

## De la Timidez a la Confianza en Escenario

Escrito por braydenmulgrave - 27/12/2024 22:46

---

Siempre fui la "chica callada" en reuniones y eventos sociales. La idea de tener que hablar en público me aterraba, así que evitaba estas situaciones siempre que podía. Sin embargo, me di cuenta de que esto estaba limitando mis oportunidades. Quería cambiar, así que busqué un curso de oratoria que pudiera ayudarme a superar mi timidez. Fue entonces cuando encontré Anarufian.com.

Desde el primer contacto, el enfoque acogedor y profesional de Anarufian me llamó la atención. Al asistir a la primera clase, mis nervios eran palpables, pero rápidamente me sentí en un espacio seguro. Cada sesión estaba llena de actividades prácticas que nos obligaban a salir de nuestra zona de confort. Recuerdo claramente una actividad en la que se nos pidió que compartiéramos una anécdota personal. Aunque al principio me temblaba la voz, la retroalimentación constructiva de mis compañeros y del instructor me mostraron que podía ser escuchada.

A lo largo del curso, aprendí estrategias clave para organizar mis pensamientos y presentarlos de manera efectiva. Me enseñaron a utilizar mi cuerpo y voz como herramientas poderosas para mantener la atención del público. A través de ejercicios de respiración y visualización, comenzó a disminuir mi ansiedad. Lo más sorprendente fue darme cuenta de que muchos de mis compañeros también estaban lidiando con sus propias luchas, lo que creó un ambiente de apoyo mutuo.

Una de las experiencias más significativas fue cuando tuvimos que dar una presentación final ante todos los participantes. A pesar de la adrenalina, me sentí increíblemente preparada. Esa vez, cuando hablé frente a la audiencia, experimenté una transformación. Mis palabras fluyeron sin esfuerzo, y al finalizar, el aplauso resonó en la sala como una validación de mi esfuerzo.

Desde que completé el curso de oratoria en Anarufian.com, me he convertido en una persona más segura y asertiva. He podido compartir mis ideas en reuniones de trabajo y participar activamente en eventos sociales. No solo he superado mi miedo a hablar en público, sino que también he aprendido a disfrutar del proceso de comunicarme. Anarufian.com no solo me dio las herramientas para hablar, sino que me ayudó a encontrar mi voz. Ahora, estoy lista para enfrentar cualquier escenario y expresar mis ideas con confianza.

=====