Júnior de Fonoaudiologia do país e a Primeira a Nível Federal. Formada pela união de graduandos do curso de Fonoaudiologia da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), em forte parceria com o corpo docente do curso, a empresa visa oferecer serviços de excelência que atendam às necessidades dos seus clientes, assim como contribuir para a qualidade de vida da população, mostrando a importância da Fonoaudiologia na promoção e prevenção da saúde na sociedade.

DICÇÃO

A comunicação nada mais é do que uma habilidade que está em processo de aprendizagem e desenvolvimento para ser sempre aprimorada, mas qual a importância dela? Segundo a Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação, a comunicação é indispensável para qualquer tipo de organização social. É através dela que conseguimos nos expressar e passar uma informação desejada.

Quando pensamos em uma boa comunicação, nos referimos, essencialmente, à capacidade de nos expressarmos de forma clara, compreensível aos demais. Na transferência da mensagem entre o orador e o ouvinte há a interferência das motivações, expectativas e das histórias de vida de cada indivíduo. Da mesma maneira, a oratória é a habilidade de nos comunicarmos com excelência, de modo eficiente, interessante e persuasivo. Nesse contexto, qual é a importância de uma boa dicção? É possível

melhorar a dicção? Como?

Dicção é, basicamente, a maneira como articulamos e pronunciamos as palavras e cada uma das sílabas, expressões e frases como um todo. Apenas por essa definição inicial já é fácil notar o quanto a dicção está ligada à imagem de uma pessoa, ao que ela transmite. Afinal, a fala diz muito sobre quem somos e é a ponte entre nossos pensamentos e as pessoas com quem conversamos.

Fisiologicamente, para que os fonemas sejam pronunciados corretamente, todos os órgãos envolvidos nesse processo devem funcionar corretamente e em harmonia, como os lábios, língua, bochechas, palato, mandíbula e os dentes. São os chamados “órgãos fonoarticulatórios”, você já ouviu falar sobre eles?

Problemas de dicção são mais comuns do que imaginamos. Nos primeiros anos da infância, costumam se manifestar de forma

mais intensa, já que as crianças ainda estão se familiarizando com os fonemas de cada palavra ou expressão. No entanto, em alguns casos, o problema pode persistir na idade adulta, o que, sem dúvidas, demanda um pouco mais de atenção.

É preciso destacar que, em muitíssimos casos, os desvios de dicção não acontecem devido a problemas físicos, mas, sim, por vícios de linguagem, próprios da linguagem oral. Nesses contextos, ter uma boa dicção é muito importante por vários motivos. Os principais são:

1. Ser compreendido pelos demais. Às vezes, os problemas de dicção acabam interferindo na compreensão que os outros têm da nossa fala, colocando em risco que a nossa mensagem seja, de fato, clara.
2. Transmitir uma boa imagem pessoal. Quando estamos numa apresentação em

público, falando para as pessoas que estão na plateia, assumimos a posição de um líder, e o que se espera de um líder é segurança e confiabilidade. Equívocos recorrentes quanto à pronúncia das palavras podem acabar interferindo na percepção que os outros têm de nós, o que pode colocar em risco a confiança que geramos em quem assiste à nossa apresentação.

Para melhorar a dicção, algumas técnicas podem ajudar:

- Grave a sua fala. Ao fazer isso, você conseguirá identificar os principais vícios de linguagem e problemas de dicção.
- Mantenha o hábito de aquecer a sua voz. As pessoas costumam subestimar os aquecimentos vocais, mas eles são excelentes aliados.
- Pratique com trava línguas. Exercícios com trava línguas, aquelas brincadeiras cheias de consoantes fortes e repetidas que você tem que repetir cada vez mais rápido. Por

exemplo "O rato roeu a rolha da garrafa de rum do rei da Rússia" ou "Três pratos de trigo para três tigres tristes".

