

# Pierde el miedo a hablar en público y comunica de manera efectiva

| Modalidad | Fechas de impartición        | Lugar de impartición                    | ECTS/Horas de docencia           | Precio |
|-----------|------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------|--------|
| Híbrida   | Del 16/09/2024 al 04/10/2024 | Instalaciones del Ayto. de Dos Hermanas | 5 ECTS<br>37,5 horas de docencia | 0€     |

**Dirección académica:**

Cristina B. Fernández Portero, profesora contratada Doctora. Departamento de Antropología Social, Psicología Básica y Salud Pública.

**Dirección ejecutiva:**

Ana Jiménez Ropa, autónoma. Comunica Sin Vergüenza.

1

## 1. Objetivos del curso

Descubre en esta microcredencial cómo comunicarte de manera efectiva, persuadir a tu audiencia y liderar con impacto. Aprenderás técnicas prácticas para superar el miedo escénico, transmitir tus ideas con claridad y cautivar a tu audiencia en cualquier situación.

Las habilidades de comunicación son esenciales y altamente demandadas en el mundo empresarial actual, y se estima que hasta el 85% del éxito profesional depende de ellas. Nuestro enfoque práctico y dinámico te permitirá adquirir las herramientas necesarias para destacarte en tu campo laboral o empresarial. Además, te brindaremos ejercicios prácticos y retroalimentación personalizada para que puedas aplicar lo aprendido de inmediato.

Al completar con éxito el curso, los alumnos serán capaces de:

- Aumentar la confianza y seguridad al hablar en público, superando el miedo escénico.
- Mejorar la capacidad de influenciar y persuadir a la audiencia de manera impactante.

- Desarrollar un estilo de comunicación auténtico y cautivador que se adapte a diferentes situaciones y audiencias.
- Aprender técnicas efectivas de planificación, organización y estructuración de presentaciones.
- Ganar habilidades para adaptarse con maestría a diferentes contextos de presentación, como reuniones de negocios, presentaciones de ventas o discursos públicos.
- Dominar el lenguaje corporal y la voz para comunicarse de manera poderosa y convincente.
- Recibir retroalimentación personalizada profesional para mejorar constantemente las habilidades de comunicación.
- Aplicar de manera inmediata lo aprendido en situaciones reales, obteniendo resultados tangibles en el ámbito profesional y personal.

## 2. Resultados de aprendizaje

Una vez haya finalizado esta microcredencial relacionada con el sector hostelero, los resultados de aprendizaje son los siguientes:

- Desarrollo de habilidades de comunicación efectiva, incluyendo técnicas de oratoria, expresión verbal y no verbal, y uso adecuado de recursos audiovisuales.
- Mejora de la confianza y seguridad al hablar en público, superando el miedo y la ansiedad asociados a esta habilidad.
- Adquisición de herramientas para estructurar y transmitir mensajes claros, persuasivos y memorables.
- Desarrollo de habilidades de escucha activa y capacidad de adaptarse a diferentes audiencias.
- Aumento de la capacidad de liderazgo y persuasión en entornos profesionales y personales.
- Mejora de la capacidad de gestionar preguntas difíciles o situaciones de tensión durante una presentación.
- Desarrollo de soft skills valoradas en el mercado laboral, como la comunicación efectiva, la confianza en uno mismo y la capacidad de adaptación.
- Oportunidad de práctica constante a través de ejercicios y actividades en un entorno seguro y de apoyo.

### 3. Descripción y planificación de contenidos

Este curso es una formación completa para desarrollar y afianzar las habilidades comunicativas. Las sesiones virtuales y presenciales integran la parte teórica en la parte práctica de un modo dinámico a través de ejercicios y análisis de las exposiciones del alumnado.

Las primeras 4 sesiones serán virtuales de 3 horas, un total de 12 horas. Y las siguientes 5 sesiones serán presenciales de 4 horas, más dispondrán de 6 horas asíncronas de ejercicios específicos para el aprendizaje, que hacen un total de 26 horas.

#### Contenidos del curso

Estos son los 3 grandes bloques que vamos a abordar. Cada uno de ellos constará de ejercicios y prácticas a realizar por el alumnado.

#### BLOQUE 1. Bases de la Comunicación Oral

- Analizaremos y plantearemos la base de la Comunicación Oral en sus tres aspectos: verbal, paraverbal y no verbal.
- Estudiaremos cómo influye la actitud y la mentalidad al enfrentarnos a una audiencia, el enfoque infalible para superar bloqueos y vergüenzas.
- Trataremos las diferencias con la comunicación escrita y los errores habituales que se comenten.
- Analizaremos los diferentes tipos de discursos que existen.
- Ejercicios prácticos para definir objetivos personales

3

#### BLOQUE 2. Creación del Mensaje

- Aprenderemos a estructurar y construir mensajes que capten la atención del espectador y tengan un enfoque de impacto.
- Trabajaremos para saber cómo realizar presentaciones.
- Cómo utilizar el lenguaje y estilo de acuerdo a la audiencia.
- Técnicas para persuadir, motivar y mantener la atención de la audiencia.
- Desarrollo del contenido del discurso (planificación, investigación, organización, etc.).
- Cómo utilizar herramientas de apoyo en las presentaciones (diapositivas, herramientas tecnológicas, etc.).
- Ejercicios prácticos de creación de presentaciones y ensayo de discursos.

