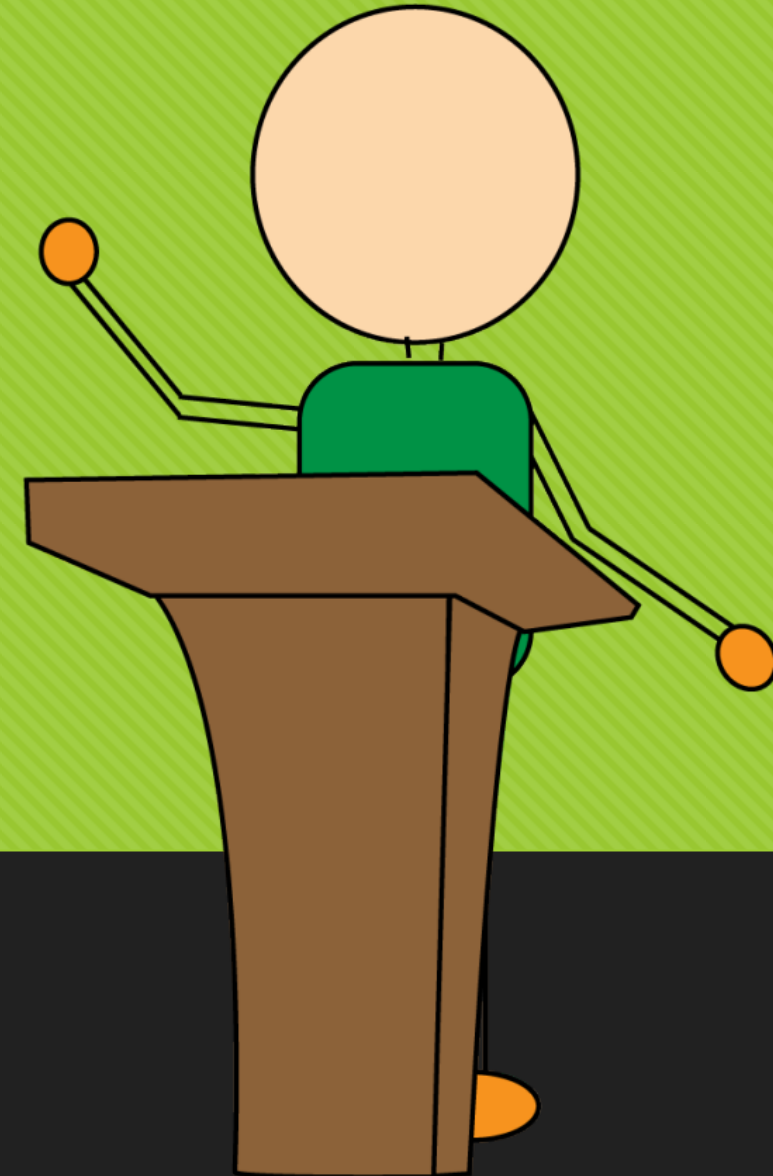


HABILIDADES PARA HABLAR EN PÚBLICO

“Conociendo estrategias para reducir
mis temores al exponer en público”



Carolina Rodríguez

Cristian Hernández

- Practicantes de Psicología

Objetivo

Generar estrategias básicas en los estudiantes de INCAP para reducir el temor al hablar en público para facilitar el dominio de una audiencia al exponerse ante ellos.

**Estrategias utilizadas
para dirigirse
efectivamente a un
público determinado
logrando la
comprensión del
mensaje**



ACTIVIDAD INICIAL

Metas



Cómo captar la atención de un público de forma efectiva?



Comunicación Oral y Gestual

- ✓ Organiza tus ideas
- ✓ Maneja tu lenguaje corporal
- ✓ Domina tu voz
- ✓ Controla tu ansiedad

Lab^{de}*ideas*

El éxito o fracaso de un orador depende entre otras, de:

Cada uno cree de ti lo que tú mismo crees

Convencimiento individual de las propias capacidades

Actividad - Autoconfianza

En seguida encontrarás una serie de frases que definen a una persona que tiene la competencia de autoconfianza y a las que deben fortalecerla.



Herramientas que llevan a fortalecerla

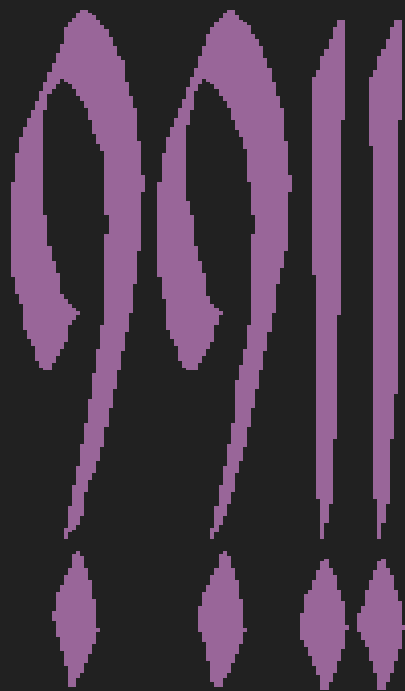
- Hablar solo de lo que se tiene conocimiento
- Tener claro el objetivo de su discurso
- Preparar con profundidad lo que se quiere decir
- Estudiar las necesidades, deseos y características de los asistentes o audiencia

La habilidad para comunicarse oral y gestualmente

- Depende de la preparación del discurso
- Implementación de un ambiente agradable
- Variar la intensidad, el tono y el ritmo de las palabras
- No extenderse hablando
- Controlar gestualización, a menos que de ello dependa alguna actividad específica
- Movimientos corporales
- Postura y presentación personal

Actividad - Juego de roles

juegos
DE
ROL



Actividad – Generación de Hábitos

diligenciar los espacios hasta “puedo hacerlo porque”, el restante en el hogar

GRACIAS