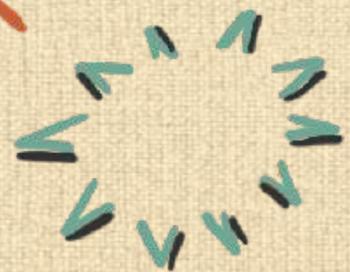




O Mapa da Narrativa

contando histórias que conectam



por Olavo Pereira Oliveira
ilustrações Luciana Gâmbaro

NARRATIVE
com.br

É comum muitas perguntas virem à cabeça quando surge a necessidade de contar uma história.



Por onde começo?

Que mensagem eu deixo com as pessoas?



Como esse público vai se conectar ao que estou contando?

Como eu termino?



E isso é muito bom!

Afinal, a linguagem já nos ensinou:

“O ponto final encerra.
O ponto de interrogação liberta.”

Tudo o que você precisa para
desenvolver uma boa história é de
liberdade criativa.

Você só dispara essa criatividade com perguntas que te levam a uma

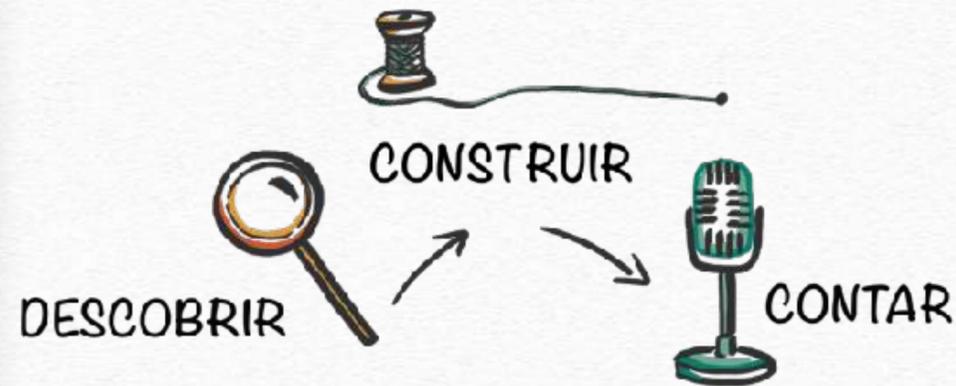


Essa é a essência do método **O MAPA DA NARRATIVA**, o caminho pelo qual você pode construir uma boa história.

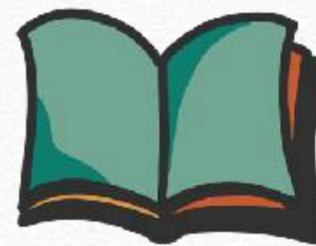
O método é inspirado em princípios de Roteiro para Cinema e metodologias inovadoras de Pensamento Visual e Processo Criativo.

O MAPA DA NARRATIVA é um caminho para te apoiar na jornada de construção e uma narrativa com:

