

IMERSÃO  
**DESBLOQUEIO**  
da Fluência

*Aquecimento*  
**MATERIAL  
EXTRA**

AULA DE AQUECIMENTO 2



# Aula 2 — Memória não é dom. **É técnica.**

TIA DO INGLÊS

16 DE JUNHO DE 2026

## A verdade que muda o jogo

- Eu não esqueço porque “passei da idade”.
- Eu esqueço porque tentei memorizar com repetição sem imagem.

## Como o cérebro adulto grava (andragogia + neuroplasticidade)

Andragogia é o jeito como adultos aprendem melhor.

Adulto não aprende igual criança — e isso não é defeito, é vantagem.

Um adulto aprende muito mais rápido quando:

- entende pra que serve (aplicação real, hoje);
- sente que aquilo resolve um problema de verdade (viagem, reunião, conversa, série);

- participa do processo com autonomia (sabe o que treinar e por quê);
- usa a própria experiência como “gancho” (a vida vira material de estudo);
- vê progresso rápido (tipo academia: você sente que trabalhou o músculo).

## **Tradução direta:**

Se o conteúdo não faz sentido pra sua vida, seu cérebro adulto ignora.  
Quando faz sentido, ele gruda.

## **Resumindo: Adulto grava melhor quando tem:**

- 1. Sentido** (pra que serve)
- 2. Imagem** (visual)
- 3. Emoção** (engraçado/absurdo)
- 4. Contexto** (um lugar/caminho)
- 5. Repetição curta** (2–3 passadas)



## O que é Neuroplasticidade?

(a prova de que seu cérebro ainda aprende)

**Neuroplasticidade é a capacidade do cérebro de mudar e criar novas conexões.**

É literalmente o cérebro falando: “ok, isso aqui você está usando... então vou fortalecer esse caminho.”



### Pensa assim:

- Cada vez que você treina do jeito certo, você “abre uma trilha” no cérebro;
- repetição com sentido transforma trilha em estrada;
- você não perde a capacidade de aprender com a idade — você só fica **mais seletivo**.

## Por isso você esquece tanto quando “decora”:

- decorar é repetir sem ligação → o cérebro acha inútil e apaga;
- memorizar de verdade é criar ligação  
→ **imagem + emoção + contexto.**

## Frase pra você guardar:

*“Seu cérebro não está fraco. Ele só parou de aceitar conteúdo sem propósito.”*

## Técnica “Pelé Pelado” (resumo rápido)

1. Escolha 10–20 lugares fixos (porta, sofá, geladeira...)
2. Transforme cada item numa cena absurda naquele lugar
3. Faça 2 passadas mentais (ida e volta)
4. Teste: aleatório e de trás pra frente

Você ainda se lembra da lista original?

Escreva os 20 itens na próxima página.



IMERSÃO  
**DESBLOQUEIO**  
da Fluência

Na Imerão Desbloqueio da Fluência,  
eu vou construir um plano para  
você falar inglês **fluyente em**  
**10 meses** através da aprendizagem  
acelerada, uma combinação de  
neuroeducação e PNL, que funciona  
**exclusivamente para adultos.**

**QUERO ME INSCREVER**

