

FALAR EM PÚBLICO: VISÃO DO MESTRANDO DE ENFERMAGEM*

PUBLIC SPEAKING: VIEW FROM MASTER'S STUDENTS IN NURSING

Maria de Fátima G. Faria **
Silvana Gomes Fernandes**
Sueli Moreira Piolo**
Maria Júlia Paes da Silva***

FARIA, M. de F.G. Falar em público: visão do mestrando de enfermagem. *Rev. Esc. Enf. USP*, v.32, n.1, p. 59-66, abr. 1998.

RESUMO

A comunicação é um instrumento básico de trabalho dos enfermeiros, no entanto falar em público é uma situação temida por muitos profissionais. Este trabalho teve como objetivos descrever as emoções sentidas pelos enfermeiros mestrandos e identificar como planejam a apresentação e o que consideram importante para falar em público. Participaram do estudo cinquenta enfermeiros matriculados no mestrado da EEUSP. A coleta de dados deu-se através de questionário com perguntas abertas. Os resultados mostraram que a ansiedade foi a emoção mais freqüente citada pelos enfermeiros, no planejamento o domínio do conteúdo foi o aspecto mais relatado e falar com clareza foi a característica mais valorizada para quem fala em público.

UNITERMOS: Apresentação pública em enfermagem. Falar em público. Comunicação em enfermagem.

ABSTRACT

Communication is a basic element of Nursing; still, speaking in public can be a frightening experience for many nurses. This article intends to study the emotions felt by Master's students in Nursing, identifying how they plan their presentation and what they consider important enough to reveal to the public. Fifty nurses who were enrolled in the Master's program at EEUSP participated in the study. Data was collected through a questionnaire utilizing open-answer questions. Results showed that anxiety was the most frequent emotion related by them. In the planning of a presentation, however confidence in the content of the speaker's text was the most important aspect, while speaking clearly appeared as the most valued characteristic in general.

UNITERMS: Conference presentations in Nursing. Public speaking. Nursing Communications.

INTRODUÇÃO

Falar em público e com o público é rotina para o enfermeiro tanto assistencial como docente. O enfermeiro utiliza a comunicação como instrumento básico para todas as ações de enfermagem, considerando que ele tem a função de orientar e ensinar pacientes, familiares e participar da educação continuada em serviço para a equipe de trabalho^{5,11}. Na docência, a comunicação é fundamental para o ensino e aprendizagem¹. Além

disso é sabido que, tanto os enfermeiros assistenciais como os docentes, participam de eventos científicos, cursos e aulas de formação profissional, dentre outros, reforçando a frequência de apresentação em público.

Vários autores^{1,13,14} consideram que o sucesso profissional depende da comunicação bem feita, ou seja, o enfermeiro deve estar apto a falar eficazmente em grupos pequenos ou grandes, em situações

* Trabalho apresentado na disciplina de Comunicação na Saúde do Adulto (ENC 823) do Curso de Mestrado da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo com orientação da Prof.Dra. Maria Júlia Paes da Silva

** Enfermeiras. Mestrandas da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo na área de Saúde do Adulto Institucionalizado.

*** Professora do Departamento Médico-Cirúrgico da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo.

informais ou formais, pois a boa comunicação está associada com melhor assistência e interação enfermeiro-paciente e docente-aluno.

Considerando que falar em público é promover a interação humana e o entendimento da platéia através de informações transmitidas com harmonia por meio de palavras, atos e gestos^{2,4}, conclui-se que para ser um bom comunicador é necessário acreditar que comunicação é sinônimo de troca e compreensão e não de concordância, o que pressupõe um preparo nesta área da comunicação.

Devemos lembrar que, desde o nascimento, as pessoas possuem capacidade de comunicação, pois é através dela que as interações com o mundo são estabelecidas, ou seja, o Homem não vive sem comunicar e o mundo humano é um mundo de comunicação⁵.

No decorrer da vida as pessoas são responsáveis pelo aprendizado e desenvolvimento da comunicação decorrente da necessidade de domínio da linguagem, da leitura, processo de raciocínio, análise do mundo e de si próprio, além da participação em organizações sociais^{2,10}. Atualmente, com o mundo em mutação, na era da globalização, do "marketing", da Internet e da biotecnologia, o desenvolvimento da comunicação é imprescindível para o sucesso pessoal, a qual deve ser cada vez mais eficaz e compreendida, visto que o crescimento, o reconhecimento, a realização pessoal e profissional dependem da capacidade de trocar e transmitir conhecimentos e de falar em público^{1,9}.

