

---

# Índex

---

<b>La comunicació oral cara a cara, un valor afegit</b> .....	4
<b>Per què t'interessa llegir aquest llibre?</b> .....	7
<b>BLOC 1. Tothom ens veu</b> .....	9
<b>1 Quins són els estils comunicatius</b>	
Parlem tal com som .....	13
<b>2 Com podem guanyar confiança per parlar en públic</b>	
Siguem nosaltres .....	21
<b>BLOC 2. Pensem què direm</b> .....	29
<b>3 Què volem comunicar</b>	
Organitzem les idees .....	33
<b>4 A qui ens adreçem</b>	
Pensem sempre en l'audiència .....	41
<b>BLOC 3. Més enllà de les paraules</b> .....	49
<b>5 Què transmetem amb la veu</b>	
Comuniquem amb l'ànima .....	53
<b>6 Com comuniquem amb el cos i la mirada</b>	
Acompanyem les paraules amb naturalitat .....	61
<b>7 Com fem servir els recursos visuals</b>	
La tecnologia al nostre servei .....	69
<b>BLOC 4. Fem-nos entendre i convencem</b> .....	77
<b>8 Com ens podem explicar amb claredat</b>	
Despleguem estratègies per fer-nos entendre .....	81
<b>9 Per què ens atraven les narracions</b>	
Expliquem històries i ens escoltaran .....	89
<b>10 Com podem defensar una opinió</b>	
Argumentem amb solidesa .....	97
<b>BLOC 5. La tecnologia al nostre abast</b> .....	105
<b>11 Com intervenim en els mitjans de comunicació</b>	
Atrevim-nos a parlar amb micròfon i càmeres .....	109
<b>12 Com participem en els actuals formats comunicatius</b>	
Descobrim els nous reptes retòrics de la xarxa .....	117

---

## La comunicació oral cara a cara, un valor afegit

---

La primera edició de *L'oratòria a l'abast de tothom* va sortir a llum fa poc temps i va tenir molt bona acollida. Estem agraïts als nostres lectors. El llibre va començar a circular en plena pandèmia, en un moment en què la comunicació digital semblava que faria fortuna i substituïria la comunicació oral cara a cara, sobretot en l'àmbit professional.

Parlem, per exemple, de dues situacions conegudes per tothom: les classes virtuals i les reunions a través de plataformes. Es deia que la comunicació oral presencial quedaria restringida a situacions personals i puntuals, o bé a les feines en què la presencialitat fos imprescindible.

Sortosament, no ha estat ben bé així. La comunicació oral directa s'ha anat obrint camí i ha recuperat l'espai que li és propi. Així, a les universitats, als instituts i a les escoles, les aules presencials han significat un valor afegit per a la majoria d'alumnes i docents. Uns i altres han revalorat la comunicació en un sentit ampli: estaven delerosos de trobar-se, d'enraonar, de fer-la petar, de fer feina asseguts a la mateixa taula.

Les reunions presencials han tornat a les nostres vides, perquè inclouen una comunicació oral interpersonal que és única i natural, que va més enllà de la feina i que aporta un component emocional imprescindible per aconseguir unes relacions socials gratificants, també en l'àmbit professional.

Ara més que mai hem ratificat el poder de l'oralitat: el matís de l'entonació, la interpretació de la mirada, la força de la paraula ben trobada o l'oportunitat del silenci. La necessitat de comunicació oral directa, intensa i personal és un imperatiu que tots reconeixem, i encara més després d'una etapa en què l'aïllament ens restringia les possibilitats comunicatives i ens deixava un regust amarg.

I justament, el llibre que tens a les mans dona respostes a aquesta necessitat comunicativa: els actuals i futurs reptes retòrics continuen requerint que tinguem confiança i seguretat en nosaltres mateixos (bloc 1); que siguem capaços d'organitzar bé les idees i d'adequar el missatge a qui ens adrecem (bloc 2); que modulem la veu i el gest amb harmonia (bloc 3); que puguem explicar-nos amb claredat i argumentar amb solidesa (bloc 4); i que aprenguem a aprofitar al màxim els nous formats virtuals que ja són part del nostre dia a dia (bloc 5).

Així doncs, t'oferim aquesta segona edició de *L'oratòria a l'abast de tothom*, amb la convicció que hi sabràs trobar o redescobrir noves facetes de l'estil comunicatiu en què et sents més còmode i que et poden ser útils en la vida personal, social i professional.

---

# Per què t'interessa llegir aquest llibre?

---

● Pateixes quan has de parlar davant de molta gent? Els nervis et traïxen? Saps com preparar una intervenció oral? T'agrada la imatge que transmetes quan parles en públic? Et costa defensar el que penses? Et sents bé comunicant-te amb les tecnologies digitals?

