

# ¡SOCORRO!

## ¡TENGO QUE HABLAR EN PÚBLICO!

*Celia Núñez Cordero*

Desde mi punto de vista, es un artículo interesante que te aporta ideas para enfrentarte a una situación que está a la orden del día en la vida de los estudiantes, como es la exposición en público. Sin embargo, creo que estas ideas podrían abordarse mejor para desarrollar pautas claras que puedan servirnos de ayuda.

Todos los estudiantes hemos pasado por el momento en el que nos dicen por primera vez que tenemos que exponer en clase un seminario, un artículo o un trabajo. Conforme se acerca el momento, aumenta el nerviosismo y la angustia, ya no por cómo exponer sino por no saber responder a las preguntas posteriores o a quedarte en blanco en medio de la exposición. Estas emociones se ven incrementadas notablemente cuando se trata de un Trabajo Fin de Grado o Máster, por mucho que intentemos concienciarnos de que es el último paso y de que la mayoría del trabajo ya lo hemos hecho en la memoria. A medida que las intervenciones pasan, con mayor o menor éxito, ese miedo va quedando relegado a un segundo plano pero siempre quedan los nervios previos a la exposición.

El artículo nos muestra cómo no somos los únicos que sufrimos estas desagradables emociones pre-exposición, ya que hasta los más famosos oradores han tenido comienzos de poco éxito, y que vamos a tener que continuar con las intervenciones en público cuando nos incorporemos al mundo laboral. Por ello, cuanto antes aprendamos a manejar este tipo de situaciones antes dejaremos de sufrirlas, ya que las incorporaremos a nuestra rutina.

Los consejos que nos aporta sobre la forma de comenzar, la ropa que debemos usar, el reconocimiento de la sala, probar que todo funciona, etc. creo que son útiles aunque, desde mi experiencia, siempre queda a la improvisación que el día de la exposición te

cambien de sala y todo lo que habías planeado tengas que cambiarlo. Por ello, creo que es importante mantener la calma siempre, a pesar de los nervios, y tener claro que nuestra exposición no va a depender del lugar en el que la hagamos sino de nosotros mismos, de la confianza que tengamos en nuestro trabajo y unido a ello, del manejo del tema que tengamos. Cualquier circunstancia que se salga de nuestra mano podremos sortearla si tenemos un buen conocimiento del tema.

Para concluir, destacar que existen muchas vías para alcanzar el éxito a la hora de hablar en público y la elección de una de ellas depende del orador y de sus características, lo importante es saber llegar al público y mantener su atención.