Entretanto, falar em público é uma tarefa difícil, pois a insegurança, a ansiedade e o medo muitas vezes estão presentes^{1,3,4,6,8,14,15}. Esses sentimentos expressam-se como forma de auto-preservação frente às ameaças, à dor, à exposição e acima de tudo às críticas, porque a pessoa fica exposta à avaliação o tempo todo, podendo surgir relações agressivas e autoritárias que interferem no desempenho da apresentação.

MENDES; JUNQUEIRA⁴ e LANCASTER³ referem que o sucesso da apresentação em público está relacionado à superação das barreiras do medo, insegurança e ansiedade, através do auto-conhecimento, de exercícios constantes de falar em público, de leituras acumuladas, curiosidade, ousadia, determinação, conhecimento prévio e planejamento do tema a ser apresentado^{1,3,8,14,15}. SILVA¹⁰ lembra que o primeiro passo para o sucesso da apresentação é conhecer o assunto, o que por si só já oferece segurança necessária à situação.

Na elaboração de um tema para falar em público, devemos seguir as etapas básicas do plano de ação para uma apresentação eficaz, que são: planejamento, apresentação e avaliação, sendo que, a fase de planejamento engloba três fases: o planejamento genérico, elaboração da palestra e preparação pessoal do apresentador^{3,4,14,15}.

Durante o planejamento genérico, o apresentador deve escolher o tema, estabelecer os objetivos da apresentação, identificar o público-alvo, planejar estratégias para a elaboração da apresentação, selecionar recursos humanos e materiais, escolher o local e os meios, administrar o tempo da apresentação, produzir e organizar o evento. Para elaboração da palestra, é necessária a preparação do apresentador em relação ao tema a ser apresentado, ou seja, ele deve se preocupar com seu nível de conhecimento, deve fazer uma auto-análise, ter visão para compreender a evolução do assunto a ser apresentado, organizando o raciocínio, experiências vividas, situações ilustrativas e bibliografia acerca do assunto a ser apresentado, para em seguida iniciar a elaboração do texto, que deve ser elaborado utilizando uma frase de abertura, introdução, desenvolvimento, conclusão e uma frase sugestiva. Após a elaboração do texto, o mesmo deve passar pela avaliação da palestra. A preparação pessoal do apresentador é indispensável, pois segundo MENDES; JUNQUEIRA⁴ "antes de ser ouvido, você é visto!".

No momento da apresentação pública propriamente dita, o apresentador deve se preocupar em como "entrar em campo", como estão seus recursos pessoais, ou seja, sua linguagem oral e corporal. Como linguagem corporal compreendemos a maneira de comunicação não verbal expressa pelos olhos, pés, pernas, rosto, mãos e vestimenta, uma vez que "o gesto ajuda, a dizer o indizível, a traduzir o intraduzível e a dar forma a um sentimento"^{1,4,13,14}.

Em relação à linguagem oral, vale lembrar que "Voz é vida, é ação. Ela permite enfatizar idéias, torná-las vibrantes e claras e lhes dá dinâmica. A voz projeta os sentimentos. Revela a personalidade do comunicador e espelha quem ele é. Mostra como ele vê e pensa o mundo. A voz lapidada enriquece o pensamento e facilita a compreensão do receptor"⁴. Assim, o tom da voz, a clareza fonética, o olhar durante a fala, a linguagem correta sem cacoetes, gírias ou palavões, são importantes para o sucesso da apresentação em público^{13,14}.

Os recursos audiovisuais podem ser utilizados durante a apresentação em público, no entanto, eles podem tanto enriquecer como comprometer a apresentação, ao serem mal utilizados, uma vez que eles ilustram a fala e não substituem a apresentação em si¹⁰. Os recursos audiovisuais mais utilizados atualmente são transparências e diapositivos, onde as cores, as imagens e as informações devem estar em sincronia com o conteúdo explanado, bem como a técnica correta de utilizá-los influenciará na apreensão das informações^{1,3,8,14}.

Em todas as fases da apresentação é importante observar as reações do público e o comportamento das pessoas frente ao exposto, ou seja, o apresentador deve estar atento à sincronia

interacional, uma vez que ela comunica que o ouvinte está ouvindo e está interessado, ou que perdeu o interesse e está cansado. Esta percepção é o feedback da apresentação^{2,3,14}.