#### BLOQUE 3. Exposición

No hay comunicación oral que no tenga una exposición a público por ello trabajaremos en:

- Cómo prepararnos física y mentalmente antes y durante nuestro discurso.
- La repetición y el ensayo como clave del éxito, así como el control del ritmo, el tiempo y la conexión emocional.
- Trucos para gestionar el estrés y mantener la concentración.
- Cómo utilizar el lenguaje corporal para comunicar efectivamente.
- Cómo crear un impacto emocional con la voz.
- Cómo mantener contacto visual con la audiencia.
- Ejercicio final de máximo 4 minutos, procurando poner en práctica todo lo aprendido en el curso. Retroalimentación de los discursos de los alumnos, de los aspectos positivos y negativos de cada uno de ellos (fortalezas y debilidades).

## 4. Perfil del alumnado

Esta formación está diseñada específicamente para profesionales de todos los niveles, emprendedores, líderes, y cualquier persona que desee mejorar su capacidad de hablar en público. Con clases teóricas y ejercicios prácticos, se brindarán las herramientas y técnicas necesarias para que se pueda enfrentar cualquier situación de presentación en público con confianza y éxito.

4

## 5. Sistema de evaluación

Asistencia mínima del 80% de las horas lectivas del curso y actitud participativa. Además de la realización de los ejercicios prácticos durante el curso por parte del alumno/a y una práctica de exposición final donde aplique las técnicas y herramientas trabajadas en el curso.

### Evaluación de la calidad:

La Fundación Universidad Pablo de Olavide realizará la evaluación de la calidad de la formación a través de un cuestionario de satisfacción dirigido a estudiantes y docentes.

Esta evaluación consistirá, por un lado, en un cuestionario de satisfacción en el que las/los estudiantes evaluarán la gestión realizada por la organización, la información recibida antes y durante la formación, los recursos audiovisuales y de docencia, la duración y calidad de la jornada y la valoración general de la gestión.

Del mismo modo se evaluarán los contenidos de la acción formativa, el programa y su cumplimiento, el interés y profundización de los temas tratados y la calidad de las/los docentes. Por otro lado, se realizará la evaluación de la satisfacción de las/los docentes, valorando el servicio prestado por la organización antes y durante la acción formativa, las

infraestructuras y plataforma de enseñanza online, los medios técnicos y audiovisuales y la gestión en general.

Todas estas consideraciones, junto a las sugerencias aportadas por estudiantes y docentes, serán remitidas al equipo de coordinación de los Cursos de Desarrollo Profesional Avanzado con el objeto de mejorar todos los puntos críticos en futuras ediciones y alcanzar la calidad deseada mediante los procesos de mejora continua.

## 6. Calendario de la microcredencial

Esta acción formativa arranca el 16 de septiembre y finaliza el 4 de octubre de 2024. El calendario completo es el siguiente:

- Lunes 16/09/24 - Sesión 1 (presencial) - Bases de la Comunicación Oral. De 16.00h a 21.00h.
- Miércoles 18/09/24 Sesión 2 (presencial) La importancia de la Comunicación No Verbal. De 16.00h a 21.00h.
- Lunes 23/09/24 Sesión 4 (virtual) Creación mensajes de impacto. De 17.00h a 20.00h.
- Miércoles 25/09/24 Sesión 3 (virtual) Control de la voz, el ritmo y las pausas. De 17.00h a 20.00h.
- Lunes 30/09/24 Sesión 5 (presencial) Preparación antes de hablar. De 16.00h a 21.00h.
- Miércoles 2/10/24 Sesión 6 (presencial) Exposición de Impacto y apoyos técnicos y audiovisuales. De 16.00h a 21.00h.
- Viernes 4/10/24 Sesión 7 (presencial) Un buen cierre: Práctica final. De 16.00h a 21.00h.

Más 6 horas asíncronas de preparación, escritura y ensayo de ejercicios para su posterior trabajo en el aula

## 7. Link a la página de la microcredencial

A través de este enlace puede acceder al resto de información del curso, así como proceder a la matriculación o enviar una consulta sobre el mismo:

<https://www.upo.es/formacionpermanente/microcredenciales/comunica-de-manera-efectiva/>



## 8. Entidades colaboradoras



Ayuntamiento de  
**Dos Hermanas**

COMUNICA  
*Sin Vergüenzas*  
·HABLAR EN PÚBLICO ES DIVERTIDO·