

Los textos expositivos orales

¿Cómo hablar en público?

He aquí algunos consejos que deberás tener en cuenta:

- 1) **Prepárate muy bien el tema** del que vayas a hablar: Puedes ayudarte de un guion o mirar de vez en cuando el cartel, presentación, etc. que hayas elaborado para apoyar tu discurso, pero evita leer continuamente aquello que ya has escrito, pues daría la sensación de que no te lo sabes.
- 2) Es muy recomendable comenzar con una **pregunta inicial** sobre el tema que te hayas preparado. Así, lograrás con más facilidad captar la atención de tus compañeros. Esta estrategia también funciona como método de improvisación si ves que el público pierde el interés en algún momento.
- 3) No seas ni demasiado breve ni tampoco te extiendas en exceso. **Cíñete al tiempo** de exposición que te hayan indicado.
- 4) Mantén un **volumen de voz adecuado**: ni demasiado bajo ni muy elevado.
- 5) **Pronuncia correctamente y mantén un ritmo adecuado**, que ni altere ni aburra a tus compañeros.
- 6) **Evita muletillas** como "en plan", "¿vale?", "¿no?", "eeemmm...".
- 7) Dirígete a tus compañeros **con cercanía**, pero no con excesiva confianza. Recuerda que el RESPETO es la base que debe sustentar cualquier texto oral o escrito.
- 8) Sé consciente de que comunicas mucho más con tu cuerpo y con tu rostro que con tus palabras. Por ello:
 - a) **No des nunca la espalda a tu público.**
 - b) No pierdas nunca el **contacto visual** con tus compañeros, pero evita mirar siempre al mismo.
 - c) **No te cruces de brazos.** Al contrario, debes ayudarte de tus manos para guiar visualmente tu exposición.
 - d) No muevas tus piernas como si estuvieras bailando, pero tampoco te quedes rígido.
 - e) **Evita movimientos inconscientes** como rascarte la cabeza o tocarte la boca.
- 9) Asume que, casi siempre, algo habrá que improvisar. No te pongas nervioso si esto ocurre. **Ten preparado un plan B** ante cualquier eventualidad y, si esto no resulta, sigue adelante. El humor o las anécdotas son buenos recursos que nos pueden ayudar a solventar este tipo de situaciones.
- 10) **Si eres tímido**, piensa que estás entre compañeros. Dirígete a aquellos con los que sientas más confianza y, si esto no funciona para controlar tus nervios, imagínate que no estás en tu clase o en el salón de actos, sino en un bosque donde solo hay árboles.
- 11) Para conseguir todo lo anterior, **practica antes varias veces**.

