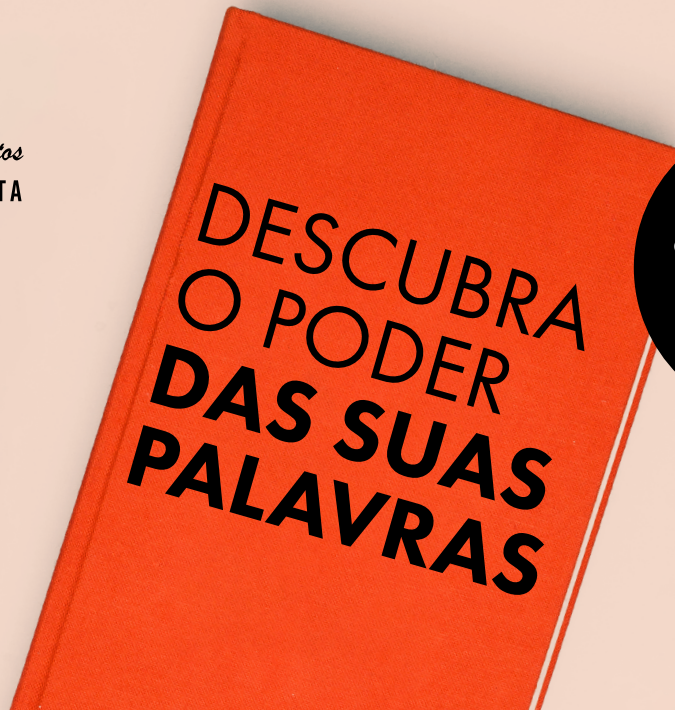




Analita Alves dos Santos
O PRAZER DA ESCRITA



4.ª SESSÃO

COMO PODES
COMBATER A
PROCRASTINAÇÃO
E COMEÇAR A
ESCREVER UMA
HISTÓRIA

Como combater a procrastinação:

Remove as distrações

Identifica as distrações que existem em teu redor (físicas ou emocionais) e investe na tua capacidade de as remover e assim aumentar a tua produtividade na Escrita.

O Método dos 7 Passos

PASSO 1

Em minutos, lista tudo o que “farias amanhã”.

PASSO 2

Dessa lista — escolhe uma coisa e faz isso AGORA.

PASSO 3

Estipula um horário — HOJE — para trabalhar nos outros itens da lista.

PASSO 4

PARA de tentar ser perfeito.

PASSO 5

Se as ações que adias envolvem outras pessoas, fala com elas.

PASSO 6

Pergunta a ti mesmo: qual é a pior coisa que poderia acontecer se eu fizesse isto hoje?

PASSO 7

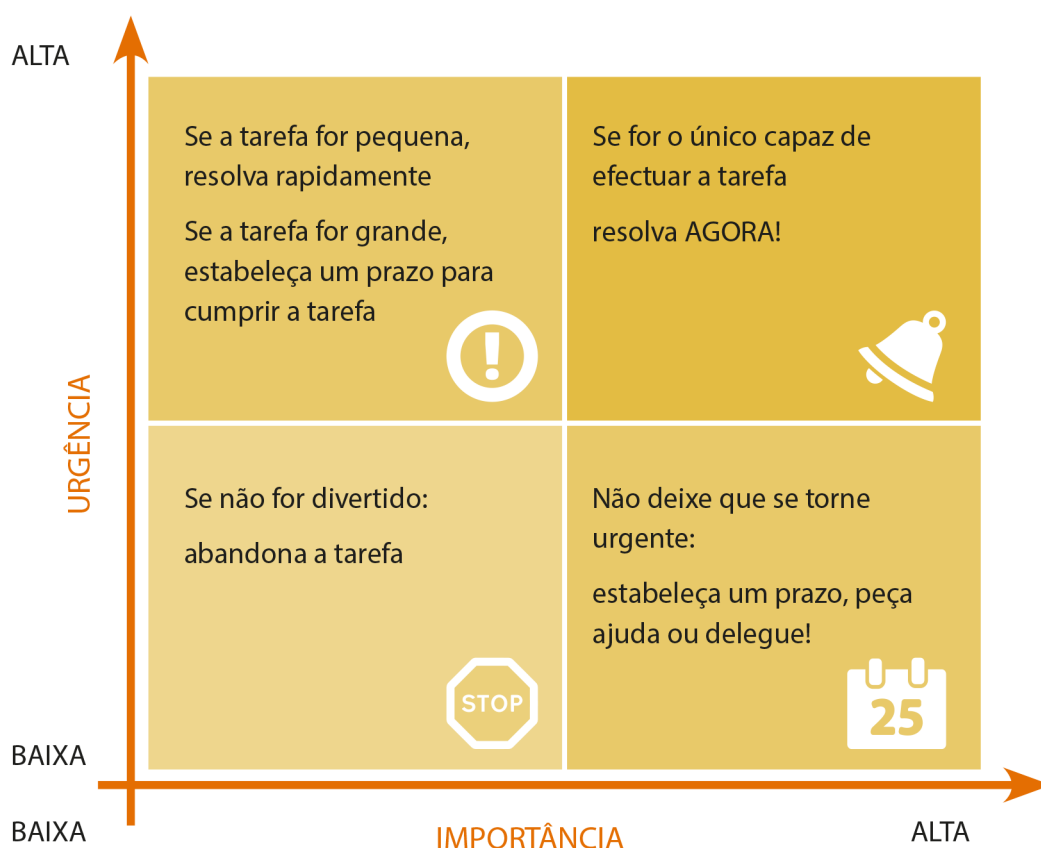
Imagina a sensação de satisfação quando fizeres o que tens vindo a adiar.

