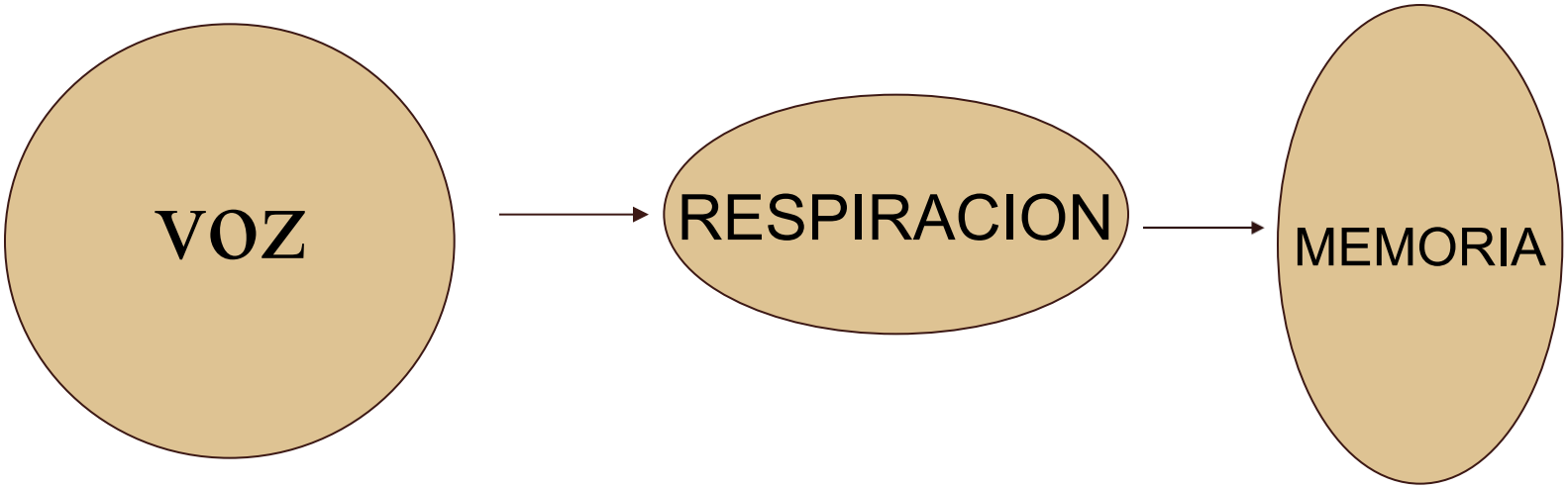
TALLER DE ORATORIA.

EFECTIVIDAD EN LA COMUNICACIÓN

Lic. Luis E. Pérez Novas M.A.