Três passos

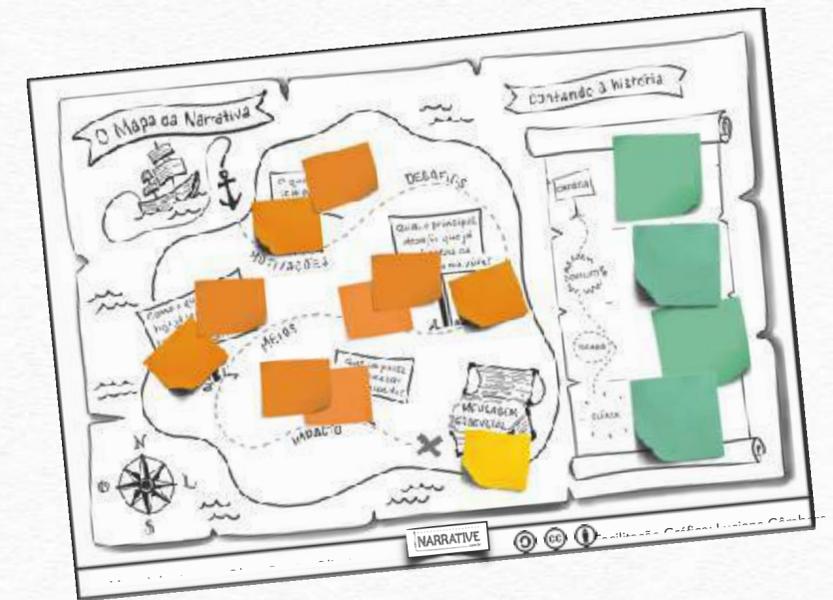


Caderno de anotações compartilhável



→ [Acesse Google Doc](#) ←

Mapa Visual



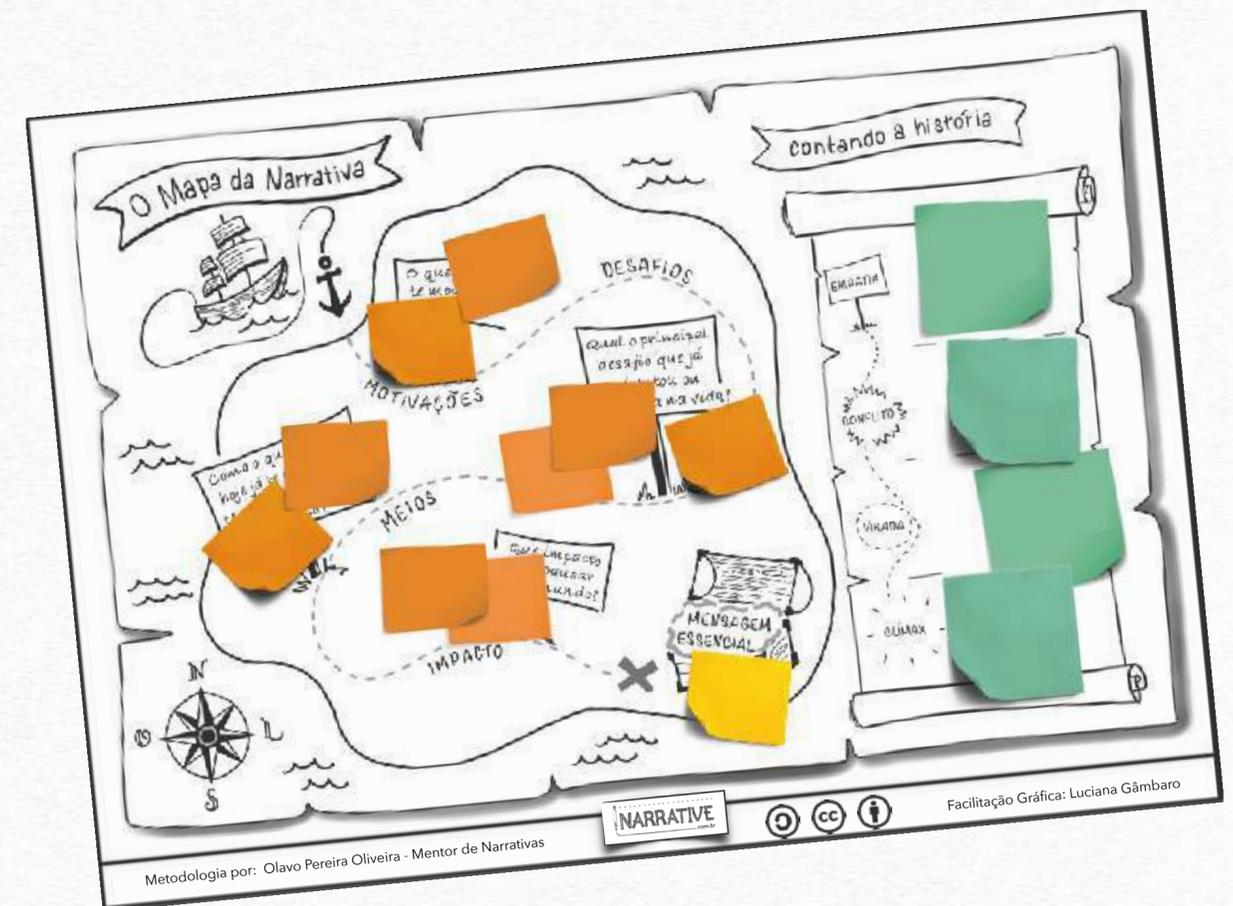
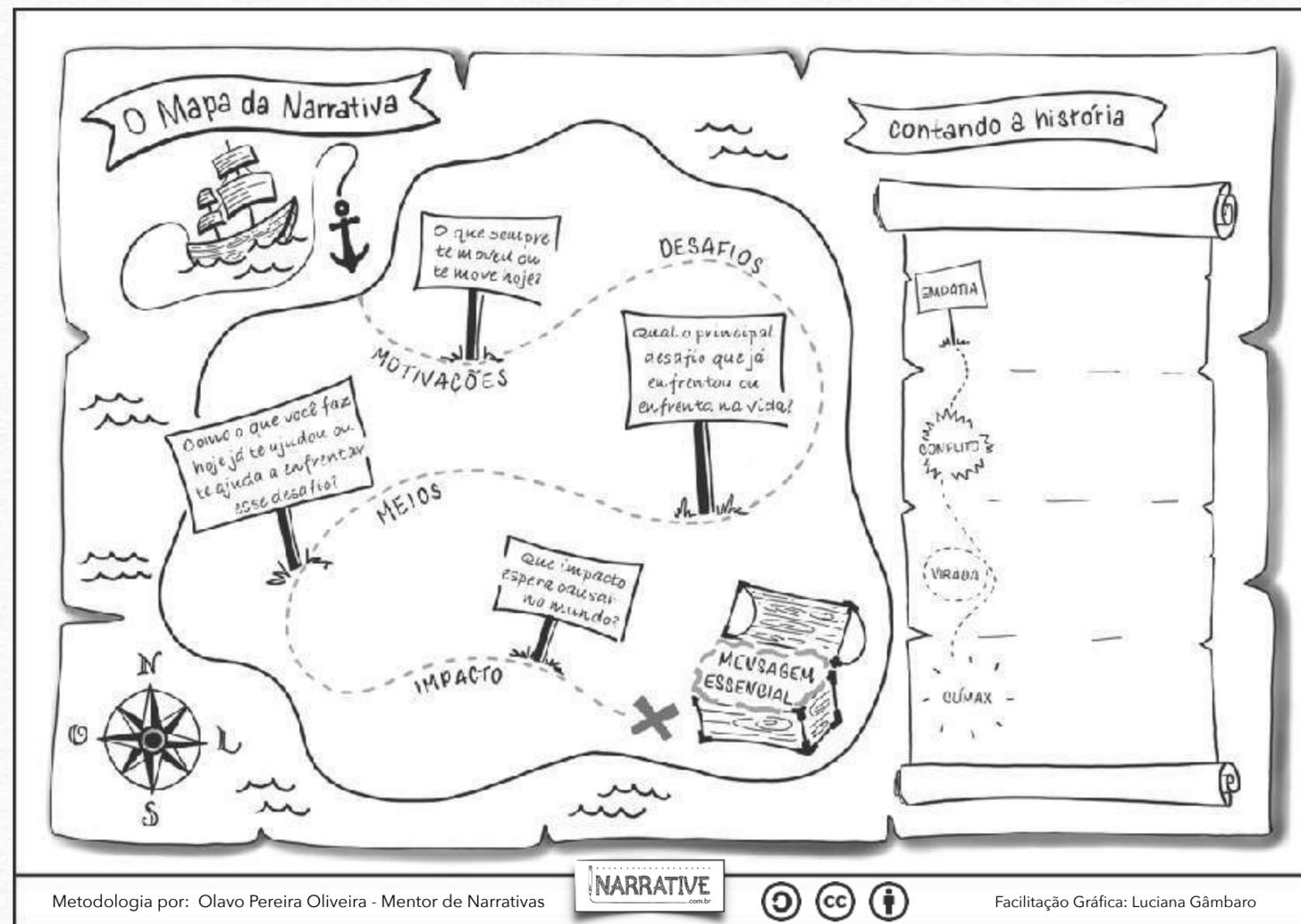
→ [Baixe PDF](#) ←



