

Training de 5 horas de duración



TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN VERBAL

ENTRENAMIENTO

PROGRAMA

Presentación

¿Cuántas palabras puede decir en 1 minuto?

La perversión de la palabra dicha. De la genialidad a la mediocridad

La veracidad del lenguaje corporal y su capacidad destructora de la palabra

La emotividad transferida por los usos de la voz

Técnicas de comunicación no verbal

Dirigir y captar la mirada

El movimiento de las manos coordinado con la modulación de la voz

Expresividad de la cara. Muecas y sonrisas verdaderas y falsas

Movimientos y hábitos, conscientes e inconscientes, de cuello, torso, brazos y piernas

La gesticulación global y el estado de ánimo, un conjunto indisoluble

Posiciones corporales de atención, control, dominio y sumisión

Técnicas de comunicación para-verbal (usos de la voz)

Proyectar la voz y dejar de forzar las cuerdas vocales

Vocalizar más y mejor

La enfatización de las palabras, clave para transmitir mensajes y emociones

Entonación y ritmo en frases y fases de la intervención

Voz y personalidad. Aceleración. Pausas.

Tono, volumen y timbre

Modulación de la voz en radio, cámaras tv, telefonía, micrófonos, webs y videoconferencias

Tercera Sesión

Técnicas para evitar la ansiedad

Respiración diafragmática. Disminuir adrenalina. Crear endorfinas

Pánico escénico. “Quedarse en blanco”. “Lapsus linguae”. Ayudas a la improvisación

Escenografías físicas. Control del entorno:

Primera impresión. Impresión captada en 2 segundos. Impresión afianzada en 30 segundos

Presentación personal (Vestuario, peinado, accesorios. Sueño, dieta, relajación).

Escenografías mentales: La emoción en la comunicación. “Visualización” de situaciones. La generación de expectativas

Cuarta Sesión

Técnicas de comunicación verbal + no verbal + paraverbal

Estructura de la intervención. Agilidad expositiva de contenidos. Entrenamiento.

Expresarse con lenguaje científico y con lenguaje divulgativo

Preguntas y respuestas: Técnica puente. Usos de la pregunta retórica. Argumentación y gradación de la información. Reserva de argumentos

Intervenciones dirigidas a diferentes públicos (equipos de trabajo, directivos, negociaciones institucionales, clientes, congresistas, medios de comunicación).

Análisis de resultados y técnicas para la creación de nuevos hábitos comunicativos: Observación. Expresión. Recursos personales. Creatividad.

¿20 días para cambiar los malos hábitos en su comunicación?

Ponente

XESCA VIDAL RIERA

■ Doctora en Ciencias de la Información (especialidad Audiovisuales) por la Universidad Complutense de Madrid. Licenciada en Filosofía y Letras (especialidad Psicología) por la Universitat Autònoma de Barcelona. Licenciada en Ciencias de la Información (especialidad Periodismo) por la Universitat Autònoma de Barcelona.

■ Es Miembro de La Academia de las Ciencias y las Artes de Televisión (académica nº 1148) y del Colegio Oficial de Psicólogos (nº de colegiada B-01314)

■ Ha sido Directora de comunicación en la empresa CAMPER, en el Congreso de los Diputados, en el Ministerio de Administraciones Públicas, en el Ayuntamiento de Calvià y en el Ayuntamiento de Palma de Mallorca

■ En 2002 creó su propia empresa, Asesoría Ciudadana, dedicada al *training* y al asesoramiento en el ámbito de la comunicación profesional y empresarial. Imparte cursos y entrenamientos para hablar en público y para mejorar las habilidades en la comunicación pública, profesional y personal. Experta en *media-training* y telegenia. Es asesora y consultora para el diseño, estrategia y desarrollo de proyectos de comunicación

■ Durante su trayectoria profesional ha compatibilizado –y compatibiliza– su trabajo ejecutivo con la docencia universitaria. Ha sido profesora en licenciaturas y grados relacionados con la comunicación, profesora en masters y cursos de postgrado (Universidad Complutense, Universidad Europea, CESAG-Universitat de les Illes Balears, etc.) y ha impartido conferencias y cursos en múltiples universidades y prestigiosos centros de formación (Fundación Ortega y Gasset, Escuela de Gestión Pública, Universidad Internacional Menéndez Pelayo, etc.)

■ Colabora, como experta en comunicación, en prensa, radio y televisión a nivel nacional: El País, TVE, Cuatro, Cadena SER, Grupo Vocento, RNE

NOTA:

El aprendizaje de nuevas técnicas comunicativas es rápido y ameno. Son técnicas muy sencillas, fáciles de recordar y aplicar.

Ahora bien... desde el primer momento debe saber que el éxito del aprendizaje no está solo en la adquisición del conocimiento de esas técnicas. El resultado, exitoso o no, dependerá de la capacidad de cada persona de convertir en hábito las técnicas de comunicación recién aprendidas. Está demostrado que veinte días son suficientes para modificar un hábito de comunicación incorrecto, si se tienen las “herramientas” necesarias para sustituirlo por uno nuevo.

Si quiere mejorar su comunicación verbal y su comunicación global al hablar ante diferentes públicos sólo necesitará:

- 5 horas de trabajo intensivo, con un experto profesional
- Y 20 días, a todas horas, aplicando lo aprendido en su ámbito personal y en su ámbito profesional, de forma autónoma, con rigor y esfuerzo. Ese aprendizaje le acompañará toda su vida. No hay marcha atrás.

EL RESULTADO FINAL “ESTÁ EN SUS MANOS”

xescavidal@gmail.com