Falar em público não é simples, depende de um planejamento bem elaborado para a qual os cursos de graduação preparam muito pouco os futuros enfermeiros, que serão educadores e comunicadores contínuos. Dessa forma, surgiram-nos basicamente duas questões: como os enfermeiros têm planejado suas apresentações em público e como se sentem ao falar em público?

Sabemos que os enfermeiros que cursam pós-graduação são docentes ou enfermeiros assistenciais que exercem ou pretendem iniciar a carreira de docência ou de pesquisa, o que pressupõe conhecimento das fases da apresentação e a vivência de falar em público, pelo menos uma vez.

Dessa forma, este trabalho tem como objetivos descrever as emoções sentidas durante apresentações públicas relatadas pelos enfermeiros mestrandos; identificar como os enfermeiros mestrandos planejam as apresentações públicas e o que consideram importante para uma apresentação eficaz.

METODOLOGIA

Este estudo descritivo foi desenvolvido na Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo (EEUSP), com enfermeiros de pós-graduação, nível de mestrado da referida escola nas áreas de concentração de Saúde do Adulto, Administração, Saúde Coletiva, Enfermagem Psiquiátrica, Enfermagem Pediátrica e Enfermagem Obstétrica.

A amostragem deste estudo foi calculada em 30% da população, sendo 149 os enfermeiros matriculados no Mestrado nessa Escola até 1996 e a amostra do estudo foi de 50 enfermeiros. No entanto, dos 50 enfermeiros escolhidos aleatoriamente, pela disponibilidade em participar do estudo, apenas 45 participaram, pois os outros 5 não devolveram o questionário no prazo previsto.

Inicialmente foi feito um levantamento bibliográfico dos últimos 5 anos sobre apresentação em público no MEDLINE, no LILACS e no ERICK utilizando como descritores: Communication, Public

Apresentation e Health Apresentation. Neste levantamento poucos artigos foram encontrados. Existem e encontramos livros de comunicação geral, que abordam pouco sobre apresentação em público.

A coleta de dados deu-se por meio da aplicação de questionário, que passou por um teste piloto aplicado a 5 enfermeiros, o qual foi readequado posteriormente. O questionário utilizado (Anexo 1) compõe-se de duas partes: a primeira contém dados de identificação quanto ao tempo de formado e a função desempenhada pelo enfermeiro; a segunda parte contém 5 questões abertas referentes às emoções sentidas ao falar em público, pontos positivos e negativos da apresentação pública, como é organizada a apresentação pública, e se existem características necessárias para a apresentação pública.

Os questionários foram distribuídos na semana de 9 a 13 de setembro de 1996 para os enfermeiros mestrandos que se encontravam na EEUSP assistindo aula. Foram respondidos e entregues no mesmo dia, impossibilitando consultas sobre o assunto, garantindo a fidedignidade dos dados obtidos.

APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

A população estudada foi composta por 45 enfermeiros, 27 (60%) destes desempenham função assistencial, 16 (35,5%) são docentes, 1 (2,3%) é pesquisador e 1 (2,3%) é somente estudante de mestrado. Destes 45 enfermeiros, 26 (57,7%) são formados entre 11 a 20 anos, 11 (24,4%) entre 6 a 10 anos; 7 (15,6%) entre 0 a 5 anos; e 1 (2,3%) é formado a mais de 20 anos.

Os resultados obtidos são apresentados em forma de tabela após, análise e agrupamento por aproximação das respostas analisadas por nós, seguindo a ordem seqüencial das questões aplicadas. Não foram encontradas diferenças nas respostas por tempo de formado; quando existiu diferença por função exercida, o dado foi trabalhado na tabela correspondente.

Na Tabela 1 são descritas as emoções relatadas pelos enfermeiros ao falar em público, descritos em número absoluto e percentual.

Tabela 1. Emoções relatadas que emergem no enfermeiro ao falar em público. São Paulo, 1996.

| EMOÇÕES | Nº | % |
|-------------------|----|-------|
| Ansiedade | 45 | 53,7 |
| Satisfação | 13 | 12,3 |
| Alteração física* | 11 | 10,4 |
| Insegurança | 09 | 8,5 |
| Vergonha | 06 | 5,7 |
| Segurança | 03 | 2,8 |
| Outros | 07 | 6,6 |
| TOTAL** | 94 | 100,0 |

* Foram consideradas alterações físicas as descrições de sintomas tais como: taquicardia, rubor, sudorese.

