



José Luís Lozano

Moisés Ángel Alegre

Sólo un buen hábito quita un mal hábito



Moisés Ángel Alegre

José Luís Lozano

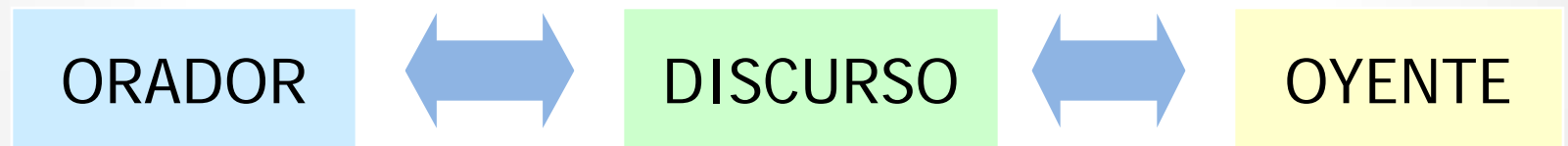
Técnicas básicas para hablar en público: *Qué y Cómo decirlo*





EL ORADOR Y EL OYENTE

- 1.- CONOCER LAS PROPIAS HABILIDADES COMUNICATIVAS
- 2.- CONSIDERAR LA SITUACIÓN DEL OYENTE
- 3.- CONSIDERAR LAS CONDICIONES QUE RODEAN EL DISCURSO



Equilibrio de los componentes del proceso de comunicación



EL ORADOR Y EL OYENTE

1.- EL MENSAJE SE COMPONE DE : ENTROPÍA Y REDUNDANCIA

ESCUCHAR REFLEXIONAR ESCUCHAR

2.- EL ORADOR Y EL OYENTE TIENEN QUE SINTONIZAR LA MISMA FRECUENCIA:

- QUE EL NIVEL ESTÉ ACORDE CON EL PÚBLICO
- QUE EL DISCURSO OFREZCA COSAS NUEVAS.



CONOCIMIENTO DE LA AUDIENCIA



Quiénes



Cuántos



Qué quieren saber



Actitud previsible



CONOCIMIENTO DEL LUGAR



Dominio del espacio y de los medios.



SALIDA A ESCENA

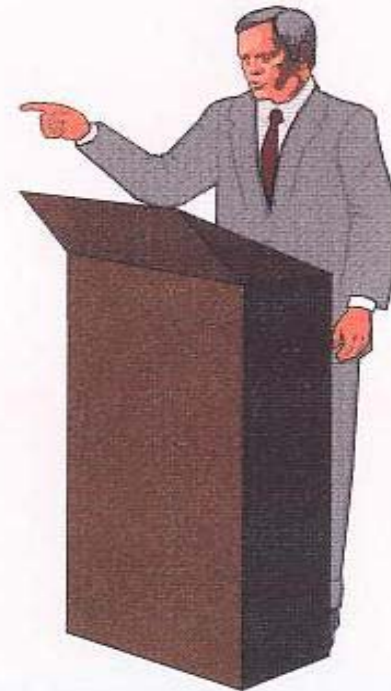
- ! ATENCIÓN
- ! BENEFICIOS
- ! CREDENCIALES
- ! DIRECCIÓN Y DESTINO



SALIDA A ESCENA

EXPECTATIVAS

- ☞ Sala
- ☞ Atuendo
- ☞ Medios
- ☞ Aspecto físico





Moisés Ángel Alegre

José Luís Lozano

¿A QUÉ LE
TIENES MIEDO?



Me da miedo
hablar en público

Creo que lo he hecho
muy mal

No estoy convencido de
que lo que diga sea
suficientemente
interesante

La gente me mira
como si no entendiera
nada

Los nervios me dificultan
poder leer mi discurso, lo
veo borroso



EL ORADOR Y EL OYENTE

COMO HACER DESAPARECER LOS NERVIOS

- 1.- EL ESTAR TENSO ES ABSOLUTAMENTE NORMAL, INCLUSO BENEFICIOSO: NOS DA MAYORES DOSIS DE CONVICCIÓN.
- 2.- PRACTICAR TÉCNICAS RESPIRATORIAS.
- 3.- LA ROPA TAMBIÉN JUEGA SU PAPEL
- 4.- HABLAR DE LO QUE SE SABE
- 5.- TENER CLARO EL OBJETIVO Y LA AUDIENCIA.
- 6.- PREPARAR A FONDO LO QUE SE QUIERE DECIR



