

Poco después de mudarme a los Países Bajos, conseguí un espacio para hablar en un evento [TEDx](#) que tuvo lugar en la Universidad de Groningen. Curiosamente, yo mismo soy un estudiante de primer año en la universidad, por lo que la presión por la posible discriminación por mi edad definitivamente estaba presente. Además, mi familia y amigos se encontraban en la audiencia, lo que hacía que presentar fuera infinitamente más difícil.

No podía fallar. Después de practicar y practicar, aprendí más de esta experiencia que de todos mis anteriores discursos combinados.

1. No sobrecargues tus diapositivas

Los oradores a menudo usan sus diapositivas para desviar la atención de sí mismos y así, aliviar la presión. No lo hagas. Los apoyos visuales hacen que la charla sea más atractiva, pero la gente viene a verte a ti, no a tus diapositivas de Canva.

Solo debes incluir lo necesario para que la audiencia pueda seguir lo que estás diciendo. ¡No incluyas oraciones, usa gráficos para mejorar la experiencia, haz que la presentación sea visualmente atractiva y no escribas párrafos!

2. Más no siempre es mejor

Como orador, es natural querer incluir tanto como sea posible en tu plática para aumentar su valor. Sin embargo, este es un terrible error. Imagina si en cada sección solo pudieras usar una oración para comunicar el punto; concéntrate en eso y elimina el resto.

Cuando comencé a escribir mi plática, la estructuré más como una conferencia. Dedicué unos minutos a temas introductorios que encajarían con mi charla. Sin embargo, más tarde me di cuenta de que solo llamaría la atención de la audiencia por un lapso corto de tiempo, así es que debería ir al grano.

3. No te comas tus palabras al final de una oración

El comienzo de una oración es posiblemente la parte más difícil. Levantar la voz después de una pausa que se sintió como una eternidad no es fácil. Sin embargo, todos sabemos que debes comenzar tus oraciones con un tono fuerte para atraer a la audiencia.

Lo que muchos ignoran es cómo terminan sus oraciones. Yo también solía comenzar mis oraciones con confianza, pero me quedaba más callado a medida que avanzaba. Terminar tus oraciones con un tono firme hará que tus palabras sean considerablemente más memorables.

4. Pausa de energía

Entiendo lo largas que pueden sentirse las pausas de un segundo cuando estás en el escenario; sin embargo, mantener un ritmo lento y hacer una pausa en los momentos adecuados puede mejorar significativamente tu conversación.

Otro orador de esa noche tenía incluso la costumbre de contar hasta cinco en su cabeza antes de empezar con su siguiente oración.

Retener información mientras [escuchas a alguien](#) no es fácil, especialmente dada la disminución de la capacidad de atención entre las generaciones más jóvenes. Debes darle a tu audiencia la oportunidad de procesar tus declaraciones antes de seguir.

5. Habla sobre experiencias personales

Vivimos en una época en la que es más fácil que nunca encontrar información sobre cualquier tema. Tu audiencia no quiere escucharte durante diez minutos para que les ahorres la molestia de una búsqueda en Google. Basa tu plática en tus experiencias personales y proporciona un ángulo único.

6. Perfecciona tu lenguaje corporal

Tú puedes ser el conferencista, pero es tu lenguaje corporal el que habla por ti como persona. Aprende el arte de involucrar a tu audiencia con gestos, movimientos y expresiones faciales.

Por ejemplo, encorvarse, tener los brazos cruzados, las expresiones faciales negativas o evitar el contacto visual puede dañar a la audiencia y disminuir tu credibilidad a sus ojos.

7. Evita los "mmms" y los "uhhs"

Aunque este es un hábito difícil de romper, evite usar muletillas al hablar. Entrénate para sentirte cómodo haciendo pausas cuando sea necesario. Te hará lucir más competente y cómodo, lo que incrementa la probabilidad de que la audiencia te ponga atención.

8. No memorices tu plática, entiéndela

No debes leer nada durante tu charla, ni siquiera pequeñas tarjetas didácticas. Eso disminuye la calidad de tu presentación. Simplemente hay una sensación diferente cuando un orador realmente entiende lo que está diciendo y lo entrega como si fuera una conversación regular.

Tienes que estructurar tu plática de manera que cada oración te recuerde a la siguiente, así, aunque hables sin preparación, seguirías el mismo orden.

9. Sé agradable

No pretendo alarmarte, pero en mi experiencia, las audiencias tienden a estar más alertas a los defectos de un orador que a sus fortalezas. Si eres aburrido o arrogante, es probable que la audiencia descarte tus palabras de inmediato, aunque sean realmente buenas.

Sé humilde, amigable y atractivo. Si la audiencia puede relacionarse contigo, estarán mucho más inclinados a escucharte.

10. Usa declaraciones fuertes

Por mucho que odies este hecho, las personas tienen breves períodos de atención. Probablemente no recordarán mucho de tu plática. Por lo tanto, usa declaraciones fuertes que proporcionen una conclusión a tu charla, incluso si las oraciones de apoyo no están presentes.

Por ejemplo, yo estructuré mi TED Talk en torno a diez principios que implemento diariamente para darme dirección. Aunque la gente se pasara toda mi plática en sus teléfonos, probablemente, todavía recordarían las frases que usé para cada principio.

Del mismo modo, concluí mi charla con una historia que condujo a una cita: "La vida es buena". Puede que el público no recuerde mi historia, ¡pero definitivamente recordarán cómo terminó!

Recuerda, un gran orador abraza las imperfecciones y actúa independientemente. Practica, ponte cómodo y nunca pierdas de vista el propósito de tu plática.