**Hablar en público**, ya sea en una presentación escolar o laboral, o dando un discurso ante una audiencia importante requiere de un ardua labor y preparación previa.

Al hablar lo fundamental es que se entienda lo que quieres decir, recuerda que tu voz es parte de tu presentación con los demás; por lo que es necesario hablar fuerte y claro para brindar seguridad, algo que sin duda te abrirá más puertas.

¿Te ha pasado que es muy incómodo hablar con alguien a quien no se le entiende? ¡Seguro que sí! Muchas veces hablamos bajito, no abrimos bien la boca y hablamos como se dice “entre dientes”, lo cual hace que la comunicación con los demás resulte muy complicada.

Por lo mismo es necesario **contar con una buena dicción**, ya que esta te ayudará a que tu voz sea tu carta de presentación, y con esto no nos referimos a que tengas una voz gruesa y engolada, de locutor de los años 60’s; sino que tengas presencia, y puedas darte a entender.

Lo anterior pude ser de gran ayuda, ya que tendrás nuevas oportunidades, no sólo en lo laboral, sino también podrás mejorar tu pronunciación tanto en español como en otro idioma (como el inglés).

**Te compartimos algunos ejercicios de dicción:**

La **respiración** tiene un papel fundamental en este caso, ya que a través de esta podrás dar volumen y entonación a tu voz. Para lograrlo es necesario fortalecer el diafragma sentándote de manera recta, pecho arriba y hombros relajados (hacia atrás), respira profundo y saca todo el aire por varias ocasiones.

No olvides **relajar tu rostro**, para ello puedes realizar algunos gestos con toda tu cara, esto te ayudará a activar y relajar a la vez, lo cual permitirá mayor movilidad en tus músculos.

Ahora habla fuerte como si quisieras llamar la atención, abre la boca más de lo normal, respira y gesticula, esto mejorará mucho tu pronunciación; y **practica la vocalización**, te ayudará a darle un timbre más agradable a tu voz, además de brindarte la capacidad de subir y bajar de tono fácilmente mientras hablas; así que toma aire y pronuncia en un tono constante por varios segundos cada vocal en este orden: u, o, a, e, i (comienza con tonos bajos y luego repite el ejercicio subiendo hasta los tonos más agudos que logres pronunciar).

También puedes realizar ejercicios de dicción de **lectura**: lee en voz alta, lee sólo vocales en distintas tonalidades, lee únicamente consonantes, lee rápido y lento, lee palabras extrañas, incluso lee y algunos trabalenguas. Todo esto te dará mayor agilidad en tu lengua y labios.

**Puedes usar un lápiz** para la dicción, una técnica muy famosa y popular, la finalidad es que abras la boca y movilices la lengua, ya que al colocar el lápiz se extenderán las comisuras de tus labios, lo que forzará a descubrir tus dientes superiores, dando mayor movilidad a tu lengua y proyección de tu voz a través de los dientes.

¡No olvides realizar estos ejercicios constantemente para obtener resultados en breve!

Finalmente toma en cuenta **practicar tu discurso**, **si es posible grábalo** para que te escuches y encuentres en dónde hacer énfasis y entonaciones de tu voz.