Faça o download do Mapa aqui



Você pode imprimir o Mapa e utilizar post-its para escrever todas as mensagens e insights que surgirem em cada passo da caminhada.



Independente de qual história que você tenha que contar, a sugestão é que você exercite primeiro construir uma **narrativa pessoal**, aquela história para chamar de sua.



Você pode utilizar sua narrativa pessoal na construção de seu perfil no LinkedIn, página de "sobre mim" no seu site ou a "bio" para um curso que vai dar, por exemplo.

Esse caminho é percorrido em três passos:

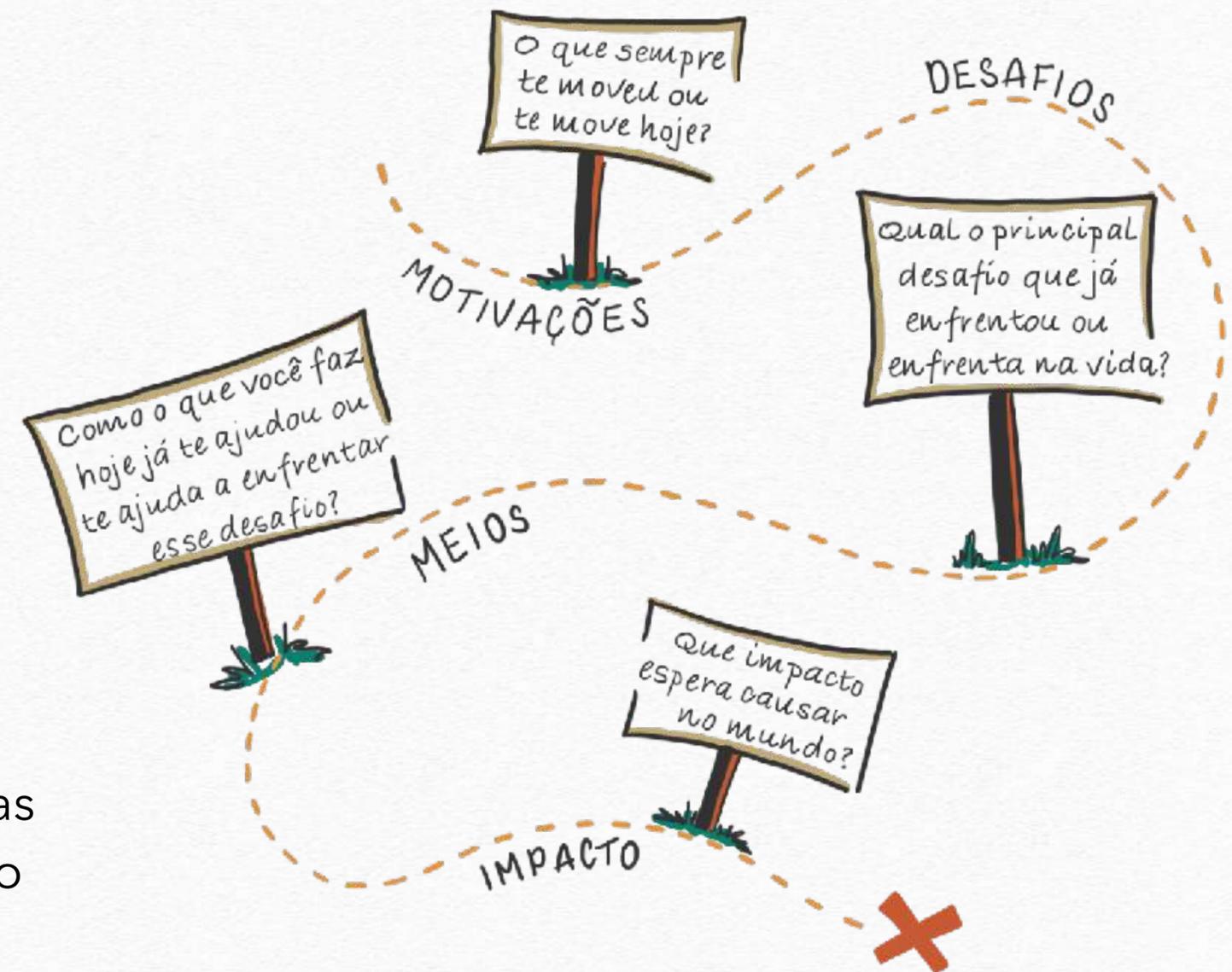


Mapeamento de Mensagens

Lembra da tal **liberdade criativa**?

A primeira etapa envolve uma sessão de exploração para mapeamento das Mensagens com quatro perguntas como ponto de partida, todas associadas a quatro campos fundamentais de exploração: **motivações, desafios, meios e impactos**.

A chave está em não parar na primeira resposta, mas ir além, **perguntando alguns porquês**, recordando momentos significativos da sua vida e buscando extrair o sentido de algumas escolhas que fazem parte da sua trajetória.



Mensagem essencial

O importante é que essa exploração te leve à descoberta de uma mensagem essencial sobre a sua narrativa.