Me gusta muchísimo hablar
en público

Creo que ha sido un éxito

Debo comunicar algo que
creo que interesará

Puedo hablar sin haber leído
todo lo que he escrito

Me preparo bien el
discurso

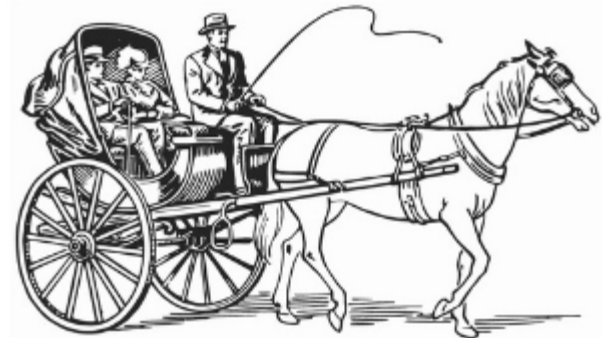
Estoy un poco nervioso,
pero me gusta dirigirme a
este público

Me he informado del tipo
de público que habrá







COMUNICACIÓN NO VERBAL

- ! Posición del orador
- ! Mirada / Contacto visual con
Feed-Back
- ! Sonrisa
- ! Manos





VOZ

-  Vocalización
-  Velocidad
-  Tono y volumen
-  Pausas

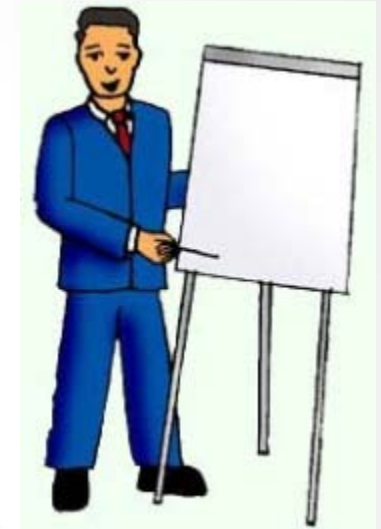
“Un discurso en positivo es un discurso que triunfa”



Moisés Ángel Alegre

José Luís Lozano

Apoyos audiovisuales





EL ORADOR REACCIONA:

- 🗣️ Lenguaje corporal
- 🗣️ Modifica sus palabras
- 🗣️ Está pendiente de la audiencia
- 🗣️ Se adapta



RECUPERAR LA ATENCIÓN

- 🧠 Preguntas retóricas
- 🧠 Sentimientos y debilidades
- 🧠 Resúmenes
- 🧠 Hacer algo inesperado



LA CAPACIDAD DE ASIMILACIÓN DEL OYENTE

1.- LA INTRODUCCIÓN DEBE GANAR LA ATENCIÓN DE LOS OYENTES (A.I.D.A.); RECURSOS:

- > UNA BROMA
- > UNA REFERENCIA
- > UN ASUNTO DE ACTUALIDAD ETC.

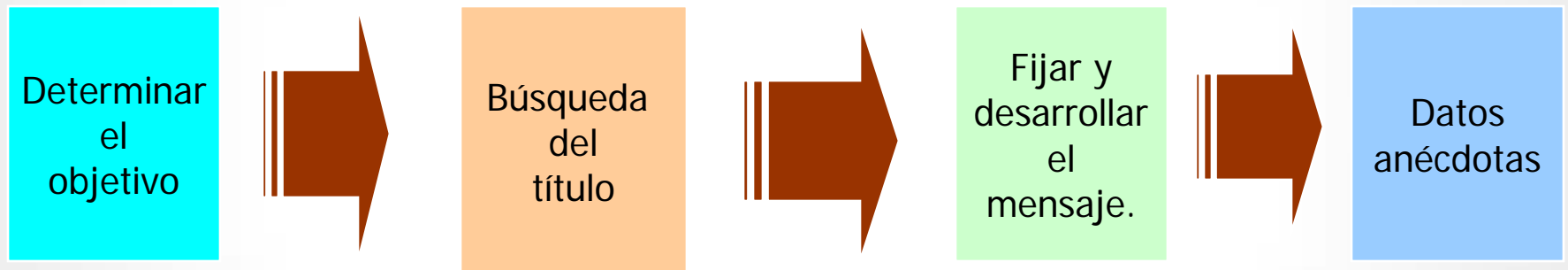
2.- EL FINAL TAMBIÉN ES CLAVE: RESUMEN DE LO PRINCIPAL

DISCURSO MEDIOCRE + BUEN FINAL = BUEN DISCURSO
BUEN DISCURSO + MAL FINAL = MAL DISCURSO.