** Houve descrição de mais de uma emoção por enfermeiro.

Dentre as emoções que emergem ao falar em público, observamos pela Tabela 1, que a ansiedade foi a emoção mais relatada, com 45 (53,7%) respostas. Como ansiedade, foram consideradas as seguintes emoções: nervosismo, medo, apreensão, stress e insatisfação. A satisfação foi a segunda emoção mais apontada nos relatos (13 = 12,3%), sendo incluído nessa categoria alegria, bem estar, entusiasmo, vaidade e auto-estima. O terceiro item da tabela se refere à alteração física, com 11 (10,4%) respostas, onde foram agrupados os sintomas tais como taquicardia, rubor e sudorese. As alterações físicas relatadas não descrevem emoções e sim o que elas provocam no organismo, demonstrando falha na interpretação da questão. A insegurança foi relatada 9 (8,5%) vezes, e foi associada a dúvida. A vergonha apareceu 6 (5,7%) vezes, e foi associada a inibição. A segurança apareceu três (2,8%) vezes, sendo associada ao equilíbrio. Como outras emoções, encontrou-se 7 respostas (6,6%), sendo elas: tranquilidade e responsabilidade (apareceram 2 vezes cada uma), expectativa, vulnerabilidade e superação.

Considerando que, ao falar em público, emoções emergem, por mais que as pessoas se preparem previamente, a ansiedade é o sentimento mais freqüente, em consequência do olhar do outro ser capaz de desorganizar as emoções, pois, é neste momento que o apresentador sente-se observado, avaliado ao expor seu conhecimento e quanto ao domínio do assunto. O sucesso da apresentação dependerá da habilidade em ultrapassar as barreiras do medo⁴. PAGANA; GINGROW⁷ refere que a tensão e o nervosismo são normais e benéficos ao apresentador e minimizam com outras experiências de apresentação vivenciadas.

As emoções são inevitáveis. Algumas pessoas consideram que as emoções sentidas têm significado positivo e outras negativo. A habilidade de lidar com as emoções é particular a cada indivíduo e pode ser desenvolvida e melhor controlada desde que não seja negada¹⁰.

Na Tabela 2 podemos constatar que existem pontos positivos ao se apresentar em público, segundo os enfermeiros pesquisados.

Tabela 2. Pontos Positivos da Apresentação em Público segundo os enfermeiros mestrandos. São Paulo, 1996.

| PONTOS POSITIVOS | Nº | % |
|--|----|-------|
| Propiciar discussão com troca feedback | 24 | 48,0 |
| Projeção profissional | 16 | 32,0 |
| Auto confiança | 02 | 4,0 |
| Desinibição | 02 | 4,0 |
| Outros | 06 | 12,0 |
| TOTAL** | 50 | 100,0 |

* Houve mais de uma resposta por enfermeiro.

Podemos observar, pela Tabela 2, que 24 (48%) das respostas indicam que o principal ponto positivo do falar em público é referente à possibilidade de discussão com troca de experiências com o público; seguido de 16 (32%) respostas indicando que o importante é a projeção profissional. A auto-confiança e desinibição foram citadas duas vezes (4%) cada uma.

As 6 demais respostas (12%) referiram-se à características do apresentador, tais como: clareza, objetividade, dinamicidade e falar em tom audível. Estas últimas respostas indicam má interpretação da pergunta, pois referem-se a expectativas do público em relação ao apresentador, ou características necessárias para uma boa apresentação.

Concordamos que a apresentação pública tem pontos positivos, pois ajuda no crescimento e desenvolvimento profissional, crescimento da auto-estima e confiança no saber, facilitando o reconhecimento das limitações pessoais, reflexões

sobre como lidar e enfrentá-las^{1,12,14}.

Além dos pontos positivos, a apresentação em público também pode trazer pontos negativos que estão descritos na Tabela 3.

Tabela 3. Pontos Negativos da Apresentação Pública segundo os enfermeiros mestrandos. São Paulo, 1996.

| PONTOS NEGATIVOS | Nº | % |
|-----------------------------|----|-------|
| Aumenta o grau de ansiedade | 17 | 32,7 |
| Expor-se perante o público | 14 | 26,9 |
| Não tem ponto negativo | 05 | 9,6 |
| Em branco | 03 | 5,8 |
| Outros | 13 | 25,0 |
| TOTAL** | 52 | 100,0 |

* Houve mais de uma resposta por enfermeiro.