Essa mensagem não é simplesmente inventada, mas descoberta, de dentro para fora. Assim, aumentam as chances de que ela expressar uma verdade sobre você: **o verdadeiro tema da sua história**. Por isso, essa descoberta muitas vezes é um destino natural da jornada que você percorreu se fazendo aquelas perguntas.

Podemos até ter como ponto de partida uma outra pergunta: **"Se o público pudesse reter uma única mensagem sobre sua história, qual seria?"**

Mas vale também uma pesquisa pelos quatro campos mapeados procurando encontrar alguma ideia, palavra recorrente para, então, **expressá-la de forma sintética**.

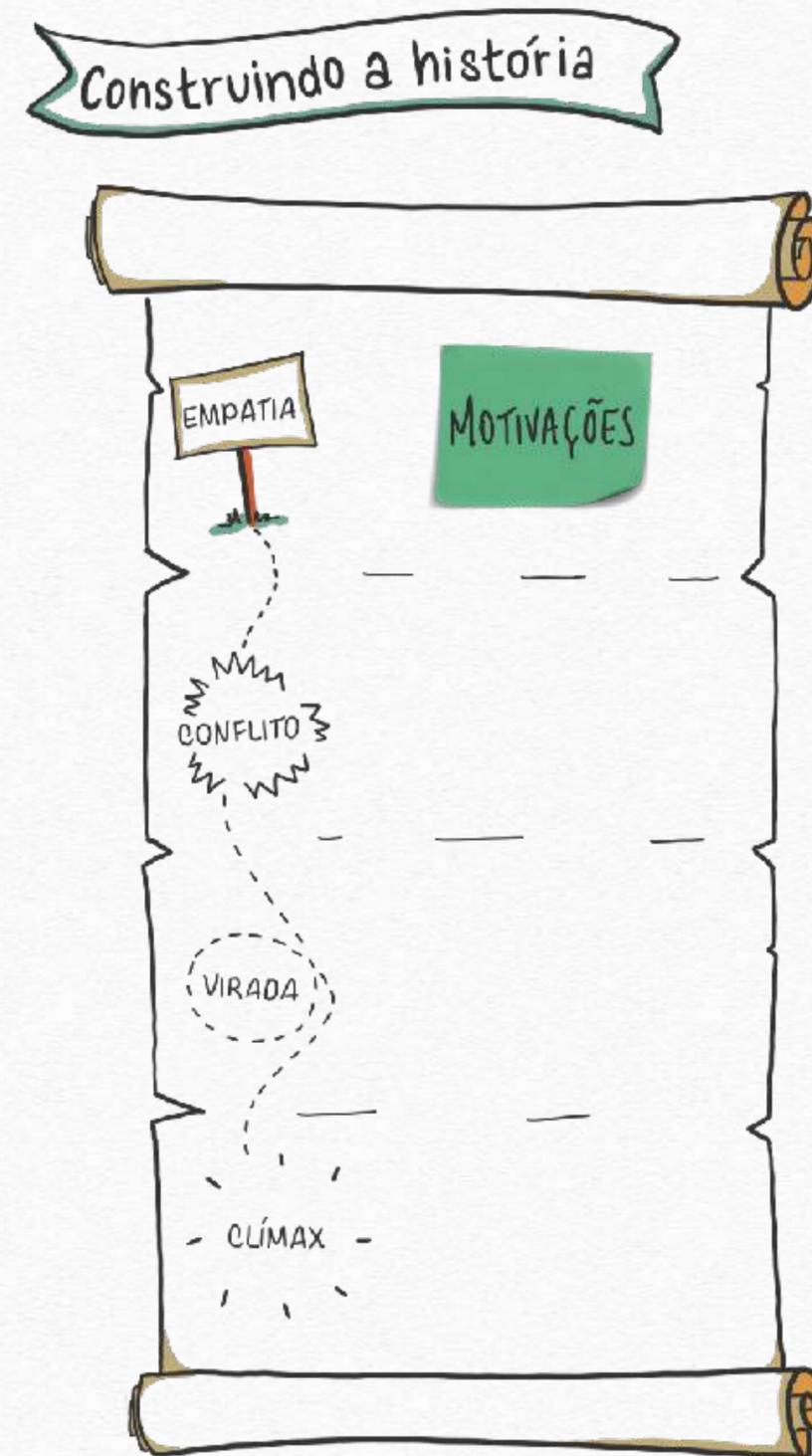


Linha Narrativa

A sua narrativa será construída em torno da mensagem essencial. Ela expressa a grande verdade da sua narrativa, sobre o que é a sua história.

Agora, as mensagens que você mapeou vão se conectar em uma Linha Narrativa, com início, meio e fim. A jornada de um protagonista, que será você, no caso de uma história pessoal, ou outra pessoa, em outros casos.

O importante é que o protagonista seja alguém com quem o público se identifique, com quem possa nutrir **EMPATIA**, um dos princípios fundamentais de uma narrativa.



