

<b>Fecha</b>	17 Julio de 2009
<b>Medio</b>	UNIÓN PROFESIONAL BLOG DE LAS PROFESIONES – EDICIÓN DIGITAL
<b>Sección</b>	Blog
<b>Título</b>	Qué nos jugamos...

VIERNES 17 DE JULIO DE 2009

## Qué nos jugamos...



¿Por qué resulta tan difícil hablar en público? Pascale Bang-Rouhet tiene la respuesta: «El problema es que no nos jugamos nuestro nivel de autoestima profesional, sino el personal».

En algo más de 100 páginas, esta actriz y directora de Expresarte, resume las claves principales que pueden facilitarnos aprobar esta *asignatura* pendiente en muchos profesionales. Tras un breve pero intenso repaso al proceso de comunicación, la autora de

*¿Qué nos jugamos cuando hablamos en público?*, nos ayuda a controlar la postura corporal y el lenguaje no verbal para después centrarse en el preciso manejo de las palabras, las pausas y también los silencios.

Aprovechemos la época veraniega para intentar controlar algunos miedos personales y profesionales. ¿Por qué no empezamos por el que nos hace *temblar* ante un auditorio? Qué nos jugamos... ¿A que podemos superar esta situación? ¿Probamos?

PUBLICADO POR ESTHER PLAZA EN 17.7.09

ETIQUETAS: COMUNICACIÓN, GESTIÓN LIBROS