

01.09.15

Cómo hablar en público... sin vergüenza

“Quién soy, qué hago y a quién sirvo determinan la identidad. Necesitamos invertir en nuestra comunicación, en lo que decimos y cómo”.



Quién soy, qué hago, a quién sirvo y qué he creado son las cuatro preguntas clave que debemos responder continuamente y de la mejor forma posible para construir nuestra marca personal. Todas ellas parecen cuestiones profundas en las que podemos equivocarnos o acertar. Todas y cada una de las respuestas en particular determinan nuestra carrera profesional y nuestra vida; lo que somos y lo que parecemos ser ante los ojos del mundo. Conviene aprender, invertir recursos en mejorar nuestra comunicación. El **taller Sin vergüenza de Medialuna** persigue

este objetivo: crecer y aprender a comunicar mejor; hacer marca personal.

Profundizar en las **cuatro claves de nuestro puzzle vital** o marca propia requeriría más de cien páginas. Aquí sólo pretendo resumir los titulares principales de estas cuestiones. Y centrarme más en la primera de ellas, en ese ¿quién soy? Lo que comunico, lo que digo, lo que no digo y, sobre todo, cómo comunico constituyen elementos valiosos en la construcción de nuestra marca personal; en ese yo con el que convivimos la vida entera y con el que no siempre nos entendemos bien.

Saber quién eres requiere preparación y decisión: somos una particular manera de pensar, de sentir, unos valores y una forma de expresarnos ante los demás. Somos, en gran medida, comunicación; lo que los otros perciben de nosotros a través de una imagen, una voz, una mirada, un discurso, una forma incluso de andar y movernos. Por este motivo, una de las inversiones más rentables para lograr el crecimiento profesional, para mostrar una mejor faceta de nosotros mismos, es la **inversión en ese ‘yo’ comunicativo**. Aprender a hablar en público y a expresarnos de forma eficaz ayuda enormemente.

Medialuna ha creado el método Sin vergüenza, habla en público, www.sinvergüenza.es para impulsar la capacidad y el talento de las

personas en el arte de comunicar; en la faceta más personal de la comunicación; para estimular la confianza en ese yo y crear marca personal.

En talleres intensivos de cinco horas, ensayamos discursos, presentaciones públicas y entrevistas en las que cada individuo expresa su yo más auténtico y se da cuenta de cómo es ante los demás. Los Talleres Sin vergüenza que imparte Medialuna permiten conocerse mejor, aprender a comunicar con voz propia y mejorar las habilidades personales en un ámbito tan importante como el de la comunicación y la marca personal. Se trata de un método antiguo basado en la oratoria, pero innovador porque está aplicado a los objetivos individuales de cada persona; a mejorar su talento comunicativo en el ámbito profesional y personal.

La segunda cuestión relevante en el proceso de construcción de la marca personal es más sencilla: **Qué haces**. Esta pregunta tiene que ver con "cuál es nuestro verdadero poder profesional o personal para resolver los problemas de otros". El cómo hacemos lo que hacemos, nuestro método particular para desarrollar una tarea, es sin lugar a dudas una parte importante de nuestra marca personal.

A quién sirves expresa en gran medida tu manera de ser. Los clientes para los que trabajas, los empleados, seguidores, jefes o proveedores a los que dedicas tu tiempo, esfuerzo y energía, determinan también una buena parte de ti y de tu marca personal. ¿Acaso uno puede elegir? Por supuesto, siempre podemos elegir a los clientes, si somos conscientes de lo que queremos y buscamos; si reflexionamos sobre las mochilas que llevamos sobre nuestros hombros. Conviene pararse a pensar **si aquellos a los que uno sirve son, en realidad, en el fondo de nuestras emociones**, aquellos a los que quiere o desea servir.

¿Acaso puedo **elegir a mis clientes**? Uno es en cierta medida aquel a quien sirve o para el que trabaja

Nuestro destino, aún en el supuesto de que pudiera estar escrito sobre alguna roca milenaria de la tierra, tiene recovecos que pueden pintarse de color.

El cuatro elemento o pieza vital que constituye la marca personal es aquello que hemos creado: **lo que escribimos, decimos, mostramos o diseñamos**. Puede ser nuestra Web, los mensajes que transmitimos a través de las redes sociales, los folletos o discursos para mostrar un producto, un servicio o una idea. La huella digital que vamos liberando con palabras, mensajes de voz e imágenes.

Estos cuatro elementos nos acompañan toda la vida. Conforman el **puzzle de nuestra propia marca**; y también la de nuestras compañías. Conviene reflexionar sobre ellos. Durante los últimos cinco años, en Medialuna hemos avanzado y creado sesiones de entrenamiento y curso específicos para mostrar cómo uno puede construir su marca personal, a través de la comunicación, el conocimiento propio y el deseo. He llegado a la conclusión de que este no es solo un problema de personas sino también de corporaciones. Necesitamos construir marcas más auténticas.

<http://www.topcomunicacion.com/noticia/7007/como-hablar-en-publico-sin-verguenza>