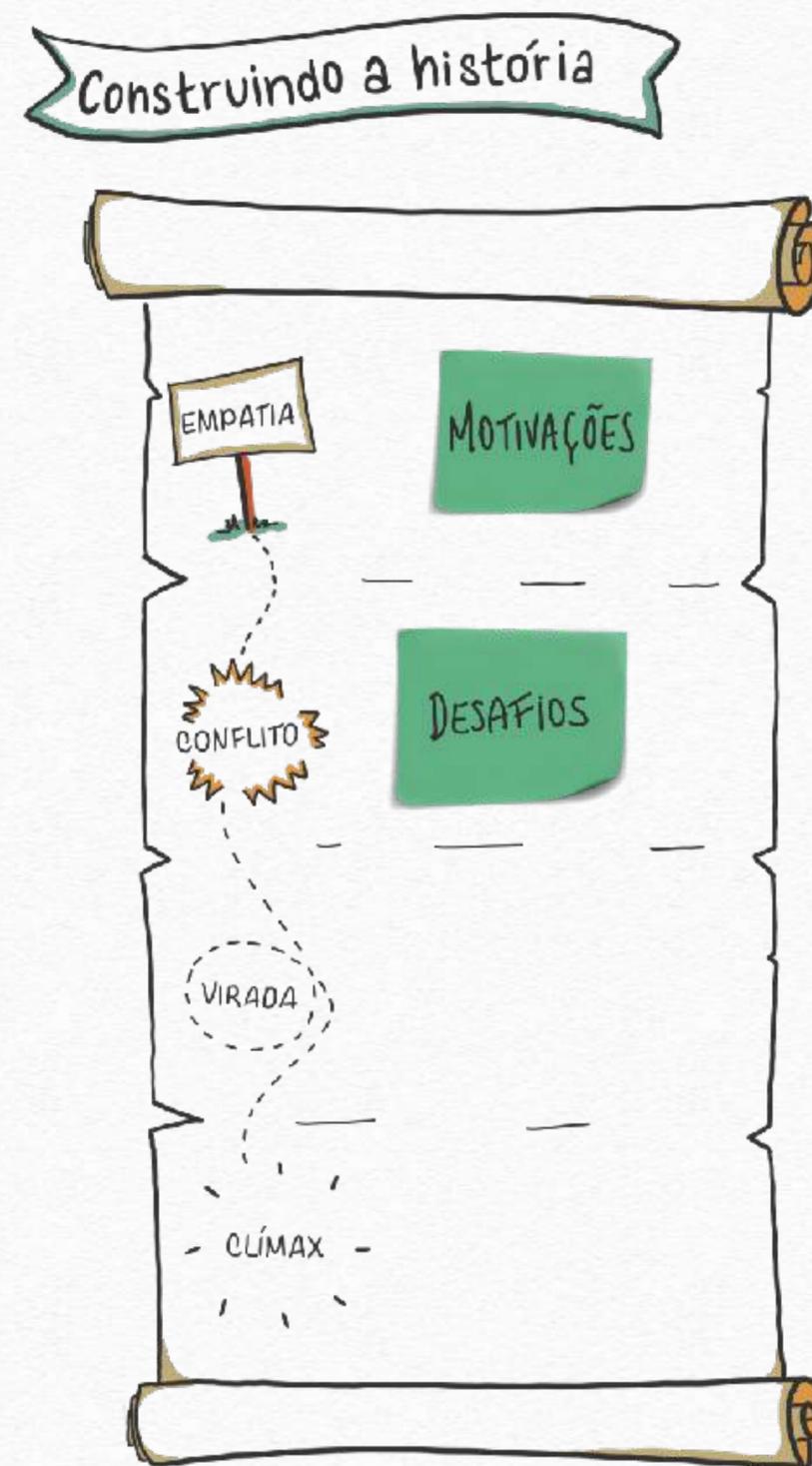
Início

As **motivações** que você mapeou no processo anterior são as motivações que norteiam o caminho desse protagonista. Ele é uma pessoa com visão de onde quer chegar.

Só que ele se deparou com algo que o impediu de chegar até lá.

Os desafios que você mapeou construirão o **CONFLITO**, as barreiras que o protagonista irá enfrentar nessa história e que você deve apresentar logo no início.

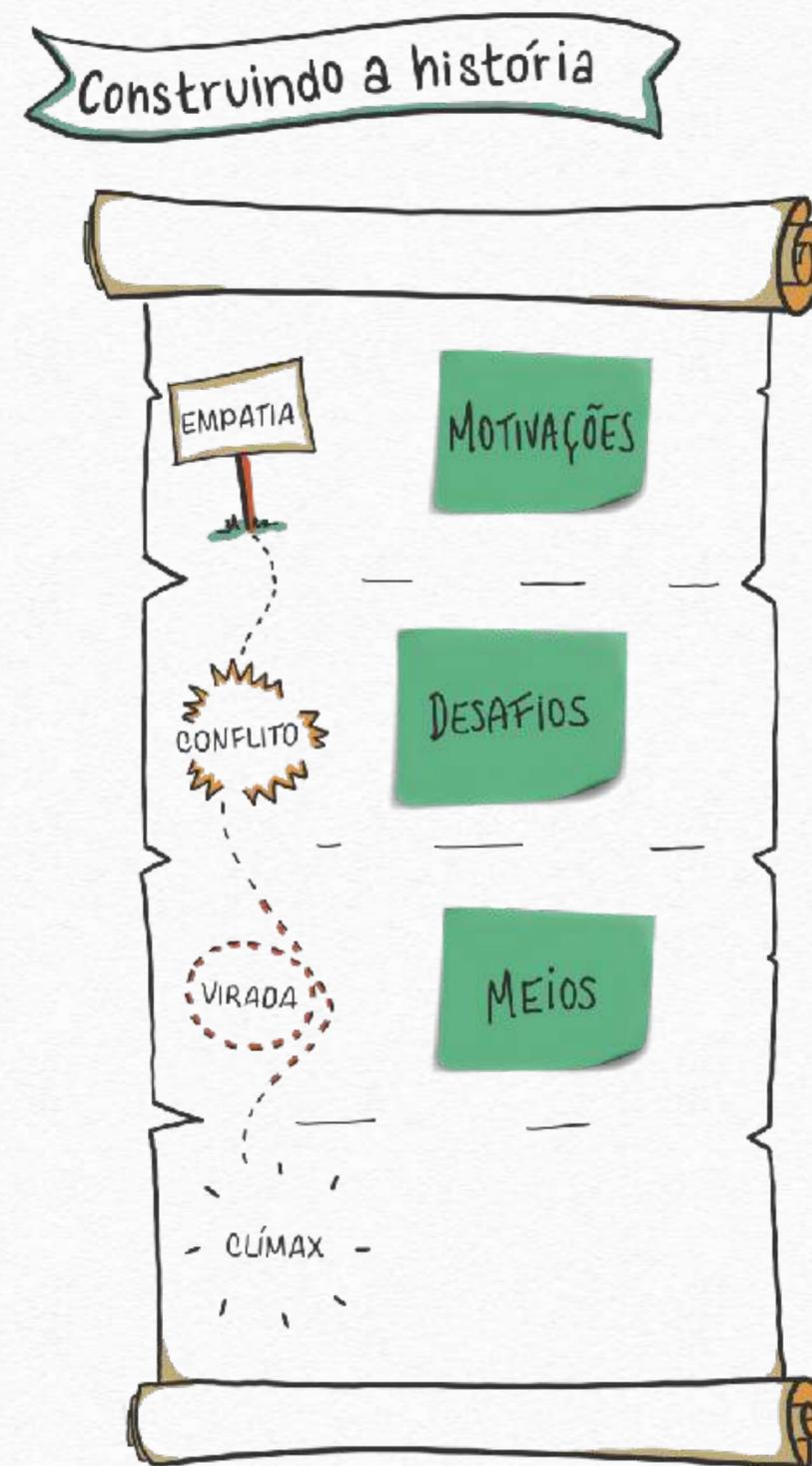
O conflito é o coração de uma narrativa.