- Busque a ajuda de um profissional fonoaudiólogo. Contar com a ajuda de um profissional pode ser um grande diferencial, principalmente se o fator que esteja desencadeando essa alteração na dicção seja um fator físico que necessite do auxílio do fonoaudiólogo para um tratamento mais eficaz. Com um fonoaudiólogo você poderá, além de trabalhar a comunicação e seus aspectos, praticar através de exercícios específicos para o seu caso, tornando mais rápido e eficiente o tratamento.

Alguns meios, ainda, ajudam nessa batalha contra as palavras erradas. O primeiro deles é, justamente, deixar seu discurso claro, bem articulado e relaxado, que precisa fazer os espectadores entrarem no mesmo ritmo. Quanto mais clareza na sua voz, mais fácil as

palavras saírem perfeitamente. Na maioria das vezes, esse relaxamento precisa ser feito de modo prático mesmo.

Seguem alguns exemplos para relaxar antes da apresentação do seu discurso:

- Respiração quadrada: inspire por 4 segundos, segure a respiração por 4 segundos, expire por 4 segundos, e segure a respiração por mais 4 segundos - repita quantas vezes achar necessário;
- Respiração com a narina: a ideia é respirar com uma narina de cada vez, buscando alterná-las - inspire com a narina direita e feche a esquerda com o indicador, expire com a mesma narina. Troque os lados e repita o mesmo processo.

Outra dica que pode ajudar muito na hora de pronunciar as palavras com clareza é treinar alguns exageros de seus movimentos faciais.

Na maior parte do tempo, os movimentos de

músculos são automáticos, o que pode comprometer sua dicção, já que eles “pegam atalhos” na hora de terminar palavras e enfatizar frases. Além disso, para perceber e melhorar a articulação da fala, segue uma dica de como perceber a importância da articulação:

- Com o dedo indicador, coloque-o entre os dentes, e sem encostar a língua nos dentes, conte até 10, fale alguma frase. Depois, tente repetir a mesma frase, ou contar até 10 novamente sem os dedos entre os dentes e veja a diferença.

Tendo esses aspectos mencionados, percebe-se que a comunicação é indispensável a qualquer organização social, em qualquer momento, seja no pessoal ou no profissional, é uma habilidade sempre em processo de aprendizagem e desenvolvimento a fim de ser sempre aprimorada. É importante treinar!

Somente com treino conseguimos incluir no

nosso dia a dia todos os aspectos importantes para melhorar a dicção, conseqüentemente nossa comunicação, atingindo nosso público da melhor forma.

CONCLUSÃO

Conforme apresentado no e-book, a comunicação é essencial, mas para se adquirir uma “boa comunicação” – como costumamos falar – é necessário que haja treino, como quando se aprende a andar de bicicleta ou um novo idioma. Sendo assim, a dicção é fundamental na comunicação, pois consiste basicamente em como articulamos nossas palavras na hora de falar. Se você não possuir uma boa dicção as pessoas terão dificuldades em entender a sua fala, e para você evoluir nesse aspecto é preciso treinar.

Nesse e-book trouxemos seis dicas para você treinar a sua dicção, assim, melhorando a sua comunicação de forma gradativa. A partir da leitura você entende como a comunicação é importante para uma entrevista de emprego, apresentação de trabalho ou discursos, por exemplo.

Nós, da Qualifon Jr, agradecemos por você ter baixado nosso material e esperamos que as dicas sejam valiosas para o seu desenvolvimento.

CONCLUSÃO

E, se você se interessou e deseja adquirir o nosso serviço e aprender mais sobre comunicação eficiente, preencha o formulário de interesse e em breve entraremos em contato com você! [Clique aqui](#).

REFERÊNCIAS

MARTINS, Janaína Träsel. Os princípios da ressonância vocal na ludicidade do corpo-voz para formação do ator. 2008. 198 f. Tese (Doutorado) - Curso de Artes Cênicas, Universidade Federal da Bahia, Bahia, 2008.

BELLO, Livia. Dicção - guia prático para desenvolver a sua. Disponível em: <https://www.thespeaker.com.br/diccao-guia-pratico-para-desenvolver-a-sua/>. Acesso em: 22 maio 2021.



QUALIFON JR