

Consejos básicos para la exposición oral de los contenidos de una práctica

La finalidad de esta parte de la asignatura es, por una parte, profundizar en los contenidos de la práctica que se va a exponer, comprendiendo y explicando tanto sus aspectos físicos como técnicos y, por otra, desarrollar la capacidad de comunicación oral en el ámbito científico. En base a estas dos metas, dividiremos estos consejos básicos en dos partes: la que respecta a la información que se quiere transmitir y la que atañe a la forma de comunicación oral. Para terminar, hemos añadido unos consejos sobre cómo elaborar las transparencias.

Información que se quiere transmitir:

Las presentaciones orales tienen normalmente tres partes: introducción, cuerpo y conclusiones.

Introducción: Suele incluir la motivación del trabajo desarrollado y, en conexión con esta **motivación**, la “**llamada de atención**”. Es importante resaltar también el **objetivo o idea básica** (expresada en forma de frase breve) que se quiere transmitir a la audiencia. Una vez situado el problema a desarrollar, se le da a la audiencia una idea de cómo va a ser la estructura del cuerpo de la exposición. Este pequeño **esquema** se puede utilizar a lo largo de la charla para que la audiencia tenga claro en cada momento de qué se ha hablado y qué es lo que falta por abordar.

Para esta parte se recomienda utilizar **dos transparencias** (máximo tres).

Dado que la introducción es lo primero que expones, será la parte donde estarás más nervioso. Lo normal es notar palpitations, sudor frío en las manos y sequedad en la boca, incluso antes de levantarse para empezar a hablar. También hay personas que se ponen coloradas, y otras que se vuelven totalmente pálidas. Estas reacciones son normales y muy difíciles de controlar. Dificultan el discurso, provocando temblor en la voz y en las manos. A veces el nerviosismo se apodera del discurso, sembrándolo de *ahhhhs*, *ohhhhs* e incluso *uuuufs*. La única forma de superarlas es preparar muy bien la introducción, ensayándola repetidamente en voz alta. Ayuda mucho mirarse al espejo (no hay crítico más despiadado que uno mismo). Una vez hayas hablado durante dos o tres minutos, las reacciones físicas tienden a desaparecer por sí solas.

Al estar más tranquilo, podrás improvisar con más facilidad al llegar a la parte central de la exposición.

Conclusiones: Deben cerrar el discurso, **recogiendo las ideas principales** desarrolladas en el cuerpo (a modo de resumen). En esta parte se debe dejar claro si se han cumplido los objetivos y la motivación indicados en la introducción, o resaltar si se ha encontrado alguna incógnita nueva en el desarrollo de la práctica, algo que pueda motivar un trabajo posterior.

Esta parte de la charla es lo último que oye la audiencia, por lo que tiene gran importancia en el discurso. Ocurre a veces que, al ser precisamente la parte final, se llega con prisas, e incluso con unas ganas terribles de acabar para salir del “mal trago”. Esta actitud da muy mala impresión, y puede estropear una exposición que, por lo demás, ha sido buena y bien estructurada. O, al contrario, un buen final puede recuperar gran parte de lo que hemos hecho mal en una mala exposición. Si se tiene prisa porque

no se ha medido bien el tiempo, es más recomendable saltarse parte del cuerpo y detenerse con calma para resaltar lo principal en la parte de conclusiones.

Las conclusiones suelen tener una extensión de **una transparencia**.

Cuerpo: **Incluye la información básica sobre el tema que se va a exponer** (la práctica). En esta parte lo más importante es elegir adecuadamente la información que se quiere transmitir, puesto que es imposible contar todos los detalles de la práctica. Suele ocupar una extensión de **seis o siete transparencias (para una exposición de 10 minutos en total)**, que conviene estructurar en dos o tres partes, según sea la práctica. De forma general, cada una de esas partes puede constar a su vez de dos: una explicando el procedimiento de medida y otra donde se analizan los resultados obtenidos.

Comunicación oral:

Por lo general, las presentaciones orales tienen más impacto que los documentos escritos. Permiten una comunicación directa con la audiencia (tus compañeros, el profesor) que, para que sea efectiva, debe saberse gestionar adecuadamente. El control de la atención de la audiencia se consigue mediante diversos mecanismos, de entre los que destacan los siguientes:

1.- Los mensajes orales son más directos que los escritos, pero su duración es limitada (en este caso, a únicamente **10 minutos**). Es por tanto imposible detenerse en los detalles. Por su naturaleza, el mensaje oral tendrá **menos información que su contrapartida escrita**. Los detalles se encuentran ya en el documento escrito, y su discusión puede aflorar en el turno de preguntas (unos **5 minutos**).

2.- Al tener el tiempo limitado, el orador debe **seleccionar aquello que quiere contar**, y transmitirlo con coherencia, como si fuera **una historia** con una introducción, el desarrollo de una idea y unas conclusiones. La meta: conseguir guiar a la audiencia hacia las conclusiones, de forma que las comprenda y valore adecuadamente.

