Se trata de una fobia ligada especialmente a posiciones comerciales o directivas y hoy en día también a cualquier profesional que tiene la necesidad de comunicarse tanto interna como externamente. Sudoración, náuseas o ritmo cardíaco elevado suelen ser los síntomas físicos de esta crisis.



(MADRID, 17/01/2015) Uno de los fenómenos que más interés ha despertado en las últimas semanas ha sido la *glosofobia*. Muchos de nosotros nos hemos sentido identificados con el miedo incontrolable que han sufrido Pastora Soler o Joaquín Sabina en sus últimos conciertos. De hecho, “se estima que un 75% de la población sufre algún sentimiento de ansiedad y nerviosismo al hablar en público”, tal y como afirma Susana Sosa, directora de Servicio de Adecco Professional.

Sudoración, náuseas o ritmo cardíaco elevado suelen ser los síntomas físicos de esta crisis.

La capacidad para expresarnos correctamente y transmitir un mensaje se convierte en algo esencial no solo en las situaciones personales, sino también en las profesionales. Se trata de una fobia ligada especialmente a posiciones comerciales o directivas y hoy en día también a cualquier profesional que tiene la necesidad de comunicarse tanto interna como externamente. Desde que hacemos una entrevista de trabajo, pasando por el momento de convencer en la iniciación de un proyecto o la obtención de financiación, debemos estar seguros y dar una impresión de que manejamos el tema del que hablamos.

La seguridad en uno mismo y el entusiasmo que se sea capaz de transmitir son básicos para lograr influir en los demás. Por este motivo, padecer esta fobia puede suponer un freno importante en nuestro desarrollo profesional.

El sistema educativo español no potencia el desarrollo de estas habilidades. Los grandes expertos nos hablan de que el 90% del éxito de un buen discurso o presentación tiene que ver con el método y sólo un 10% es innato. Según datos del Observatorio de Innovación en el Empleo (OIE), promovido por Adecco, 6 de cada 10 universitarios consideran que el salto hacia el mundo laboral es demasiado grande. De este mismo informe del OIE, también se desprende que, por lo general, los jóvenes consideran que la formación recibida tanto en la universidad como en las escuelas de Formación Profesional es inadecuada.

Uno de los aspectos clave en el triunfo de un buen negocio es que los empleados sean buenos comuni

Los datos en cuanto a las dinámicas de grupo son aún más alarmantes: alrededor del 85% de los jóvenes no ha recibido ningún tipo de información acerca de esta técnica de selección de personal, siendo aún mayor el desconocimiento que manifiestan los estudiantes de Universidad pública y de FP (86% cada uno), frente al 67% de los alumnos de la Universidad privada.

En cualquier caso, los estudiantes esperan ser formados a la hora de reforzar habilidades como la iniciativa, la capacidad de negociación y la capacidad de resolución de problemas. Sin embargo, esas expectativas no siempre no se cumplen.

LA GLOSOFOBIA, PERJUDICIAL PARA LA EMPRESA

Uno de los aspectos clave en el triunfo de un buen negocio es que los empleados sean buenos comunicadores. La oratoria es una herramienta clave para la negociación con los competidores, con los proveedores y hasta con los propios empleados de la empresa, así como para la persuasión de posibles clientes. Por eso el secreto del éxito de una empresa está en que todos los empleados sepan conectar con el público para transmitir confianza. Desde el punto de vista empresarial, hay un déficit en la formación de los titulados en aspectos clave, pero también en habilidades que a medio plazo van a definir el éxito profesional de un recién titulado, según datos del OIE.

La glosofobia constituye un grave problema para las empresas. Tener capacidad para comunicarse, persuadir y hacer llegar de forma clara su mensaje a los otros es una característica imprescindible para cualquier ejecutivo. Por este motivo, crear grupo de charlas podría ayudar a sus empleados a hacer frente al miedo a hablar en público. Que el empleado se sienta seguro tendría que convertirse en uno de la formación básica de los trabajadores.

¿CÓMO HACER FRENTE A ESTA FOBIA?

Las empresas juegan un papel crítico en la curación de esta fobia. Pueden y deben ayudar a sus empleados a formarse en este tipo de competencias, evitar por todos los medios que aumenten las sensaciones de inseguridad y ayudar a fomentar la compresión y, por tanto, huir de la crítica. Expertos señalan que los españoles somos excesivamente censores con los demás y también con nosotros mismos.

Existen formaciones específicas y muy a medida para entrenar estas competencias, pero igualmente hay siempre un método transversal: la preparación. “Preparar el discurso con personas de confianza, no tener miedo a la crítica y adelantarse y saber juzgarse uno mismo” es uno de los consejos que Sosa recomienda. Otro de los métodos que pueden ayudar a evitar ese miedo es la práctica. Cuantas más veces se ensaya un discurso, mayor dominio se tendrá sobre éste, algo que te proporcionará mayor naturalidad y soltura a la hora de presentar. Es importante memorizar la introducción, la conclusión y las ideas principales para causar un mayor impacto a nuestros oyentes pero nunca memorizar todo el texto ya que corremos el peligro de poder perdernos en el discurso.

Fuente: ADECCO | Editado por Actualidad Evangélica