

DEL MIEDO A   
**LA CÁMARA**

La **preparación** marca la diferencia

# ¡Felicitaciones por haber completado tu primer módulo!

Has dado un paso gigante al dominar el miedo escénico, afinar tu voz, explorar la improvisación, pulir tu dicción y descubrir el poder del storytelling. Ahora, es el momento de poner en práctica todo lo aprendido y convertir tus ideas en discursos inolvidables frente a cámaras o en tus relaciones interpersonales.

Un discurso bien organizado no solo te permite transmitir tu mensaje con claridad, sino que también te brinda seguridad y confianza en el escenario, así que la **PREPARACIÓN**, una vez más, ¡es clave!

**Adaptar tu discurso a tu público objetivo:** Conecta con tu audiencia a un nivel más profundo y genera un mayor impacto.

**Organizar tus ideas de manera lógica y coherente:** Evita divagaciones y asegura que tu mensaje llegue con claridad.

**Practicar y prepararte de manera efectiva:** Aumenta tu confianza y reduce el miedo escénico.



# Primera parte

Fecha de grabación o presentación:     /     /

## 1- Objetivo de tu discurso:

Informativo

Persuasivo/  
Venta

Entretener

Motivar

Otro

## 2- Público objetivo

¿Dónde darás este discurso?

---

---

Intereses del público en general

---

---

Nivel de conocimiento

---

---

# Ahora sí, ¡comencemos!

## 1- Entrada

\*Recuerda debe ser impactante, puedes comenzar con una pregunta, anécdota, analogía o una premisa contundente

---

---

---

---

## 2- Idea principal

\*¿Qué quiere contar?

---

---

---

---

## 3- ¿Puedes agregar un ejemplo?

\*Demuestra o explica de forma clara lo que estás hablando

---

---

---

---

## 4- Cita alguna frase interesante e impactante

\*No olvides explicarla y hasta recibir feedback si es posible. Si se trata de una presentación en público, apoyate de material audiovisual como videos relacionados que complementen, si tienes alguno en mente, aprovecha de anotarlo también aquí:

---

---

---

---

## 5- ¿Tienes alguna estadística, analogía o estudios comprobados que respalden lo que estás explicando?

---

---

---

---

## 5- Otras ideas secundarias que no quieres olvidar:

---

---

---

---

## 6- Cierre

\*Busca que te recuerden, usa una frase o reflexión final. También puedes añadir un llamado a la acción (CTA) en caso que sea necesario, por ejemplo "si te gustó mi trabajo, podemos reunirnos, contáctame al xxxxxx"

---

---

---

---

# Tercera parte

¡Atención en tu puesta en escena!

Si eres de los que crea presentaciones audiovisuales con muchos colores, adornos y efectos, probablemente estás perdiendo la atención de tus espectadores sin darte cuenta ¿Por qué?

El cerebro capta la atención rápidamente con colores, formas, sonidos y movimientos, por ende, cuando tus presentaciones están cargadas de colores llamativos, letras cursivas o muchos adornos, la atención total estará en ello y no en ti como orador. Es bien importante destacar que tú eres el protagonista y necesitas enviar un mensaje de forma eficaz, por eso debes evitar lo antes mencionado y aquí te voy a dar unos tips para que puedas lograrlo.

Usa colores sólidos para el fondo, evita fuentes cursivas y de difícil comprensión, trabaja siempre en función al contraste y no a la armonía, diferenciar un color de otro es vital, no coloques mucho texto en cada lámina, basta con títulos y subtítulos.

**Mantén una postura segura:** Evita cruzar los brazos porque esto puede proyectar inseguridad.



**Uso de manos:** Utiliza tus manos de manera efectiva para enfatizar puntos importantes. No las mantengas rígidas a los lados o en los bolsillos.



**Sonrisa genuina:** Una sonrisa amigable te hace parecer más accesible y relajado.



**Cuida tu apariencia:** ¡las personas sacan conclusiones con solo una primera impresión!



**¡Has completado esta plantilla y ahora posees una herramienta poderosa para adaptar y dar vida a tus discursos!**

Experimenta, juega con las ideas, y permite que tu creatividad se exprese libremente, recuerda que “la práctica hace al maestro”, así que prueba, grábate, evalúa cómo estás pronunciando las palabras, agrega historias fascinantes, muéstrale a tus amigos y corrige las veces que sea necesario.

**Pero, nunca te rindas. ¡Vale la pena seguir este camino!**

**¡Te veo en el siguiente módulo!**