

COMUNICACIÓN. TÉCNICAS PARA HABLAR EN PÚBLICO

“La habilidad para exponer una idea es tan importante como la idea en sí misma”
(Aristóteles)

Justificación

Decía Cicerón que Demóstenes (Grecia, 384 AC – 322 AC) era “el orador perfecto”, y esto no parece llamarnos la atención si tenemos en cuenta que hablar bien es una competencia necesaria si se es político, escritor profesional de discursos judiciales y experto en oratoria, como la historia señala en las biografías de Demóstenes.

Lo que sabemos también es que en sus comienzos tenía dificultades para pronunciar la letra “r”, y en opinión de sus contemporáneos Plutarco y Queronea, sus discursos estaban llenos de largas frases que los hacían muy duros y hasta “desagradables”. Su voz era débil, su habla extraña y resultaba complicado entenderle.

Demóstenes pudo evitar las críticas de sus contemporáneos abandonando la idea de hablar en público, pero en cambio, se puso a trabajar en su propio proceso de mejora, trabajando la dicción, la voz, los gestos... y con el paso del tiempo se convirtió en un gran orador.

Hablar en público es una de las dimensiones de la asertividad y, como tal, una competencia imprescindible tanto en el ámbito profesional en general, como en Cáritas en particular, en el que son frecuentes las reuniones, las charlas, los encuentros con medios de comunicación, la formación, entre otros.

Siendo una competencia se puede aprender, y en estos talleres trabajaremos algunas técnicas y herramientas que nos permitirán desarrollar discursos en los que seamos capaces de conectar con los demás y causar buen impacto.

Objetivos

- Aprender a estructurar un discurso/exposición, atendiendo a los objetivos que se pretendan.
- Comprender la importancia de la preparación previa para asegurar el control de tiempos, lenguaje y contenidos.
- Conocer herramientas que permiten captar la atención de los oyentes.
- Analizar la intencionalidad de las preguntas que se les realizan, siendo capaces de proporcionar las respuestas adecuadas tanto cuando se está ejerciendo de portavoz como cuando se responde a una pregunta en el marco de una mesa redonda o conferencia.
- Llevar a cabo técnicas sencillas para minimizar el miedo y la vergüenza a hablar en público.
- Conocer, para aplicar, las principales técnicas para interactuar con la audiencia, promoviendo la comunicación empática.

Contenidos

- La competencia “Hablar en público”
- La estructura y el contenido del discurso
- Las habilidades para hablar en público
 - La regulación de las emociones
 - La credibilidad
 - El manejo del lenguaje verbal y no verbal
 - El cuidado de las primeras impresiones
 - El manejo de preguntas
 - La creación de imágenes de apoyo
- El cuidado del entorno

Metodología

El programa se plantea para realizar en dos fases y va dirigido a personal de Cáritas en Burgos. El curso se imparte en dos fases claramente diferenciadas:

- La primera, teórico-práctica, se imparte a dos grupos de aproximadamente 25 personas cada uno.
- La segunda, totalmente práctica, se lleva a cabo varias semanas después de la primera exposición y a ella asistirá un grupo de menor tamaño, seleccionado de entre los asistentes a los dos cursos de la primera fase.

En función de los objetivos marcados, la metodología compartirá teoría y práctica, realizando diferentes dinámicas y ejercicios prácticos que permitan tanto descubrir los contenidos teóricos, como aplicar los distintos conceptos que se van aprendiendo.

Para facilitar el aprendizaje significativo, se tendrán en cuenta los conocimientos y la experiencia previa de los participantes en la acción formativa, fomentándose que, dentro de los objetivos planteados para el curso, sean ellos mismos los que vayan construyendo los contenidos, teniendo en cuenta sus propias experiencias pasadas.

Se utilizarán metodologías activas, en las que, tras una exposición de contenidos, se realizarán ejercicios, estudio de casos, preguntas, dinámicas con tarjetas (similar a Metaplan o TGN) u otras actividades, de manera que los contenidos teóricos vayan quedando plasmados en prácticas que se puedan concretar en la realidad del puesto de trabajo de los participantes en la formación.

En la primera sesión formativa, a la que acudirá el grupo al completo, se realizará un análisis de una conferencia corta y a través de ella los participantes podrán descubrir los aciertos y desaciertos de la misma, una vez conocidos los elementos técnicos.

Para la segunda sesión formativa, que será 100% práctica, cada uno de los participantes deberá haber preparado una exposición y la realizará frente al resto de participantes, siendo analizada y auto-evaluada para el refuerzo de los aspectos positivos y la mejora en alguna debilidad que se haya podido presentar.

Esta segunda sesión contará con el apoyo de un operador de cámara y realizador que se encargará de la grabación de las exposiciones de los participantes y que posteriormente serán entregadas a los interesados.

Por su probada efectividad, se seguirán las líneas directrices del aprendizaje de las competencias emocionales promovidas por el Consortium on Emotional Intelligence In The Organization, entre las que se encuentran prácticas como la evaluación del trabajo, el feed-back continuo, la evaluación de la predisposición y motivación y el fomento del cambio autogestionado, entre otros.

Datos generales

Modalidad: Presencial

Duración: 10 horas

Fechas: 25 y 28 de noviembre de 2019

Horario: 09-14 horas

Profesores

M^a Jesús Mata Verdejo

Ha desarrollado su carrera profesional como Directora de Recursos Humanos, Consultora, Docente, y Directora de Atención al Cliente, habiendo realizado así mismo otras labores técnicas.

Como docente, ha impartido más de 10.000 horas de formación (en modalidad presencial y de teleformación) y he elaborado medios didácticos tanto para la formación presencial como para *e-learning*.

A nivel académico, es licenciada en Ciencias Políticas y Sociología y ha realizado diversos estudios de postgrado: Máster de Dirección y gestión de Recursos Humanos, Titulada Experto profesional en e-learning 2.0: educación por Internet y formación *online*, y está en posesión del Certificado de Docencia y del Diploma de Estudios Avanzados dentro del doctorado en Formación y Competencias Socioemocionales.

David Ávila Poyo

Licenciado en Comunicación Audiovisual por la UCM
Realizador en Antena 3 Televisión y Telemadrid
Responsable de Audiovisuales de GlobalCESS