

 04

Nervosismo

Silvio sabe que o nervosismo ao falar em público é muito comum, mas o fato é que esse medo pode — e deve — ser superado, para que ele se transforme em um profissional mais completo e confiante de suas capacidades. Para que Silvio supere o nervosismo, aprendemos que:

Seleccione 3 alternativas

A O café ajuda a manter a calma.

B Ele precisa olhar pelo outro lado da situação.

C Os olhos são as janelas da alma.

D Ele precisa controlar a respiração.