

MAMÁ, PAPÁ:
¡VOY A APRENDER A
HABLAR EN PÚBLICO!



Aprenderé a ponerme delante de la gente, mirarlos, que me miren, sonreír y ser capaz de expresar mis ideas y pensamientos con naturalidad y seguridad.

Porque sé que necesito aprender esto para mi vida de estudiante y, sobre todo, para mi futuro profesional.

Por todo, eso, por favor, ¡inscribidme en el [Curso de verano de Paco Grau!](#)

CURSO VERANO HABLAR EN PÚBLICO PARA ADOLESCENTES

MAMÁ, PAPÁ:

¡VOY A SER CAPAZ DE HABLAR EN PÚBLICO!!

Me han dicho que va a ser un curso súper divertido. Me lo voy a pasar genial haciendo ejercicios y conociendo a otros chicos y chicas de mi edad. Seremos un pequeño grupo de máximo 15 alumnos y nos reiremos un montón mientras aprendemos.

Conseguiré reforzar mi seguridad personal y mi autoestima porque, con la ayuda de Paco, superaré mis vergüenzas y timideces que tanto me bloquean y me impiden exponer un trabajo en clase de modo eficaz y, si no lo soluciono, va a ser un problema para el resto de mi vida. Me han dicho que mucha gente mayor se lamenta de no haber aprendido estas técnicas cuando tenían mi edad.

¡Yo tengo la oportunidad con este curso de verano! Paco Grau ha formado a cerca de 10.000 personas desde 1994. Todos los que han pasado por sus cursos, de todas las edades, han quedado encantados: desde adolescentes como yo hasta gente importante, como empresarios, ejecutivos y políticos.

Sabe un montón y es muy divertido.

vamos a participar **adolescentes de 12 a 16 años.**

Me ocuparé sólo 20 horas en las mañanas de una semana, con horario de 10 a 14 h., una vez terminado mi curso en el cole. Tengo dos opciones:

- **Opción A**: Semana del Lunes 25 al Viernes 29 de junio.

- **Opción B**: Semana del Lunes 2 al Viernes 6 de julio.

Además, el curso se celebrará **en un sitio genial: en el Instituto Valenciano de Pedagogía Creativa**, en la calle Mestre Racional, 10, de Valencia.

Paco me dará unos estupendos apuntes con todos los consejos y ejercicios para que pueda practicar luego por mi cuenta. **Me grabará en vídeo los ejercicios**, luego los veremos y Paco me corregirá cosas que me ayuden a mejorar. Me va a dar vergüenza, pero tengo que superarlo como sea. Y esos vídeos os los enviará luego a casa para que los veamos juntos y pueda comentaros cosas que habré aprendido y nos riarnos de mis fallos. ¡Yo también me reiré! Y Paco borrará luego esos vídeos. Nadie más los verá ni los tendrá.

¡Nos lo vamos a pasar genial! Por favor, apuntadme. ¡Ah! Y el **precio de la matrícula**, que se me olvidaba, es de tan sólo **150 euros**. Y, si queréis, podéis pagar en dos meses: 75 al inscribirme y los otros 75 al mes siguiente. Sale a 7'5 euros la hora de clase, que está muy bien, ¿no?

Si queréis más información o preguntarle algo a Paco, podéis escribirle a: **pacograu@cursoshablarenpublico.com**, o incluso podéis llamarle al teléfono **649989296**.

PROGRAMA DEL CURSO DE VERANO “¡VOY A APRENDER A HABLAR EN PÚBLICO!”

- El miedo a hablar en público. Una cuestión cerebral. Actitud positiva.
- Ejercicio práctico: La Ducha de Miradas. La empatía, la sonrisa y la risa.
- Causas del miedo a hablar en público.
- Ejercicio práctico: Presentarse en un minuto. Grabación en vídeo y análisis.
- Ejercicio práctico: Repetición de la presentación, corrigiendo errores.
- Seguridad, concentración y relajación: respiración abdominal, mindfulness y PNL.
- Ejercicios prácticos de creatividad, imaginación y facilidad de palabra.
- Ejercicios de improvisación.
- Ejercicios de imitación y de expresividad, adoptando diversas situaciones y distintas personalidades.
- Ejercicio de contar un chiste con, al menos, dos personajes.
- Ejercicio: Traer preparada una pequeña historia, anécdota familiar o cuento breve, que sea emotivo y que lo cuenten con expresividad y con sentimiento.
- Ejercicio: Contarnos en un minuto algo que les haya pasado en su vida (a ellos o a un hermano, familiar o amigo) y que les parezca muy divertido.
- Ejercicio: Contarnos en dos minutos una fiesta de cumpleaños, propia o de un amigo o familiar, que les haya parecido la mejor a la que han asistido.
- Ejercicio final: prepararse una charla de un máximo de cuatro minutos (2 folios), procurando poner en práctica todo lo aprendido en el curso.

Profesor: Paco Grau.
Periodista y profesor de Oratoria.