ELEMENTOS COMUNICACIONALES

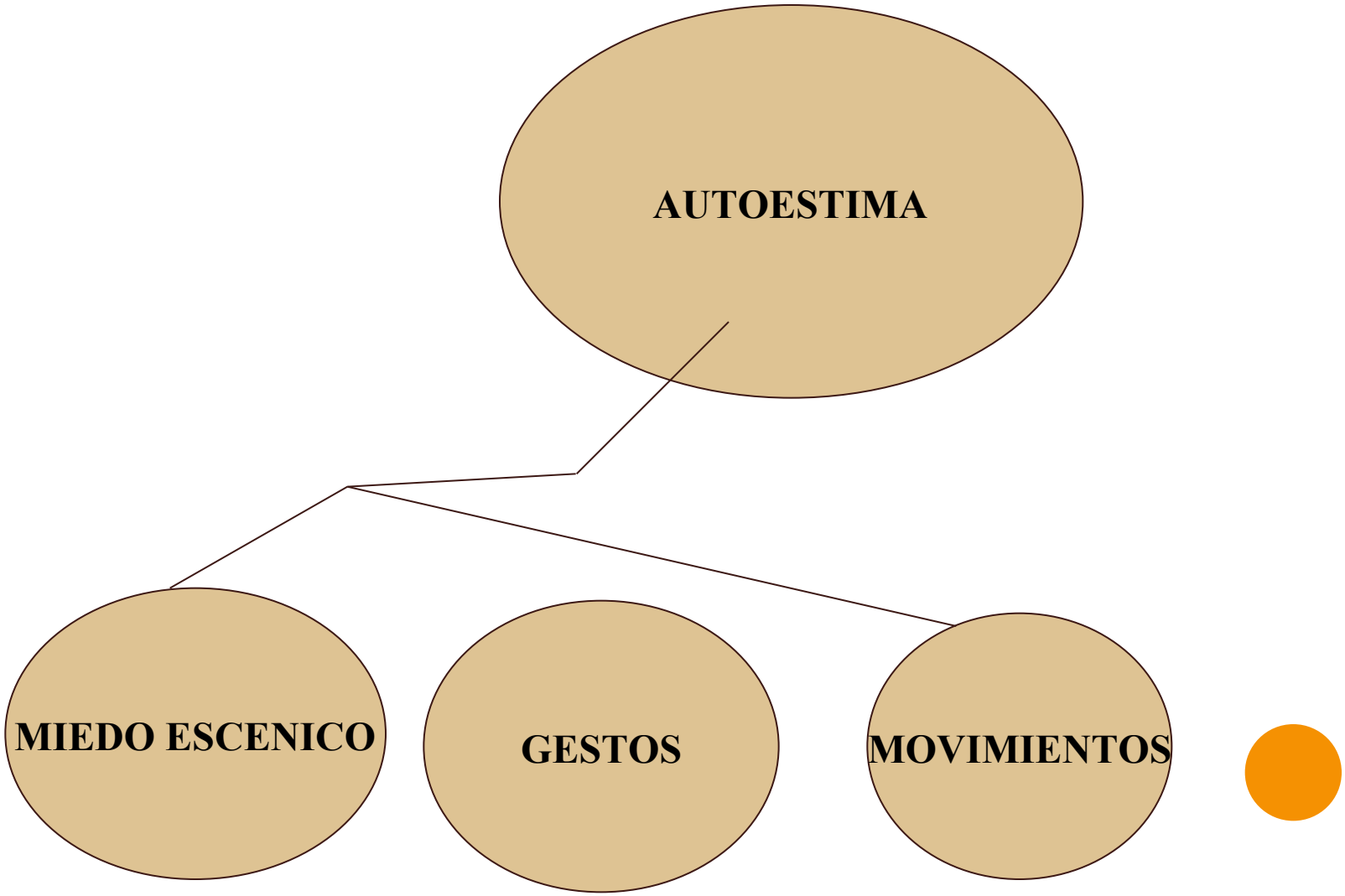


ELEMENTOS PARA HABLAR EN PUBLICO

- 1-PREPARACION
- 2-SEGURIDAD
- 3-ELEMENTOS DE APOYO
- 4-ESQUEMA DE LO QUE VA A DECIR
- 5-ENSAYAR ANTES
- 6-HABLAR DESPACIO
- 7-ROPA ELEGANTE
- 8-NO MOSTRAR NERVIOS EN PREGUNTAS
- 9-BEBA AGUA

10-MIRE A LOS EXPECTADORES.

TECNICAS EFECTIVAS PARA HABLAR EN PUBLICO



1. CÓMO COMUNICAMOS: LA COMUNICACIÓN GLOBAL

- El ser humano está constantemente comunicando con todo su ser.
- Formas de comunicación:

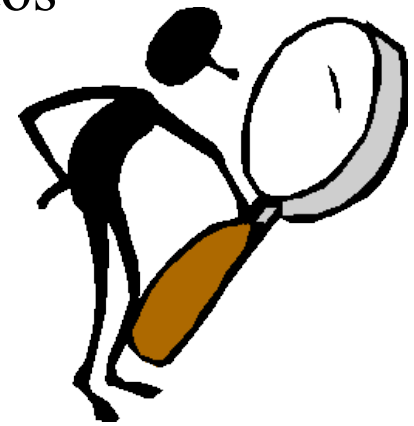
  - Comunicación verbal: el lenguaje tanto en fondo como en forma.

  - Comunicación no verbal: lenguaje que el cuerpo añade al mensaje verbal (postura, gestos, movimientos y estética).

  Comunicación paraverbal: la voz y sus cualidades (tono, vocalización, respiración y pausas).

2. CÓMO ANALIZAR EL MODELO DE COMUNICACIÓN PERSONAL

- Diagnosticar implica aprender a observar.
  - Una simple observación indica muchos datos simultáneamente.
  - Observar sin interpretar, sin juzgar.



- Para realizar una buena observación:
  - Concentración.
  - Anotar lo que se ve y oye.
  - Utilizar una guía de datos importantes.

2. CÓMO ANALIZAR EL MODELO DE COMUNICACIÓN PERSONAL

Guía de observación:

- La primera impresión.
- La comunicación verbal:
  - Contenido del mensaje.
  - Estructura del discurso.
  - Claridad de las ideas.
  - Adaptación al público.
  - Creatividad.

- La comunicación no verbal:
  - Postura del cuerpo.
  - Rostro.
  - Sonrisa.
  - Mirada.
  - Manos.
  - Estética.

- El uso de la voz:
  - Tono.
  - Vocalización.
  - Pausas.
  - Respiración.

4. Preparando el discurso: fondo y forma

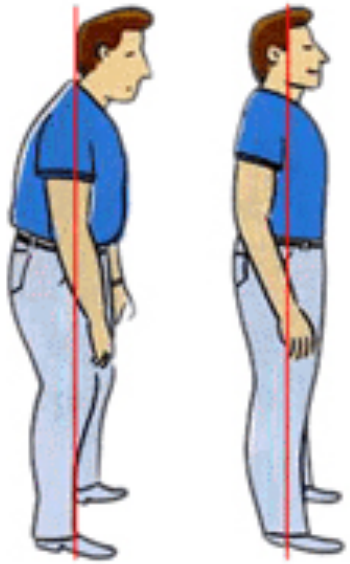
- Organizar el discurso:
  - Introducción:
    - Presentación. Quién soy.
    - Objeto de la charla. Qué voy a contar.
    - Idea clave.
    - Guión de nuestra charla. Índice.
  - Desarrollo:
    - Debe ser sencillo para facilitar la recepción. La mente recuerda mensaje globales y detalles anecdóticos. Principalmente recordamos el inicio y el final de un mensaje.
  - Conclusión:
    - Breve resumen.
    - Idea clave.
    - Debate, preguntas o aclaraciones.
    - Agradecimientos.

