



# Miedo a Hablar en Público

El miedo es una sensación subjetiva derivada del instinto de supervivencia. Lo que es una señal de alerta para salvarse ante una situación de peligro, es convertida por la mente humana en un límite para experimentar y vivir espontánea y libremente.

El “*Miedo a Hablar en Público*”, en este caso, es una dificultad que surge ante una situación en la que pareciera que no corremos ningún riesgo objetivo. Sin embargo a muchos de nosotros nos afecta este miedo, a veces convertido en terror o fobia, impidiéndonos expresar e indagar en las comprensiones que la oratoria puede proporcionarnos sobre el tema a exponer y sobre nosotros mismos.

En esta ocasión, la charla será ofrecida por Nuria Saiz, una magnífica mujer con un enorme corazón, por la que profeso gran admiración y con la que comparto una profunda amistad.



Nuria viene además de, a compartir con nosotros lo que conoce de este miedo, a enfrentarlo, lo que le da un valor añadido a la charla y a la propia ponente.

El próximo viernes, 16 de enero, a las 19:30, dentro del espacio “Oratoria y Reflexión”, tendrá lugar esta charla en Aqyra.

*«El miedo a hablar en público o “Glosofobia” es el segundo miedo más común en las personas, después del miedo a la muerte. Leer esto me provocó una gran sorpresa. ¿Qué hay debajo de este miedo aparentemente tan absurdo? ¿Por qué a muchos se nos eleva el ritmo cardiaco, temblamos, nos genera ansiedad hasta tartamudear o enmudecer?»*

*En la charla reflexionaremos sobre la naturaleza de este miedo, sobre las cuestiones que surgen al enfrentarlo e intentaré compartir mi experiencia»*

*Nuria Saiz*



CHARLA:	Miedo a Hablar en Público
IMPARTE:	Nuria Saiz
FECHA:	Viernes, 16 de enero
HORA:	19:30
TELÉFONOS:	946526125 y 692681708
WASAP:	672224911
MAIL:	<a href="mailto:info@aqyra.es">info@aqyra.es</a>
LUGAR:	Aqyra, c/ Barrondo 3, 1º - Etxebarri 48450