

LUIS VILLA

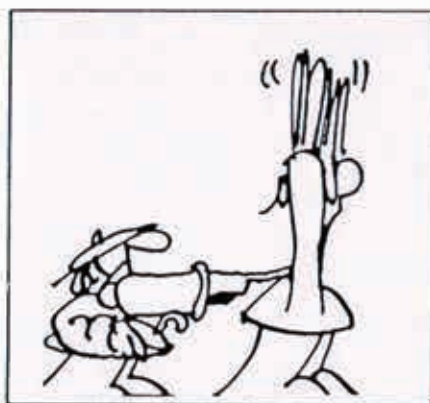
Cómo vencer la timidez para hablar en público

Cuando no se tiene práctica ni experiencia cuesta mucho hablar en público. La escuela es el primer foro en el que suelen actuar públicamente niñas y niños y es un lugar excelente para ejercitar este tipo de comunicación. Vamos a proponer una serie de actividades que, utilizadas gradualmente, pueden ayudar a hacer una buena presentación pública, tanto desde el punto de vista oral como visual.

El juego de: «pregúntame sobre esto»

No es bueno que te pregunten algo y no sepas la respuesta; pero es peor aún que nunca te pregunten sobre un tema en el que eres experto. El primer caso tiene difícil solución, pero el juego de «pregúntame sobre esto» te enseñará a resolver el segundo. Se juega del modo siguiente:

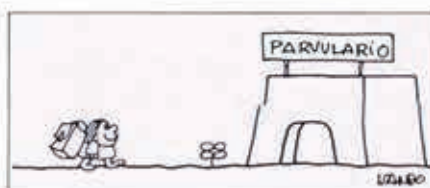
En primer lugar, los alumnos escogen temas sobre los que saben mucho. Estos temas pueden estar relacionados con algo que aprendieron en la escuela o fruto de sus particulares aficiones y experien-



cia personal. Después, cada alumno confecciona un cartel en el que invita a los demás a preguntarle sobre el tema anunciado. Por ejemplo: «pregúntame sobre ordenadores», o sobre la NBA, o sobre lo que sea. Los niños pueden llevar los carteles por todas las clases, por los patios del colegio... Lo único que importa es que, cuando alguien pregunte sobre el tema, el estudiante responda. Después, todos juntos en clase, los niños deben decir qué clase de preguntas les hicieron y cómo las contestaron.

El juego de «escuchar discursos»

Casi toda la literatura mundial está escrita en forma de discurso. Uno de los mejores métodos para avivar el interés del niño por hablar en público consiste en escuchar discursos históricos y, mejor aún, ver y oír grabaciones en vídeo.



No importa, de momento, que los niños no comprendan todas las palabras o el significado del discurso completo, ya que lo importante es que vibren y se conmuevan con la oratoria.

Mímica y acertijos

Los juegos de acertijos son muy amenos, pero aquí hay algo más que diversión, ya que muchas técnicas de lenguaje necesitan una elaboración cuidadosa. Quien le toque de ser protagonista debe escuchar atentamente las aportaciones de sus compañeros y éstos deben hablar con claridad y escucharse mutuamente, aprendiendo todos a silabear.

El mejor modo de enseñar charadas y acertijos a los principiantes es hacer una representación, en la que deben actuar jugadores experimentados o chicos que



ya saben jugar. Tan solo hay que guardar dos reglas: el que hace la pantomima no debe hablar ni pronunciar ninguna palabra, sólo utilizar gestos para deletrear.

Resulta divertido buscar temas para representar. Esto puede llevar a los estudiantes a acotar libros o periódicos, buscando temas como títulos de películas, anuncios, programas de televisión, noticias de primera página, etc. Esto les da soltura para hablar en público.

La técnica del grito

Cuando se trata de trabajar a fondo y en equipo, ninguna técnica puede igualar a la de las aclamaciones y vivas. Si el profesor es animado y alegre puede actuar él, y si no lo es, que invite a otros compañeros del centro.