3.- Si se utilizan transparencias para apoyar la exposición, es conveniente contar con un máximo de una transparencia por minuto hablado, incluyendo el título y las conclusiones. Dependiendo del orador y de la densidad de las transparencias elaboradas, las 10 transparencias (MÁXIMO) recomendadas se transformarán en sólo 7.

4.- Toda presentación oral gana fuerza si comienza y termina con decisión. Si tu discurso se desarrolla con dudas, tu audiencia también dudará. Son estas dos partes (introducción y conclusiones) las que más hay que trabajar desde el punto de vista de la comunicación.

Una buena introducción permite captar la atención del oyente sobre una idea principal, que se desarrollará posteriormente en el cuerpo de la exposición. Esta “llamada de atención” puede repetirse luego en las conclusiones, completada con la información que se haya desarrollado. Como ejemplo de “llamada de atención” puede utilizarse una pregunta, una analogía o una anécdota que nos acerque al contenido de la práctica de la que se quiere hablar. Utilizar el título que aparece en el manual de la práctica como “llamada de atención” es un recurso muy pobre. Pensad que ese título puede cambiarse por otro que os parezca más adecuado a lo que vais a contar.

5.- La mejor forma de practicar un discurso es haciéndolo: búscate a alguien que te escuche con paciencia y no tenga miedo de decirte lo que piensa. Si pertenece al ámbito de la Física podrá juzgar los contenidos, mientras que si es una persona ajena a la Física se fijará principalmente en la forma de transmitir el mensaje. Puedes ayudar tu discurso con unas notas donde resaltes los puntos más importantes de cada transparencia, para no olvidarlos.

6.- Finalmente, no olvidéis que en una presentación oral el orador, como dueño de la escena, está obligado a utilizar una serie de recursos de comunicación, de entre los que destacamos:

- Utilizar el contacto visual con la audiencia para reafirmar sus frases.
- Hacer uso de gestos y cambios en el tono de voz para resaltar los puntos principales, así como los cambios de tema.
- Procurar evitar los “tics orales” (del estilo mmmmm, ahhhh, ehhhh, ohhhh). Esto sólo se consigue practicando varias veces el discurso antes de la exposición final.

En general, en la elaboración de la información que se quiere transmitir hay una fuerte tendencia a recargar las transparencias de datos que luego no da tiempo a explicar. Por eso, a continuación damos unas ideas básicas de cómo elaborar cada transparencia:

Transparencias:

- Piensa en la información que quieres transmitir en la transparencia y estructúrala, **identificando claramente los distintos mensajes o ideas** que quieres transmitir a tu audiencia. Cada mensaje o idea requiere normalmente de un elemento visual independiente. Habrá un MÁXIMO de cuatro ideas diferentes en una transparencia (**lo normal es introducir sólo dos**). Piensa que hemos contado con un minuto por transparencia. 15 segundos por idea es realmente poco...
- **Incluye en la transparencia únicamente aquello de lo que realmente vayas a hablar.** Debes eliminar las imágenes o el texto que no estén directamente relacionados con tu discurso. Constituyen lo que se conoce como “ruido visual”, y su única utilidad es desviar innecesariamente la atención de la audiencia. No sirve para nada que “quede bonito” si no ilustra una idea que se vaya a comentar.
- **Los elementos visuales de la transparencia no deben competir con el lenguaje oral,** mostrando un mensaje complementario, sino que deben servir para resaltar el lenguaje oral. Deben ofrecer elementos en los que apoyar nuestro discurso. Esto se consigue utilizando muy poco texto, y éste debe ser redundante, es decir, tiene que transmitir el mismo mensaje que intentamos comunicar oralmente. En el texto escrito, por tanto, se utilizarán sólo frases cortas o palabras que transmitan las ideas básicas. Las frases elaboradas las dejaremos para recalcar estas ideas con el lenguaje oral. **El desafío consiste en expresar visualmente la información sin ambigüedades, pero utilizando tan poco texto como sea posible.**
- Las gráficas forman parte del lenguaje de un científico. Sin embargo, no hablan por sí solas. Un comentario a una gráfica no puede despacharse con un “en la gráfica se representan los datos” y cambiar a otro tema. Deben describirse oralmente en detalle, indicando lo que representan los ejes de ordenadas y abscisas y las conclusiones principales que se obtienen de su representación.

Finalmente resaltar que tu actitud durante la exposición es importante. Deberás prestar atención a tres aspectos simultáneamente: lo que dices, cómo lo dices y cómo muestras eso que dices (tanto mediante el lenguaje corporal como mediante las transparencias). Una actitud en la que demuestres interés por lo que comunicas e interés por contarlo te ayudará a establecer una relación más directa con tu audiencia y a ser más natural.