



Profundiza más

Recurso de Profundización

Manejo del miedo escénico en estudiantes universitarios ecuatorianos

Descripción del recurso:

Análisis de cómo los estudiantes universitarios en Ecuador enfrentan el miedo escénico en presentaciones académicas, destacando estrategias efectivas para transformar la ansiedad en energía positiva y mejorar su desempeño comunicativo.

Desarrollo:

En las universidades ecuatorianas, muchos estudiantes enfrentan el desafío de hablar en público como parte de su formación profesional. Sin embargo, el miedo escénico puede convertirse en una barrera significativa, generando síntomas físicos y emocionales que afectan su desempeño académico.

Un caso representativo es el de los estudiantes de carreras como Comunicación Social y Educación, donde las presentaciones orales son una parte esencial del currículo. Estos estudiantes a menudo utilizan técnicas como la respiración diafragmática para controlar los nervios antes de sus exposiciones, combinando esta práctica con visualización positiva para fortalecer su confianza.

Por ejemplo, un grupo de estudiantes de la Universidad Internacional SEK (UISEK) en Quito implementó un programa de prácticas semanales de oratoria que incluía ejercicios de relajación, simulaciones de presentaciones y sesiones de retroalimentación en grupo. Como resultado, estos estudiantes reportaron una reducción significativa en los niveles de ansiedad y una mayor claridad al exponer sus ideas.

Además, se ha observado que aquellos que transforman la ansiedad en energía positiva, en lugar de intentar eliminarla por completo, logran proyectar una imagen más segura y auténtica durante sus presentaciones. Esta transformación se logra mediante afirmaciones positivas, movimiento físico para liberar tensión y la reinterpretación de



Profundiza más

los síntomas físicos como señales de preparación en lugar de debilidad.

Esta combinación de estrategias no solo mejora el desempeño académico, sino que también fortalece habilidades fundamentales para el desarrollo profesional, como la capacidad de liderazgo y la gestión emocional en situaciones de alta presión.

Conclusión práctica:

El manejo adecuado del miedo escénico es esencial para los futuros profesionales, ya que mejora su capacidad de comunicación, fortalece su confianza y los prepara para enfrentar desafíos en entornos académicos y laborales.

Recurso de profundización

Título del recurso:

"Adaptación del discurso para audiencias interculturales en Ecuador"

Descripción del recurso:

Exploración de cómo los oradores pueden adaptar sus discursos para conectar efectivamente con audiencias interculturales en Ecuador, considerando las diferencias culturales, lingüísticas y emocionales de su público.

Desarrollo:

Ecuador es un país diverso, con una rica mezcla de culturas indígenas, afroecuatorianas y mestizas. Esta diversidad cultural presenta un desafío único para los oradores que buscan conectar profundamente con sus audiencias. Adaptar el discurso a este contexto no solo implica utilizar términos inclusivos, sino también reconocer las expectativas emocionales y sociales de cada grupo.

Por ejemplo, en comunidades indígenas como las de la Sierra, los líderes a menudo utilizan metáforas ligadas a la naturaleza y referencias a la cosmovisión andina para conectar emocionalmente con sus oyentes. Esto contrasta con los discursos en entornos urbanos, donde se espera un enfoque más técnico y directo.

Un caso interesante es el de los líderes comunitarios en Chimborazo, quienes adaptan su



Profundiza más

estilo comunicativo dependiendo del idioma predominante (kichwa o español) y el contexto cultural de su audiencia. Estos oradores utilizan pausas estratégicas para permitir la traducción simultánea y seleccionan cuidadosamente las palabras para evitar términos que puedan ser malinterpretados debido a diferencias culturales.

Además, algunos oradores utilizan narrativas personales y ejemplos locales para fortalecer la conexión emocional, reconociendo las historias y experiencias compartidas por sus comunidades. Esta práctica no solo mejora la comprensión del mensaje, sino que también refuerza el sentido de identidad y pertenencia.

Conclusión práctica:

Adaptar el discurso al perfil intercultural del público es una habilidad fundamental para cualquier orador en Ecuador, ya que promueve una comunicación más efectiva y fortalece los lazos sociales en un país caracterizado por su diversidad cultural.