Meio

Durante a história, cada desafio enfrentado representa uma **VIRADA**, que levará o protagonista a aprendizados, a novos desafios, aos meios que busca para enfrentá-los e aos impactos que busca causar tudo.

Tudo parte de mensagens que você mapeou no processo anterior e que vai apresentar agora já se encaminhando para o final da narrativa.

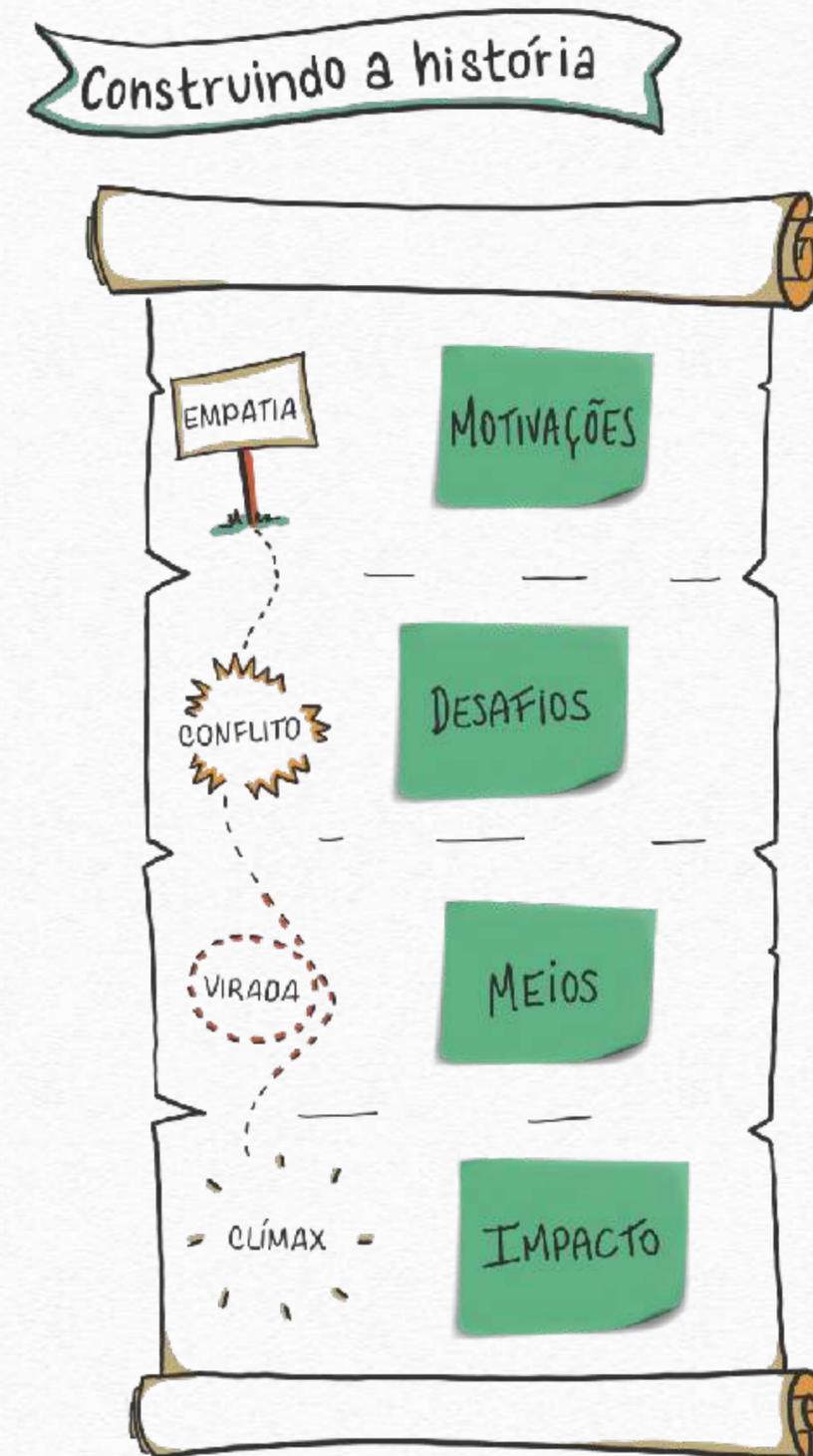


Fim

Sua história chega ao **CLÍMAX** e se encerra demonstrando o quanto seu protagonista se transformou com essa jornada, chegando a um lugar ainda melhor do que ele imaginava no início.

