



1. gaia Lokuzioa eta beldur eszenikoa

1. gaia

Lokuzioa eta beldur eszenikoa





"Nahiz eta gizon guztiek ez duten hizlari izan behar, ezta idazle ere, nahiz eta batzuek horretarako jarrerarik edo prestasunik ez izan, hala ere, askok patuaren, bizitzaren, hitzaren inperioaz beren meritua, postua, egoera, boterea edo talentua egiaztatzeke abaguneak izango dituzte egoera ezberdinetan".


Antonio Capmany.

Historialaria, filologoa eta politikaria. Bartzelona 1742-Cadiz 1813

Iturria: Merayo, Arturo (1999). Ahozko komunikazio-tekniken ikastaro praktikoa. Tecnos



Ahozko komunikazioaren garrantzia

- Gure bisita-txartel saihestezina da
- Bizi ibilbidea  Proiektuak/ideiak defendatzea, proposamenak kritikatzeta, konbentzitzea, aurka egitea, azaltzea ...

- Arturo Merayo Murtziako Unibertsitateko katedradunaren arabera, lau faktoretan oinarrituta estimatzen eta sailkatzen gaituzte: egiten dugunagatik, ematen dugunagatik, esaten dugunagatik eta esaten dugun moduagatik.



Hitza eta lokuzioa

Zer da beldur eszenikoa

- Organismoaren erantzun psikofisikoa, normalean bizia, jendaurrean hitz egitearen benetako edo irudimenezko egoerari buruzko pentsamendu ezkorren ondorioz sortzen dena. Erantzun honek lotsa eta antsietatearekin lotutako adierazpenak barne hartzen ditu, hala nola kezka, inhibizioa, estresa, adierazpen-eraginkortasunik eza eta normaltasuna aldatzeko beste modu batzuk arlo fisiologikoan, kognitiboan eta konduktualean.

Iturria: Yagosesky, Renny. Oratoriaren boterea, Jupiter argitaletxea, Caracas, 2001

Zer da beldur eszenikoa

- Komunikazio-eraginkortasuna murrizten duen eta kaltetuen adierazpen-gaitasun potentzialak hedatzea eragozten duen egoera inhibitzailea da.
- Sintoma fisiologikoak: bihotz-erritmoa aldatzea, izerdia, gernu-premia, urdaileko ondoeza edo goragalea, listu-jariakina murriztea, aurpegiko gorritasuna ...
- Sintoma kognitiboak: nahasmendu mentala, porrot egiteko kezka, hiperarreta autosarrera, akatsen pertzepzio-gehiegikeria, autoexijentzia, porrotaren, arbuioaren eta barregarri agertzearen beldurrak...
- Jokabide-sintomak: ekintza saihestea, keinu automatikoak, hitzezko farfuila, totalka ibiltzea, ahots-bolumen txikia, begirada iheskorra, isiltasun maiz edo luzeak ...

Beldur eszenikoa gainditzea

1. Ahozko komunikazioan oinarrizko bi elementu argi izatea:

- **Zer esan nahi dudan** (mezuaren edukia)
- **Nola esan nahi dudan** (transmititzeko modua)

2. Gaia ondo prestatzea. Edukia ondo ezagutzea

3. Praktika

Komunikazio motak

- Ahozkoa
- Ez ahozkoa
 - Kinesika
 - Proxemika
 - Paralinguistika
 - Kronemika

http://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/6074/1/ELUA_20_03.pdf