Las aclamaciones lanzadas sin complejos le darán a cada niño la oportunidad de utilizar su voz hasta el máximo, y ayuda a los más tímidos a hablar sin inhibiciones. Los vítores o vivas se pueden utilizar siempre para motivarlo todo. Lo malo es que la información impresa sobre las aclamaciones no es extensa, especialmente al nivel elemental. Si se pretende que los alumnos vitoreen con delirio su éxito con los deberes hechos



en casa o sus progresos en escritura, es mejor que sean los propios estudiantes los que inventen este tipo de aclamaciones. La clase sale entonces al patio y los niños se turnan liderando al grupo con entusiasmo en sus vivas. Se pueden utilizar toda clase de temas, desde la protesta personal hasta decir gritando una fórmula de química o la solución de un problema de matemáticas. El caso es gritar y lograr tener un grupo que te aplauda y te diga: «¡Muy bien!», «¡Alabí, alabá!» y cosas por el estilo.

En fin, la «técnica del grito» ayudará a soltarse en público y a vencer esa timidez de no articular ni palabra cuando te encuentras ante los demás.

Mostrar y decir es el modelo de toda comunicación efectiva

Para prender la atención del público los buenos comunicadores saben que, además de decir las cosas, es conveniente mostrar algo.

Eso lo saben, mejor que nadie, los charlatanes de feria que ponen sus megáfonos a toda potencia, mientras gestikulan aparatosamente con las manos

mostrando el artículo que desean vender. Tres técnicas más para «soltarse» en el campo de la oratoria.

En lugar de hablar, preguntar

Este juego no sólo ejercita la técnica de hacer preguntas y de escuchar, sino que muestra también a los jugadores sus cosas comunes y sus singularidades. Antes de que comience el juego, el orador prepara una serie de cuestiones de «experiencia personal» para la clase. Teniendo en cuenta el nivel de los niños, la lista puede constar de 5, 10 ó más preguntas. El orador hace una pregunta y todo el que pueda contestar afirmativamente levanta la mano. Por ejemplo: «¿quién es zurdo aquí?» (los que lo sean, levantan la mano); «¿quién tiene un nombre propio?» (todo el mundo debe levantar la mano); «¿qué nombre, con los dos apellidos juntos, contiene todas las vocales?»... «¿quién se ha bañado en el Atlántico o en el Mediterráneo?»... «¿quién comió alguna vez caracoles?»... etcétera.

SUPERAR LOS «HUMM» Y LOS «HEMM»

El remedio para superar los «hemm», los «eee...» y los «humm» se parece a las curas contra el hipo. Todo el mundo suele lanzar un sonido o carraspeo determinado cuando no sabe cómo seguir hablando, pero no es fácil comprobarlo. He aquí algunas sencillas técnicas:

—*Anti-humm 1:* Decir a los alumnos que, cuando hablen en público, no es necesario que lo estén haciendo ininterrumpidamente. Explicarles que la gente utiliza sonidos como «hummm», «hemmm», etc., para ganar tiempo mientras prepara mentalmente lo que debe decir a continuación. Podrían no decir nada, pero temen que el silencio es «malo». Y no lo es. Todos los asistentes a una charla o conferencia prefieren mil veces un hueco silencioso a verse torturados con una sarta de «hems» inútiles y vacíos.

—*Anti-humm 2:* Mantenerse en silencio exige mucha práctica. Para eso, que cada alumno permanezca de pie durante un minuto o dos sin decir nada. Pueden pensar, desde luego. Si esto los pone incómodos, para empezar pueden hacerlo en grupos de 3 ó 4.

—*Anti-humm 3:* Que cada alumno dé una charla improvisada durante un minuto o menos. Deben hacer una pausa de dos segundos entre cada frase para coordinar sus ideas, pero sin pronunciar ningún «eee», «hemm» o «humm».