Não é assim que seu público deveria se sentir?
Positivamente surpreendido com aquilo que você contou para ele?

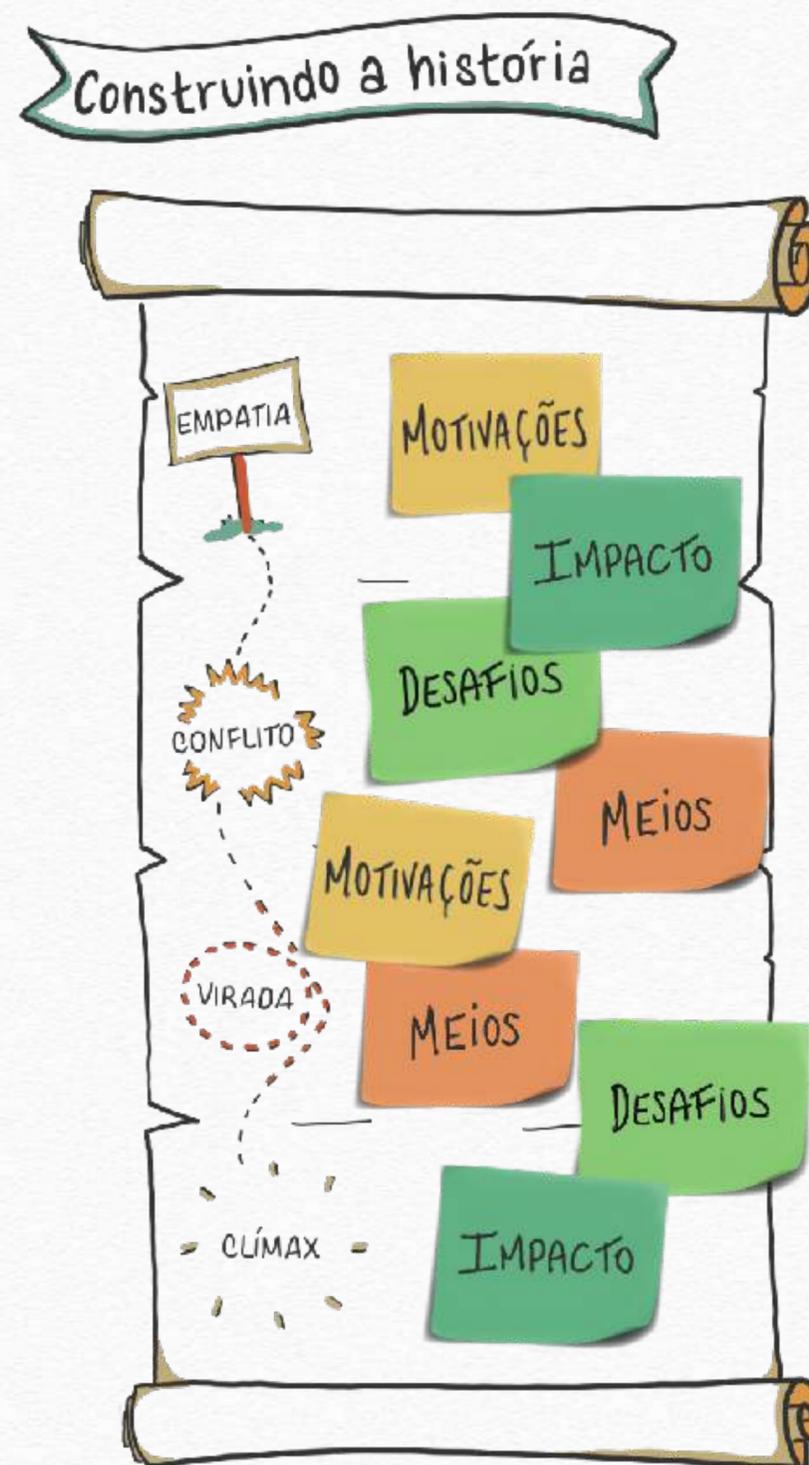
Pode ser um bom momento para reforçar a **mensagem essencial** da narrativa.



Mas a única receita para uma boa narrativa é a sua!

Sua história não precisa começar pelas motivações. Essa é apenas uma construção possível de várias!

Tudo dependerá das **escolhas que fizerem mais sentido para você**. As escolhas ficam mais claras quanto mais rica tiver sido a etapa de Mapeamento das Mensagens.



M.V.N.

A empatia, o conflito, as viradas e o clímax a que chega o protagonista só se tornam verdadeiras se a narrativa é contada por quem deu vida à ela.

Se para as startups existe o Mínimo Produto Viável (MVP), por que não existir também uma **Mínima Narrativa Viável (MVN)**?

É a versão “pitch” da narrativa, que pode ser utilizada no elevador, no café e até no almoço de domingo quando você precisa contar para a sua tia o que você faz.

E por que não se gravar?

Assista-se para perceber o que o seu público sentirá. Pode ser desconfortável, mas você irá aprender muito e a partir daí pode mudar e recontar história quantas vezes for preciso.

Só depois de contar a sua história é que você irá transformá-la em texto, vídeos, posts, enfim, todo e qualquer conteúdo que você queira e precise gerar.



E se não for uma narrativa pessoal?