Na Tabela 3 observamos que 17 (32,7%) respostas indicaram o aumento da ansiedade no enfermeiro como ponto negativo da apresentação em público, sendo agrupados neste item os termos citados: medo, tensão, stress, nervosismo e taquicardia. O segundo ponto negativo citado foi a própria exposição do enfermeiro perante o público com 14 (26,9%) respostas. Cinco (9,6%) enfermeiros afirmaram não haver ponto negativo na apresentação em público, 3 (5,8%) não responderam a questão e, 13 (25,0%) respostas foram agrupadas como outros e referiam-se a aspectos diversos, tais como: tempo disponível para a apresentação e necessidade de priorizar idéias, quando o expositor fala baixo e apressadamente e quando não se atingi o objetivo proposto.

Concordamos que a ansiedade e a exposição em público são fatores negativos que muitas vezes desencorajam o enfermeiro a falar em público, no entanto, esses fatores podem ser minimizados quando a apresentação for planejada adequadamente, o que traz segurança ao enfermeiro sobre o assunto e auto-confiança. Entretanto é muito interessante observarmos que oito enfermeiros afirmaram que não há pontos negativos na apresentação pública, ou seja, a ansiedade e a exposição pessoal não são considerados como pontos

negativos, pois devem ser enfrentados com tranquilidade por esses enfermeiros.

Concordamos também que os aspectos indiretos à apresentação, citados em 13 respostas no item outros, podem interferir diretamente na qualidade da apresentação e que não podem ser esquecidos durante o seu planejamento, uma vez que gerenciar adequadamente o tempo disponível para a apresentação, a seleção e priorização do conteúdo, o controle do tom e velocidade da voz ao falar em público são fundamentais para o sucesso da apresentação e alcance dos objetivos propostos^{13,14}. Lembramos ainda, que outros itens também devem ser considerados no planejamento tais como apresentação pessoal, recursos audio-visuais, dentre outros.

Parece-nos que tanto as emoções sentidas, como a avaliação positiva ou negativa de uma apresentação em público são muito individuais e podem estar relacionadas a maneira como o comunicador planejou esse momento. A literatura refere que existem basicamente três fases para a preparação de uma apresentação eficaz, que são planejamento, apresentação e avaliação^{4,14,15}.

A Tabela 4 mostra os fatores importantes na organização da apresentação pública descrita pelos enfermeiros.

Tabela 4. Fatores importantes na organização da apresentação pública segundo os enfermeiros mestrandos. São Paulo, 1996.

| FATORES NA ORGANIZAÇÃO DA APRESENTAÇÃO | Nº | % |
|--|-----|-------|
| Domínio do assunto | 30 | 25,7 |
| Preparo do audiovisual | 23 | 19,7 |
| Planejamento | 19 | 16,2 |
| Caracterizar a platéia | 15 | 12,8 |
| Estratégia a ser utilizada | 12 | 10,3 |
| Clareza do objetivo | 08 | 6,8 |
| Preparo pessoal | 07 | 6,0 |
| Falar devagar | 02 | 1,7 |
| Calma e paciência | 01 | 0,8 |
| TOTAL** | 117 | 100,0 |

* Houve mais de uma resposta por enfermeiro.

A Tabela 4 mostra que o domínio do assunto foi considerado o fator mais importante na organização da apresentação com 30 (25,7%) respostas, seguido do preparo de recursos audiovisuais com 23 (19,7%) respostas; 19 (16,2%) respostas indicaram o planejamento da apresentação; 15 (12,8%) referiam ser importante conhecer as características da platéia; 12 (10,3%) que a estratégia da apresentação é mais importante; 8 (6,8%) lembraram a importância de se ter clareza do objetivo, 7 (6,0%) do preparo pessoal do apresentador; 2 (1,7%) consideraram importante o falar devagar e 1 (0,8%) recordou a importância da calma e da paciência na organização para se falar em público.

SILVA¹⁰, WINSLOW¹⁴ e WOLF; DONNELLY¹⁵ referem o domínio do assunto como um fator importante para manter a calma durante a apresentação, sendo este também o fator considerado mais importante para os enfermeiros, seguido do preparo dos recursos audiovisuais, que é uma das fases do planejamento, mas não o mais importante, uma vez que eles servem apenas para ilustrar a apresentação.

