

Cómo hablar en público...y sin miedo

Objetivo

Dotar de los conocimientos, habilidades y recursos necesarios para preparar una buena presentación.

Dotar de los conocimientos, habilidades y herramientas que permitan desarrollar los recursos comunicativos.

Se aprenderá a: dirigirse con seguridad y confianza ante cualquier tipo de audiencia, superar el estrés derivado del miedo escénico, mejorar su autoestima, sintonizar con el público, preparar las intervenciones en público...

Contenidos

Análisis previo a la presentación

Preparación de la presentación

Selección de ayudas audiovisuales

La capacidad para hablar en público

El miedo escénico

La preparación de un buen orador

Cualidades y habilidades para ser un buen orador.

El trabajo consigo mismo:

- Respiración y relajación

- Preparación para antes de salir a escena

- Toma de conciencia del propio cuerpo y qué comunica

- Toma de conciencia de las cualidades propias

- Actividades prácticas

La autoestima: potenciación

El conocimiento del otro:

- Estrategias de seguridad y confianza

- Intenciones propias y del público

- La práctica de la improvisación

- La relación positiva con el público