

AUXILIADORES LINGUISTICOS

A linguagem dirige nossos pensamentos para direções específicas e de, alguma maneira, ela nos ajuda a criar a nossa realidade, potencializando ou limitando nossas possibilidades. A habilidade de usar a linguagem com precisão é essencial para nos comunicarmos melhor.

A seguir algumas palavras e expressões que devemos observar quando falamos, porque podem dificultar nossa comunicação.

1- Cuidado com a palavra **NÃO**, a frase que contém “não; para ser compreendida, traz a mente o que está com ela”. Que “não” existe apenas na linguagem e não experiência. Por exemplo: pense em “não”: (não vem nada á mente). Agora vou pedir “não pense na cor vermelha”, eu pedi para você não pensar no vermelho e você pensou. Procure falar no positivo o que quer e não o que você não quer.

2- Cuidado com a palavra, **MAS**, que nega tudo que vem aténs. Por exemplo: “O Pedro é um rapaz inteligente, esforçado, mas...”. Substitua **MAS** por **E** quando indicado.

3- Cuidado com a palavra **TENTAR**, que pressupõe a possibilidade de falha. Por exemplo: “vou tentar me encontrar com você amanhã às 8 horas”. “Tenho grande chance de não ir, pois, vou ‘tentar”. Evite “tentar”, **FAÇA**.

4- Cuidado com as palavras **DEVO**, **TENHO QUE** ou **PRECISO** que pressupõem que algo externo controla sua vida. Em vez delas use, **QUERO**, **DECIDO** e **VOU**.

5- Cuidado com **NÃO POSSO** ou **NÃO CONSIGO**, que dão a idéia de incapacidade pessoal. Use **NÃO QUERO**, **NÃO DECIDO** ou **NÃO PODIA**, e **NÃO CONSEGUIA**, que pressupõem que vai poder ou conseguir.

6- Fale dos problemas ou descrições negativas de si mesmo, utilizando o tempo do verbo no passado ou diga ainda. Isso libera o presente. “Por exemplo: “eu tinha dificuldade de fazer isso”; não consigo ainda”. O ainda pressupõe que vai conseguir.

7- Fale das mudanças desejadas para o futuro utilizando o tempo do verbo no presente. Por exemplo: em vez de dizer “vou conseguir”, diga “estou conseguindo”.

8- Substitua SE por QUANDO. Por exemplo: em vez de falar “se eu conseguir ganhar dinheiro, eu vou viajar”, fale “quando eu conseguir ganhar dinheiro, eu vou viajar”. “Quando” pressupõe que está decidido.

9- Substitua ESPERO por SEI. Por exemplo, em vez de falar: “eu espero aprender isso”, fale “eu sei que eu vou aprender isso”. “ESPERAR” suscita dúvidas e enfraquece a linguagem.

10- Substitua o CONDICIONAL pelo PRESENTE. Por exemplo, em vez de dizer: “eu gostaria de agradecer a presença de vocês”, diga “eu agradeço a presença de vocês”. O verbo no presente fica mais concreto e mais forte.

Agora vamos praticar.