

**CURSO
-SUPERAR EL MIEDO A HABLAR EN PÚBLICO- CENTRO ASOCIADO A LA UNED
DE BAZA**

PRESENTACION

El Centro Asociado a la UNED de Baza ha comenzado el Curso de Extensión Universitaria que se imparte los días 9, 10, 16 y 17 de abril. El curso es teórico-práctico, y en él se va a entrenar la habilidad de hablar en público de forma progresiva, proporcionando a los participantes los recursos de afrontamiento y los escenarios necesarios para aumentar el grado de control frente a situaciones públicas de exposición oral.

En la sociedad en que vivimos, se nos demanda ser mejores comunicadores; son innumerables las ocasiones en las que debemos expresar nuestro conocimiento profesional delante de un público: evaluaciones, oposiciones, entrevistas de trabajo, conferencias, charlas, venta, docencia, etc.



En algunas ocasiones y a pesar de tener dominio en la materia, nuestra exposición es deficiente, justo en el momento en que necesitábamos lucir un conocimiento nos hemos visto

atenazados por el miedo y nuestro cuerpo tiembla, nuestra voz se hace débil, y nos quedamos presos del miedo, bloqueados. El miedo a la evaluación negativa nos genera una experiencia de pánico y temor. Después de ello, siempre evitaremos cualquier situación que implique hablar en público, haremos de una experiencia concreta, un miedo generalizado a cualquier situación en la que se pueda evaluar nuestra expresión y evitaremos esas situaciones. Poco a poco nuestra percepción de control frente a este será mínima, la situación nos domina y nos desborda. Es por ello por lo que nuestro autoconcepto y autoestima se resienten, pensando, sintiendo y experimentando que no somos capaces de afrontarlo. Algunos cursos abordan el miedo a hablar en público, siendo psicólogos los que se encargan de la formación y efectivamente las personas experimentan un avance con respecto a su problema. En otras ocasiones se utiliza el teatro como vehículo para superar esta incapacidad, siendo actores los que se encargan sobre todo de la exposición. Sin embargo, este curso se presenta como novedoso puesto que se han integrado los dos métodos: La psicología y el campo de investigación de la fobia social, subtipo miedo a hablar en público, junto a los avances terapéuticos para su resolución y las técnicas de la interpretación como vehículo de afrontamiento. Por lo que el equipo de formación está constituido por un psicólogo especialista en ansiedad y fobia social y un actor de doblaje con dilatada experiencia en cursos de formación de habilidades para hablar en público.

El curso fue impartido por:

***D. José Antonio Meca**. Ejerce su profesión actualmente como Actor de doblaje, locutor y periodista: Actor de doblaje con el tutelaje de Claudio Rodríguez y Caridad Rodríguez en Am Estudios y Abaira (Soundub). Actual voz de continuidad de Radio 3 – RNE. Autor de La sustancia de la voz, manual práctico de voz hablada para locutores, oradores y actores de doblaje.

Ha sido director de Canal 21, y recibido numerosos galardones por su labora periodística en radio y televisión. Realizó la locución de documentales para distintas cadenas de televisión y productoras. Encargado del doblaje y la locución de spots publicitarios como Credit Service, Comunidad de Murcia, La Opinión de Málaga, Directo a Casa, etc. Voz titular de las campañas publicitarias del diario La Opinión de Málaga y Voz de Continuidad de las televisiones de Prensa Ibérica Media en Andalucía. Profesor titular de locución superior y doblaje en la Escuela de Radio y Televisión de Granada.

Desde 1996 fue Redactor Jefe de Onda Cero Granada, Redactor de Onda Cero Madrid, Onda Cero Sevilla y Antena 3. En prensa, corresponsal de ABC en Granada, redactor del suplemento de economía de Ideal, y columnista de La Opinión de Granada.

***D. Juan Manuel Guiote Gregoris.** Ejerce su profesión actualmente como Psicólogo y Director de Psicoterapia en el Centro Inspira Psicología Granada, su especialización principal en psicoterapia se circunscribe al espectro de la Neurosis (Trastornos de ansiedad y secundarios a situaciones estresantes, trastornos del estado de ánimo, trastornos psicósomáticos, trastornos somatomorfos o samatoformes). Es Profesor Tutor De Psicología en el Centro Asociado a la UNED en Baza. Posee diferentes Másteres y es Investigador en formación del Departamento de Evaluación, Diagnóstico y Tratamiento Psicológico de la UNED. Actualmente también es el coordinador del Grupo de Práctica Aemind de Granada para profesionales de la Salud y Educación