

03

Convicção

Gustavo aprendeu neste vídeo que, durante uma apresentação, ele precisa evitar em manter o peso do corpo apoiado a uma única perna, pois pode ser deselegante. O ideal é que ele mantenha as plantas dos pés bem apoiadas ao chão e as pernas ligeiramente afastadas, sem pender para qualquer dos lados.

Além disso, quais outras atitudes ele pode ter para demonstrar mais convicção enquanto se apresenta?

Selecione 3 alternativas

- A** Praticar mentalmente o primeiro minuto da apresentação.
- B** Foque em seus pontos fortes.
- C** Nos momentos que antecedem a exposição pública, Gustavo precisa se focar em coisas que o façam sentir-se vulnerável.
- D** Não se render ao medo e ansiedade.