Os objetivos da apresentação foram lembrados como importante apenas por 8 (6,8%) enfermeiros, sendo este fundamental para o início do planejamento da apresentação, porque é a partir da

Tabela 5. Características necessárias para falar em público segundo os enfermeiros mestrandos. São Paulo, 1996.

| CARACTERÍSTICAS PARA FALAR EM PÚBLICO | Nº | % |
|---------------------------------------|-----|-------|
| Falar com clareza (dicação) | 45 | 41,9 |
| Domínio do assunto | 23 | 21,5 |
| Postura corporal | 18 | 17,0 |
| Objetividade e organização | 08 | 7,5 |
| Extroversão | 06 | 5,6 |
| Utilizar recurso audiovisual | 04 | 3,7 |
| Vontade | 03 | 2,8 |
| TOTAL** | 107 | 100,0 |

* Houve mais de uma resposta por enfermeiro.

Em relação as características importantes para falar em público, observamos na tabela 5 que 45 (41,9%) respostas indicaram como necessário falar com clareza (incluindo o uso de um bom português); 23 (21,5%) respostas reafirmaram a importância do domínio do assunto, usando termos como: competência, confiança e segurança; 18 (17%) lembraram da postura corporal (incluindo aspectos da comunicação não verbal e capacidade empática); 8 (7,5%) respostas referiram objetividade e organização; 6 (5,6%) a extroversão (incluindo a desinibição e espontaneidade), 4 (3,7%) indicaram o uso correto do recurso audiovisual; 3 (2,8%) a vontade do enfermeiro. Três questionários estavam em branco nessa questão.

definição precisa dos objetivos que o apresentador delinea onde quer chegar com a exposição, o que espera que o público aprenda e a resposta deles ao discurso⁴.

O planejamento foi citado como importante por 19 enfermeiros, no entanto não ficou claro o que consideraram ser planejamento; pois na fase de planejamento, segundo MENDES; JUNQUEIRA², encontra-se o planejamento genérico (escolha do tema, objetivos, conhecer o público-alvo, planejar estratégias, escolher o local, selecionar recursos materiais), elaboração da palestra (estudar o conteúdo, direcionar o raciocínio, escrever o texto e avaliar o conteúdo) e apresentação pessoal, ou seja, o traje a ser usado, tom de voz e postura.

Ressaltamos o fato de, ao compararmos os fatores considerados importantes pelos enfermeiros docentes com os dos enfermeiros assistenciais, verificamos que os docentes valorizam mais nas respostas o domínio do assunto e o preparo de recursos audiovisuais; não citando outros aspectos relevantes, tais como: planejamento genérico, elaboração da palestra e preparo pessoal do apresentador.

Na Tabela 5 são descritas as características necessárias para falar em público relatadas pelos enfermeiros, em numerais e percentuais.

Percebemos pelas respostas anteriormente citadas, que os enfermeiros mestrandos registraram as características necessárias para se falar em público igualmente citadas na bibliografia consultada^{4,6,10}. Falar com clareza é imprescindível para o sucesso da apresentação, entendimento e envolvimento do público durante o discurso. Da mesma forma, o domínio do assunto gera segurança ao apresentador para manter uma comunicação mais clara, descontraída e envolvente com o público; assim como, a utilização correta dos recursos audiovisuais prende a atenção dos ouvintes^{1,3,8,14}.

A capacidade para falar em público pode ser desenvolvida e aprimorada, desde que nos mobilizemos para superar barreiras internas,

tenhamos coragem para a auto-análise, para a reavaliação do nosso perfil como comunicador, busquemos técnicas verbais e não verbais que facilitem a transmissão das idéias, transformando a comunicação em um ato de troca rica e multidimensional⁴.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo mostrou-nos que a ansiedade é a emoção mais presente nas apresentações em público também para os enfermeiros mestrandos, conforme a literatura descreve; mas, que a possibilidade de discussão proporcionada pela apresentação e a projeção profissional são fatores positivos e estimulantes para os enfermeiros superarem as barreiras do medo e controlarem a ansiedade de se expor em público e obter sucesso na apresentação.

Ficou claro que os enfermeiros se preocupam muito com o domínio do conteúdo e a utilização de recursos audiovisuais, dando menor importância a clareza de objetivos, estratégias utilizadas, preparo prévio da palestra e preparo pessoal. Não podemos afirmar se os enfermeiros não têm conhecimento teórico de como preparar uma apresentação em público ou se as fases não citadas estão implícitas nas respostas. Seria necessário maior discussão, ou mesmo, entrevistas com cada um para fazermos tal comentário.