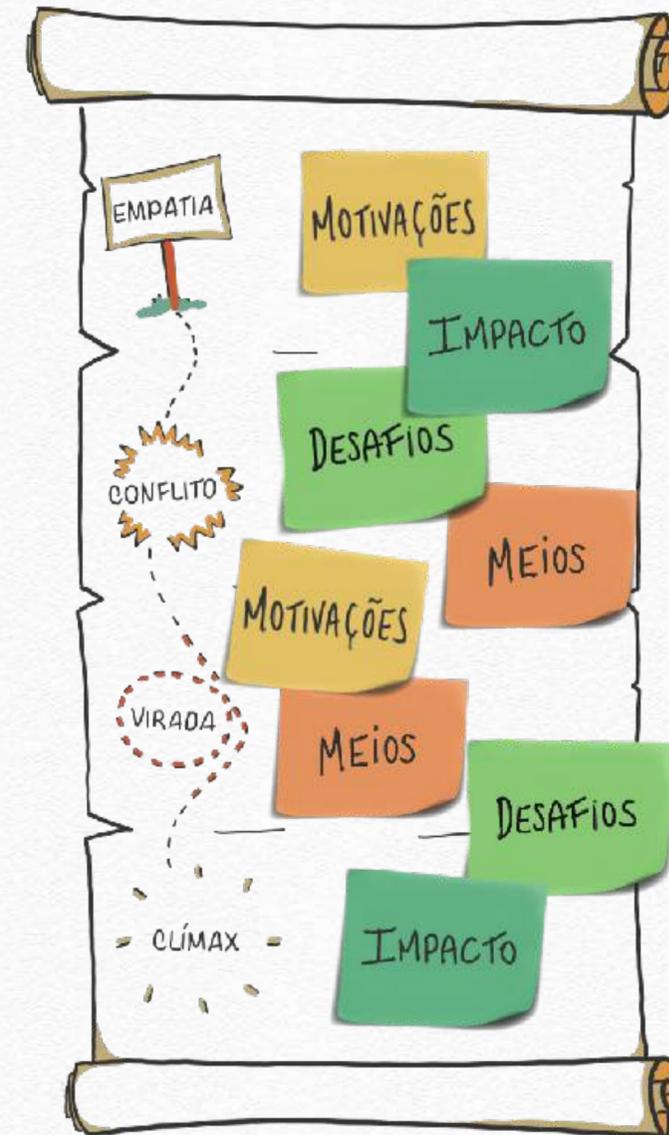
Caso você queira construir a narrativa sobre um projeto profissional, uma marca, produto ou serviço, basta direcionar para o público-alvo da sua comunicação as mesmas perguntas do passo **DESCOBRIR**.



Check-list de autoavaliação da sua narrativa

A narrativa...

- 1) Criou empatia, fazendo o público se identificar com as mensagens?
- 2) Trouxe conflitos e viradas, mostrando valores opostos de uma mesma situação?
- 3) Ao chegar ao clímax, gerou uma experiência emocional significativa?
- 4) Falou a verdade e nada mais que a verdade sobre você?



Check-list de autoavaliação da sua expressividade



- 1) Há excesso ou falta de movimentação?
- 2) Estabeleço um contato visual seguro e constante com a câmera?
- 3) Há pausas e uma fala cadenciada, ou uma fala muito rápida que atropela palavras e a respiração?
- 4) Articulo bem a fala e enfatizo palavras importantes da narrativa?

QUER UM RESUMÃO DESSE GUIA EM VÍDEO?



Assista!



Olavo Pereira Oliveira

Consultor em comunicação, jornalista e cineasta, já trabalhou como montador, roteirista, gestor de canais de TV

Corporativa e consultor de apresentações. Elaborou o método "O Mapa da Narrativa" após mais de 15 anos criando e cocriando narrativas que expressem a autenticidade de pessoas e empresas.

Narrative Storytelling 

Narrative Storytelling 

Canal Narrativas 

@narrativestorytelling_ 

olavo@narrative.com.br 

Para fechar, um resumo visual de tudo isso!

O MAPA DA NARRATIVA



Você precisa contar uma história?

Por onde começo?
Qual a mensagem?
Como termino?

É importante ter **LIBERDADE Criativa**

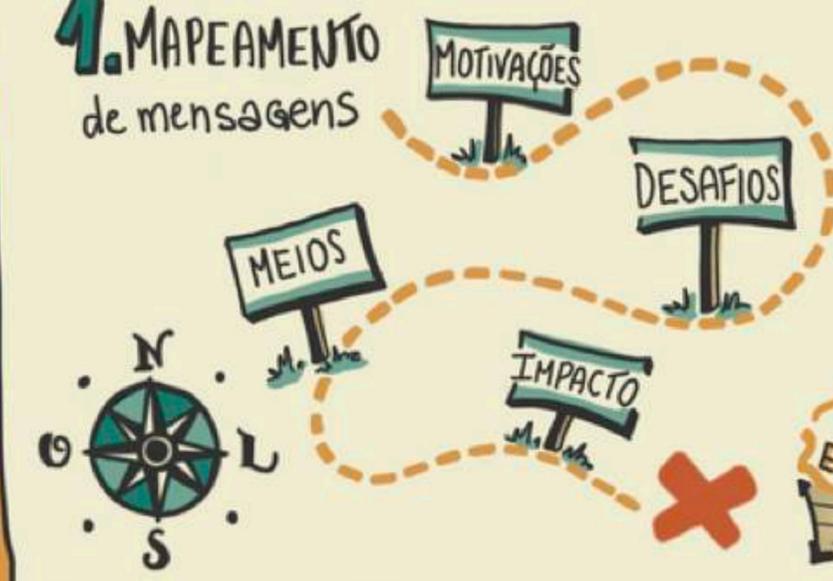
JORNADA DE DESCOBERTA
essência da sua Comunicação

Comece com uma **NARRATIVA PESSOAL**

em 3 Passos

1. Descobrir 2. Construir 3. Contar

1. MAPEAMENTO de mensagens



2. LINHA narrativa



3. GRAVAR sua narrativa