7. EL CUERPO TAMBIÉN HABLA: LA COMUNICACIÓN NO VERBAL

- El 80% del mensaje lo transmitimos a través del cuerpo y la voz.
- La congruencia refuerza el mensaje y su falta produce desconfianza.
- Comunicación no verbal:
  - Postura del cuerpo.
  - Rostro.
  - Manos.

7. EL CUERPO TAMBIÉN HABLA: LA COMUNICACIÓN NO VERBAL

- La postura del cuerpo, el eje:
  - Relación entre la columna, el cuello y el correcto uso de la voz.
  - La buena postura ayuda a superar el “trac”.
    - Espalda recta.
    - Pies alineados con los hombros (peso).
    - Rodillas ligeramente flexionadas.



7. EL CUERPO TAMBIÉN HABLA: LA COMUNICACIÓN NO VERBAL

- El rostro: mirada y sonrisa.
  - Comunica todo el rostro, transmite infinidad de expresiones.
- Mirada: “los ojos son el espejo del alma”.
  - Brillan de alegría.
  - Estímulos agradables o emocionantes hacen que se dilaten las pupilas.
  - Retirar la vista indica rechazo.
  - Mirar fijamente puede intimidar.
  - La mirada debe ser móvil, barrido visual, esto nos da información sobre el público.
  - La mirada está fija al responder una pregunta.

7. EL CUERPO TAMBIÉN HABLA: LA COMUNICACIÓN NO VERBAL

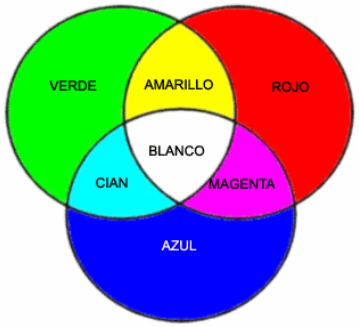
- La sonrisa:
  - Signo de emoción positiva.
  - Las emociones se contagian.
  - Transmitimos las emociones que sentimos. No se deben falsear ya que se detecta muy fácilmente.

- Las manos:
  - Ayudan a marcar ritmos y enfatizar el mensaje verbal.
  - Deben estar libres y dejarlas ir de modo natural.

7. EL CUERPO TAMBIÉN HABLA: LA COMUNICACIÓN NO VERBAL

8. El poder de la imagen

- La imagen forma parte de la comunicación no verbal.
- Refleja nuestras autoestima, actitudes, opiniones y emociones.
- Uso del color: El color es símbolo de emoción.
  - Blanco: Pureza, transparencia vs Frialdad, ause color.
  - Negro: Oscuridad, tristeza vs Elegancia.
  - Rojo: Pasión, energía vs Agresividad, sangre.
  - Azul: Profundidad.
  - Verde: Frescura y relajación.



8. El poder de la imagen

- Uso del color:
  - Si pretendemos entusiasmar usaremos colores vivos (rojo, amarillo, naranja).
  - Si pretendemos mandar un mensaje tranquilizador (verde, beige, azul claro).

- Cómo vestimos en el mundo del trabajo:
  - Estética femenina vs Estética masculina.

- Curiosidad: Tras las guerras mundiales los vestid de las mujeres se volvían más seductores, para causar mas interés al hombre y asegurar la supervivencia de la especie.

9. EL USO DE LA VOZ: LA COMUNICACIÓN PARA VERBAL

- Refleja la emoción.
- Permite vocalizar, entonar, cantar, susurrar, etc.
- La postura es importante, es la relación cabeza-cuello-espalda la que le otorga sus características.
- Puntos importantes:
  - Postura.
  - Respiración.
    - Respirar por la nariz en los silencios y expulsar por la boca al hablar.
  - Tono.

10. GESTIONE SUS EMOCIONES: LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL

- Transmitimos lo que sentimos, las emociones son contagiosas. Gestionar nuestra emociones nos permitirá transmitirlas correctamente.
- El “trac” surge de las inseguridades de la persona sobre sí misma, al exponerse frente a un público, llenando su mente de pensamientos negativos.

11. CREATIVIDAD E IMPROVISACIÓN

- ¿Qué es la creatividad?
  - Crear: acción de empezar a existir una cosa.

  - Los elementos emocionales son muy importantes en el proceso creativo. El peso de la emoción es el responsable del producto final.
  - Existen dos tipos de pensamiento:
    - Lineal: pensamiento racional, secuencial, se basa en la experiencia.
    - Lateral: pensamiento creativo, a saltos, no necesita de la experiencia.

PARA RECORRER MIL KILÓMETROS ES NECESARIO DAR UN PRIMER PASO.

MUCHAS GRACIAS.