Evitar a procrastinação a longo prazo

Escreve uma lista de tarefas e atribui metas — utiliza, por exemplo, um calendário editorial para orientares a tua Escrita.

Parar com a multitarefa: concentra-te num objetivo de cada vez. Na Escrita, concentra-te em ir escrevendo com a regularidade que definires.

Utiliza uma matriz para categorizar a importância e urgência das tarefas. Categoriza a tua Escrita na tua matriz de tarefas diárias. Faz da Escrita um hábito.



Começar a escrever uma história

Para começar a escrever uma história temos de pensar num começo, no(s) meio(s) e fim e nos problemas que são resolvidos. As descrições abundantes de pessoas, lugares, situações, emoções também fazem parte do mundo rico das histórias.

Primeiro, temos de saber qual vai ser a ideia central do livro/história que pretendemos escrever. Podemos até pensar num título provisório. É também importante definires qual é a mensagem que pretendes transmitir com o teu livro ou com a tua história.



Deixo algumas sugestões de mensagens que podemos transmitir em romances ou livros de autoajuda (inspiracionais ou de autoajuda):

- História que indica um caminho a seguir;
- História que nos ajuda a decidir quem somos;
- História que determina os nossos valores, perceções e comportamentos;
- História que nos ajuda a lidar com as experiências do dia a dia;
- História que recria em nós experiências de outras pessoas que nos ajudam a ver o mundo de uma forma diferente.

Título provisório:

Ideia central da minha história (não precisa de ser muito longa. Umhas 50 palavras, são suficientes):

Anotações (coisas que vou lembrando, mas que não cabem nas 50 palavras da ideia central):

Qual a mensagem que quero passar com a minha história, com o meu livro:

Depois de saberes sobre o que vais escrever, podes por exemplo, usar uma técnica que consiste em escreveres o começo (que pensas ser o mais adequado) e o possível fim que (consideres o mais impactante).

Recomendo-te que leias alguns começos e fins de livros de sucesso e prestes atenção aos detalhes, lendo várias vezes.

Quando temos o começo claro e o fim definido, precisamos do meio, onde tem de existir movimento ou mudança. Tem de existir transformação. Sem transformação não há história!

Para o enredo de qualquer romance, devemos responder às seguintes questões:

1. Qual é a situação central da tua história (fábula/romance/narrativa)?
2. Quem é a personagem principal?
3. O que é que a personagem principal pretende alcançar ao chegar ao final da história?
4. Quem/o que se opõe a que a personagem principal alcance o que pretende alcançar (no final da história)?
5. O que é que o oponente/antagonista/vilão faz para impedir a personagem principal de alcançar o que pretende?

Todas as histórias têm de ter uma personagem por quem temos empatia, que se esforça para superar obstáculos para atingir um fim e assim, passar por um processo transformacional, aprender uma lição e transformar-se numa pessoa diferente.

Quanto mais fascinantes forem as nossas personagens, mais fascinante será a nossa história!

O processo de criação das personagens é muito importante. Todas as histórias são sempre sobre uma personagem.

Temos também de definir qual a voz narrativa que iremos utilizar.


Depois, temos 3 maneiras de materializar uma história e que deverás considerar:

- A descrição;
- A narração;
- Os diálogos (são ótimos quando estamos com dificuldades para avançar a história, mas têm de responder a estas questões: “para quê”, “porquê”, “Para que efeito?”)

E, por fim, as formas de terminar, dar um desfecho à nossa história que pode ser:

- Positivo
- Negativo
- Neutro
- Interrompido

Ao utilizares estas dicas ficarás cada vez mais apto(a) para COMBATER A PROCRASTINAÇÃO E COMEÇARES A ESCREVER A TUA HISTÓRIA.



No nosso “último capítulo” vais ter a oportunidade de partilhar, solicitar o *feedback* de um Leitor Beta e perceber se a tua história tem impacto.



Sem medos! Preparado(a)?

Este conteúdo foi criado exclusivamente no âmbito do curso intensivo gratuito SEMANA DA ESCRITA para visionamento particular dos participantes da formação em questão. O seu conteúdo não deverá ser partilhado, utilizado, publicado parcialmente ou na íntegra em qualquer contexto ou meio de divulgação *online* ou em suporte papel.

Fontes:

“Tertúlia - Procrastinação”, de Rute Frade.

Lições de Storytelling – o Best Seller”, de James Mcsill, DVS Editora

Obrigada!