Sabemos que comunicar-se bem não é, necessariamente, um dom intuitivo, mas conhecimentos e habilidades que podemos e devemos aprender e desenvolver. Verificamos com este estudo que os enfermeiros necessitam de melhor preparo, conhecimento e treinamento para utilizar a comunicação com eficiência e eficácia, o que pode ser adquirido em disciplinas específicas de comunicação, que deveriam ser oferecidas nos currículos de graduação, pós-graduação e cursos extra-curriculares.

O sucesso da apresentação pública depende da capacidade de comunicação através de palavras, gestos e atos; ou seja, o comunicador deve mobilizar-se para superar barreiras internas; utilizar etapas do processo lógico; sensibilizar-se para avaliar se a comunicação é pertinente, e se o momento, local, meio e circunstâncias são adequados; ter objetivos definidos; olhar para o outro sem medo; e tornar-se um facilitador da aprendizagem. Talvez devemos dizer que, para o sucesso da apresentação pública, devemos utilizar a comunicação com "corpo e alma".

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. DAVIDHIZAR, R.; COSGRAY, R. Being an effective speaker. *Today's OR Nurse*, v.13, n.8, p.36-8, 1991.
2. DAVIS, F. **Comunicação não-verbal**. São Paulo, Summus, 1979.
3. LANCASTER, J. Public speaking can be improved. *J. Nurs. Adm.*, v.15, n.3, p.31-5, 1985.
4. MENDES, E.; JUNQUEIRA, L.A.C. **Falar em público: prazer ou ameaça? Pequenos grandes segredos para o sucesso nas comunicações formais e informais**. Rio de Janeiro, Qualitymark, 1996.
5. MENEGHIN, P.; STEFANELLI, M.C.; CIANCIARULLO, T.I. Comunicação na enfermagem em nível organizacional-questões e opções. *Rev. Paul. Enf.*, v.10, n.3, p.115-20, 1991.
6. OLIVEIRA, A. **Curso de comunicação verbal dirigido a executivos, empresários, políticos e profissionais liberais**. São Paulo, Alkíndar - Instituto de Comunicação, s.d /mimeografado/
7. PAGANA, K.D.; GINGROW, K.S. A practical plan for teaching oral communication skills. *Nurse Educ.*, v.15, n.1, p. 17-9, 1990.
8. PIERCE, L.L.; GREGG, M.M. Developing a paper presentation. *Rehabil. Nurs.*, v.19, n.3, p.151-5, 1994.
9. RIBEIRO, L. **Comunicação global: a mágica influência**. Rio de Janeiro, Objetiva, 1993.
10. SILVA, M.J.P. **Comunicação tem remédio: a comunicação nas relações interpessoais em saúde**. São Paulo, Gente, 1996.
11. STEFANELLI, M.C. **Comunicação com o paciente: teoria e ensino**. São Paulo, Robe Editorial, 1993.
12. VEEHOFF, D.C. Standing ovation a holistic approach to successful speaking. *J.Nurs.Adm.*, v.15, n.10, p.34-8, 1985.
13. WILLMINGTON, S.G. Oral communication instruction for a career in nursing. *J. Nurs. Educ.*, v.25, n.7, p.291-4, 1986.
14. WINSLOW, E.H. 20 tips to improve public speaking. *Orthop. Nurs.*, v.12, n.2, p.15-18, 1993.
15. WOLF, Z.R.; DONNELLY, G.F. Public speaking: content and process evaluation of nursing students' presentations. *Nurse Educ.*, v.18, n.2, p.30-2, 1993.

ANEXO 1

Caro colega,

Contamos com sua colaboração para responder este questionário sobre comunicação. Obrigado!

DADOS DE IDENTIFICAÇÃO GERAL

1. Há quanto tempo você é enfermeiro? _____

2. Assinale qual é sua atual função:

() enfermeiro assistencial

() docente

() outro Qual? _____

QUESTÕES:

1. Quais são as emoções que emergem em você ao falar em público?

2. Quais são os pontos positivos de se fazer uma apresentação em público? Porquê?

3. Quais são os pontos negativos de se fazer uma apresentação em público? Porquê?

4. Como você se organiza para uma apresentação pública?

5. Existem características necessárias para falar em público? Se existem, quais?
