

Prólogo

El libro que tiene en sus manos es fruto del trabajo y de la colaboración de dos profesionales de la medicina y un comunicador filósofo, todos profesores y acostumbrados a dar conferencias, clases y otras *pilchas* relacionadas con la oratoria o sea, que han sido cocineros antes que frailes.

Es por eso que pueden y deben escribir este libro y nos vuelcan en estas hojas, todo este conocimiento en esta materia, del cual nos podemos beneficiar si seguimos a pies juntillas todos los consejos que aquí nos exponen.

En mi experiencia en Naciones Unidas de lo que es hablar en público, no solo me ha servido para crecer en experiencia sino que me ha ayudado a estimular el debate y la discusión de temas globales.

Así uno adquiere capacidad de hablar en público, negociar, conciliar, debatir e investigar; hablando, negociando, conciliando, debatiendo o investigando. Uno no nace sabiendo y en esta materia menos.

Se trata de adaptarse a técnicas y muchas horas de prácticas, uno de mis *coach* en esta materia ha sido uno de los autores de este libro y he aprendido en propia carne sus consejos, sus comentarios, en definitiva, su sabiduría.

Este libro es un libro eminentemente práctico. Hablar frente a un número de personas no es sencillo. Aunque no estés consciente de ello, tu público te evalúa todo el tiempo. No tendrá compasión de ti y decidirá en segundos si desea escucharte o no. Una imagen inapropiada, evitar el contacto visual o la mala dicción pueden hacer que tu audiencia pierda el interés, así que para evitar que tus presentaciones al hablar en público sean una mala experiencia, cuando empecé a trabajar este tema con mi coach me detectó 10 errores.

El primero error fue: Adoptar una postura tímida o desanimada. La primera impresión que provocas la determina tu postura. ¿Se nota que sabes de lo que vas a hablar? Tu lenguaje corporal lo refleja. La seguridad de tu postura está en tu torso.

El segundo error que me detectaron fue “No tener una estructura”. Todo mensaje sin estructura se derrumba. Hablar por hablar lo hace cualquiera, pero atrapar a la audiencia desde el momento en que abres la boca lo logras al nunca olvidar que toda historia tiene una introducción, desarrollo y conclusión o cierre, este último es el más importante de tu mensaje.

Mi coach me dijo lo que debía hacer: Jamás improvisar si no cuentas con una estructura y, sobre todo, si no sabes a dónde deseas llevar al público con tu tema. En tu introducción, habla en pasado; en tu desarrollo, en presente; en el cierre, en futuro.

Otro error frecuente es “Perder el contacto visual con el público”. El contacto visual es tan importante en la comunicación no verbal que, cuando hablas en público, si lo omites, dirás sin palabras “estoy nervioso” y además la audiencia dejará de ponerte atención, pues sentirán que no les estás hablando a ellos. En este libro descubrirás como mantener el contacto visual con tu público.

Otra de mis aberraciones estaba en “Abusar del uso de ademanes o carecer de ellos”. Tu expresión corporal es energía. Si hablas con poca energía el público te responde de la misma manera, en cambio si exageras tu energía la audiencia podría rechazarte por percibir que no eres auténtico. Los ademanes son los adjetivos de tus palabras, por ello, deben de ser dosificados, pero jamás brillar por su ausencia. Qué debes hacer: Te comparto un ejercicio muy útil. En una frase corta elige la palabra de mayor fuerza y otórgale un ademán específico.

Y así una retahíla de errores como: Hablar con un volumen bajo, descuidar la entonación, hablar con un ritmo inadecuado, tener mala dicción o proyectar que desconoces el tema reflejando poco liderazgo y seguridad.

Errores u horrores que he ido superando poco a poco con mucha práctica y entrenamiento, por eso es tan importante este libro es la estrategia de un buen training para hablar en público.

En definitiva es una obra indispensable para quienes requieren aprender y dominar el arte de hablar en público y para aquellos que padecen porque se sienten impedidos de expresarse de manera digna y eficaz ante sus semejantes.

La posibilidad de hablar en público nos pone a prueba nuestra inteligencia, nuestra autoestima y nuestro liderazgo. Y dependiendo de cómo afrontemos la experiencia de expresarnos en público, podemos experimentar confusión y tensión o confianza y satisfacción.

Este trabajo pone en manos de todos los interesados, explicaciones, ejemplos, anécdotas, técnicas y ejercicios que les permitan desempeñarse comunicacionalmente con seguridad y eficacia. Los secretos que aquí se exponen, puede lograr que muchos con disposición y voluntad superen sus limitaciones en arte de la palabra.

A mí personalmente me ha servido y gracias a este libro he podido hablar en Corea en Brasil en Argentina o en Francia. Seguro que le va bien que lo disfrute.

Pablo Alpire Cespedes