

# Hablar con soltura y eficacia

Curso práctico de 2 días - 14h

Ref.: PAP - Precio 2025: 1 110€ sin IVA

Ya sea para dar conferencias, debatir o dirigir reuniones, es necesario dominar los elementos esenciales de la comunicación. Aprenderá a optimizar su expresión verbal y no verbal para preparar y dirigir su discurso con soltura.

## OBJETIVOS PEDAGÓGICOS

Al término de la formación, el alumno podrá:

Conocer las reglas básicas de la comunicación

Difundir un mensaje oralmente

Controlar la aprensión y el miedo escénico al hablar en público

Conocer y utilizar diferentes técnicas de expresión oral

Manejo de objeciones y situaciones difíciles

Un enfoque activo y participativo para cada participante, con numerosos ejercicios y trabajo en grupo: juegos de rol filmados con comentarios y análisis individuales.

## PROGRAMA

última actualización: 05/2024

### 1) Identificación de los distintos tipos de intervención

- Las características específicas de los discursos y las conferencias, los estilos de presentación correspondientes y las actitudes adecuadas.
- Las particularidades de la intervención en presentaciones y debates.
- Los distintos tipos de reuniones: reuniones de equipo, reuniones informativas, reuniones de toma de decisiones, reuniones creativas, etc.
- Crear el argumento adecuado: los elementos para persuadir y convencer.
- Cree el plan adecuado para su objetivo y su público: organice sus ideas y estructure su mensaje.

*Ejercicio : Debates en grupo, intercambios y ejercicios prácticos sobre técnicas de comunicación adaptadas a cada tipo de acto (presentación, debate, reunión, etc.).*

### 2) Conocer las reglas básicas de la comunicación

- Teoría de la comunicación: el emisor, el mensaje, el receptor, las interferencias, los filtros, etc.
- Los diferentes objetivos de la comunicación: informar, convencer, hacer actuar, influir...
- Análisis de los puntos fuertes de los participantes y de los aspectos que pueden mejorar en su comportamiento ante el grupo.
- Las pautas de la comunicación unilateral e interactiva: comprender la reacción de un público.
- Comprender el efecto del emisor aislado ante receptores agrupados, comunicarse con el 100% de sus oyentes.
- Comprender los canales sensoriales para comunicar mejor: visual, auditivo y cinestésico.

*Reflexión colectiva : Debates y comentarios sobre diferentes situaciones de comunicación en el lugar de trabajo.*

### 3) Hablar con éxito: el aspecto verbal

- Estructuración del discurso: esquema, clasificación, asociación de ideas, etc.

## PARTICIPANTES

Cualquier persona que deba hablar en público en un contexto profesional.

## REQUISITOS PREVIOS

No se requieren conocimientos especiales.

## COMPETENCIAS DEL FORMADOR

Los expertos que imparten la formación son especialistas en las materias tratadas. Han sido validados por nuestros equipos pedagógicos, tanto en el plano de los conocimientos profesionales como en el de la pedagogía, para cada curso que imparten. Cuentan al menos con entre cinco y diez años de experiencia en su área y ocupan o han ocupado puestos de responsabilidad en empresas.

## MODALIDADES DE EVALUACIÓN

El formador evalúa los progresos pedagógicos del participante a lo largo de toda la formación mediante preguntas de opción múltiple, escenificaciones de situaciones, trabajos prácticos, etc. El participante también completará una prueba de posicionamiento previo y posterior para validar las competencias adquiridas.

## MEDIOS PEDAGÓGICOS Y TÉCNICOS

- Los medios pedagógicos y los métodos de enseñanza utilizados son principalmente: ayudas audiovisuales, documentación y soporte de cursos, ejercicios prácticos de aplicación y ejercicios corregidos para los cursillos prácticos, estudios de casos o presentación de casos reales para los seminarios de formación.
- Al final de cada cursillo o seminario, ORSYS facilita a los participantes un cuestionario de evaluación del curso que analizarán luego nuestros equipos pedagógicos.
- Al final de la formación se entrega una hoja de presencia por cada media jornada de presencia, así como un certificado de fin de formación si el alumno ha asistido a la totalidad de la sesión.

## MODALIDADES Y PLAZOS DE ACCESO

La inscripción debe estar finalizada 24 horas antes del inicio de la formación.

## ACCESIBILIDAD DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

¿Tiene alguna necesidad específica de accesibilidad? Póngase en contacto con la Sra. FOSSE, interlocutora sobre discapacidad, en la siguiente dirección [psh-accueil@orsys.fr](mailto:psh-accueil@orsys.fr) para estudiar de la mejor forma posible su solicitud y su viabilidad.

- Secuencia oral: introducción, desarrollo y conclusión.
  - Elegir las palabras: adaptarse al lenguaje del público, ser breve y sencillo, utilizar bien el silencio...
  - Sepa qué palabras y expresiones favorecer y cuáles evitar.
  - Argumenta y defiende tus ideas: argumentos deductivos, argumentos analógicos, etc.
- Trabajo práctico* : Preparar el lanzamiento de un discurso, incluido el eslogan y la introducción.

#### 4) Dominar el lenguaje corporal

- La importancia de la comunicación no verbal y paraverbal, la noción de congruencia.
- Lenguaje corporal: abierto, vivo y relajado, expresivo.
- Ocupar espacio y moverse: aprender a habitar el propio espacio privado con calma y confianza.
- Apoyo y postura: saber aterrizar, conseguir un buen "agarre" al suelo, técnicas de anclaje.
- Expresiones faciales: ¿cómo mostrarse relajado, abierto, expresivo y sonreír adecuadamente?
- La mirada: mostrar emociones positivas, controlar el campo visual, mirar al público.

*Ejercicio* : Ejemplos de gestos al hablar.

#### 5) Controlar el miedo escénico al hablar

- Definir y comprender el miedo escénico: condicionamiento y presión.
- Alertas automáticas: comprender y descodificar las manifestaciones físicas del miedo escénico.
- Comprender sus propias actitudes: huida pasiva, ataque agresivo, manipulación o asertividad, etc.
- Comportamiento asertivo: asertividad, confianza, actitud constructiva...
- Autocontrol: convertir el miedo escénico en un aliado.
- Saber "calmar los ánimos": controlar el miedo escénico.
- Técnicas respiratorias: practicar la respiración abdominal, aprender a almacenar y utilizar más aire.
- Ajustes de voz: volumen, tono, timbre, entonación, fluidez, articulación, ritmo, etc.

*Ejercicio* : Ejercicios de role-playing utilizando las técnicas y métodos que hemos visto antes sobre la gestión del miedo escénico, la respiración, el ajuste de la voz, etc.

#### 6) Interacción con el público

- Actitudes de Porter: juicio, investigación, interpretación, ayuda y apoyo, consejo, comprensión y empatía.
- Capacidad de escucha: escucha activa y reformulación.
- Comprender la dinámica y los efectos de un grupo, y saber gestionar a las distintas personas implicadas.
- Conocer las actitudes adecuadas ante las preguntas difíciles.
- Afrontar preguntas agresivas.
- Afrontar las críticas y la controversia.

*Trabajo práctico* : Ejercicios de role-playing que implican la aplicación de técnicas y métodos vistos anteriormente a la producción de presentaciones profesionales.

## FECHAS

---

Contacto