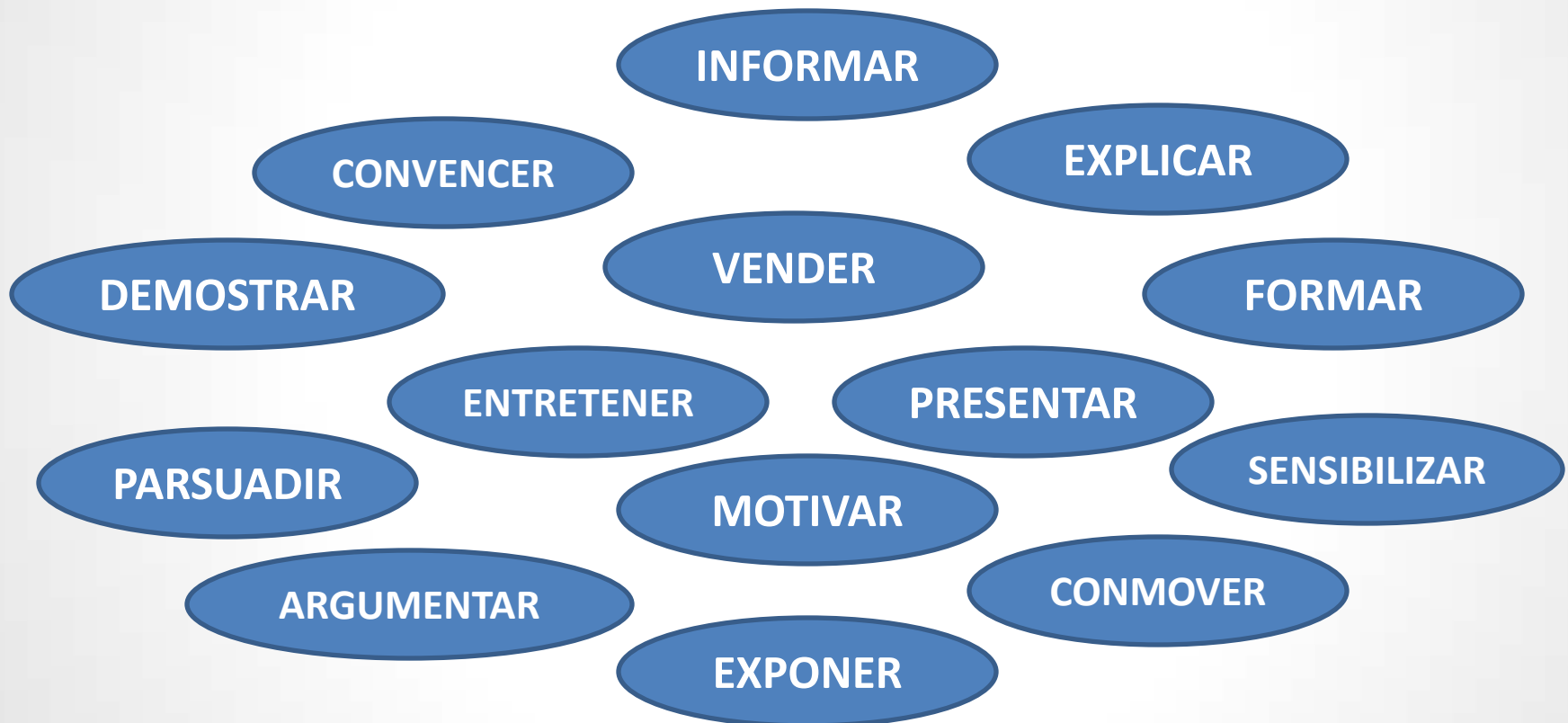
PREPARACIÓN Y ACTUACIÓN

PREPARACIÓN DE UN DISCURSO.





OBJETIVO





Moisés Ángel Alegre

José Luís Lozano

TÍTULO





MENSAJE

- ¿Cuál es la idea principal que quiero transmitir y qué es lo que voy a contar?
- ¿Por qué es importante para mí esa idea?
- ¿Por qué creo que puede ser interesante o importante para los demás?
- ¿Qué sé yo sobre ese tema? ¿Qué datos tengo, qué ejemplos puedo poner y qué experiencia he tenido yo al respecto?




Plantilla

- Idea 1:
- Esta idea es importante por:
- Qué se yo respecto a esta idea, qué datos e información tengo:
- Qué ejemplos o experiencias propias tengo:



CONTENIDOS I

 **Máximo cuatro temas clave**
(Hay opiniones)

 **Secuencia lógica**

*“Decir lo que se va a decir.
Decirlo.
Decir lo que se ha dicho”*



CONTENIDOS II

- 📄 **Presentar historias:
Alegorías - Fábulas**
- 📄 **Resumen / Preguntas y
preguntas**
- 📄 **Principio impactante /
Final concluyente**



Control del tiempo

Podría escucharle
durante horas



¡Creí que no iba
a terminar
nunca!



Algunas frases que deberemos evitar

- *“Siento mucho no haber podido preparar suficientemente...”*
- *“No soy especialista en el tema...”*
- *“Me ha tocado hablarles...”*
- *“No soy el más indicado...”*
- *“Perdonen mi atrevimiento...”*
- *“No me ha entendido”*
- *“Yo..., Yo..., Yo...”*
- *“Como todos ustedes saben...”*
- *“Termino enseguida...”*
- *“Espero que les haya gustado...”*

José Luís Lozano

Moisés Ángel Alegre

Gracias

Sólo un buen hábito quita un mal hábito

<http://jose-luis-lozano.com>
formacion@jose-luis-lozano.com