En aquest llibre hi trobaràs la resposta. *L'oratòria a l'abast de tothom* està estructurat en cinc blocs, que comencen amb un test inicial perquè puguis conèixer d'on parteixes i es despleguen en dos o tres capítols cada un:

- #1\_Tothom ens veu.** Hem de parlar tal com som, amb confiança i seguretat.
- #2\_Pensem què direm.** Cal organitzar bé les idees i tenir clar a qui ens adreçem.
- #3\_Més enllà de les paraules.** També comuniquem amb la veu, i ens hi acompanyen la mirada i els moviments.
- #4\_Fem-nos entendre i convencem.** Ens hem d'explicar amb claredat i hem de saber defensar el nostre punt de vista.
- #5\_La tecnologia al nostre abast.** Convé conèixer com podem aprofitar les eines virtuals per comunicar-nos millor.

Llevat del primer capítol, dedicat als estils comunicatius, la resta de capítols, breus i visuals, mantenen la mateixa estructura:

- \_El repte de...:** ens situa en el cas d'una persona que ha de millorar un aspecte de la comunicació oral.
- \_Les preguntes clau i la Caixa d'eines:** ofereixen tres idees clau i un ventall de recursos i recomanacions.
- \_Desmuntem el tòpic:** combat prejudicis sobre la comunicació oral.
- \_El discurs i l'orador o l'oradora:** presenta un discurs real per il·lustrar algunes estratègies comunicatives.

El que et proposem, doncs, és un conjunt de recursos d'oratòria assequibles perquè parlar bé en públic estigui al teu abast. Podràs trobar-hi les estratègies que més encaixen amb el teu tarannà per comunicar-te amb eficàcia i naturalitat.

# #9 PER QUÈ ENS ATRAUEN LES NARRACIONS

## Expliquem històries i ens escoltaran

### El repte d'explicar una anècdota quan toca

La Laura participa en unes jornades per compartir treballs de fi de màster. Ha fet un estudi sobre la poesia de Miquel Martí i Pol i n'està molt satisfeta. És una noia oberta i eixerida, una oradora apassionada amb un somriure ample.

Just abans de presentar el seu treball s'adona que el ponent anterior ha parlat entre els badalls del públic i, fins i tot, alguna capcinada. "A mi, això no em passarà", ha pensat la Laura, i ha desplegat els recursos narratius: una anècdota personal a l'inici, un relat sobre la joventut de Martí i Pol a mitja presentació i quan ha vist que algú es distreia, una anècdota amb humor... La Laura s'ha ficat el públic a la butxaca amb l'eina més atractiva: la narració.



## LES PREGUNTES CLAU

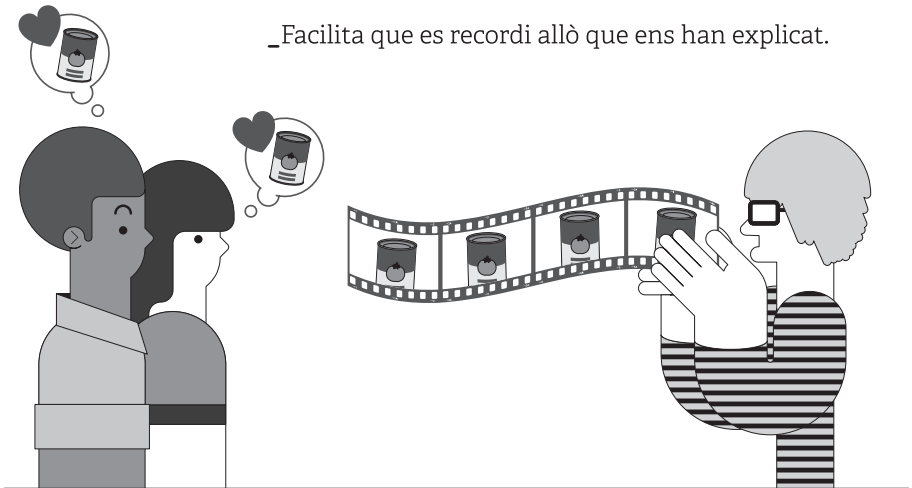
### #1 Què tenen les narracions que agraden tant?

“**Les narracions evocuen, sorprenen i fan pensar.**”

Quan som petits ens fascina que ens expliquin contes. Les narracions són viatges que ens traslladen a mons imaginaris, a les peripècies d'uns personatges que ens fan riure o plorar, i que ens sorprenen i ens expliquen com és el món.

La narració encisa tant a grans com a petits, perquè aconsegueix moltes funcions:

- \_ Capta l'atenció de l'audiència.
- \_ Genera identificació emocional amb els protagonistes.
- \_ Permet reflexionar sobre el món i sobre la vida de les persones.
- \_ Transmet de manera sintètica i vivencial idees complexes.
- \_ Facilita que es recordi allò que ens han explicat.



## # 2 Per què narrar ajuda a captar l'atenció?

**La narració és la vida en moviment.**

L'explicació de conceptes és estàtica: parla d'idees en l'espai lògic i cansa els oients. La narració parla de persones i de fets que ocorren en el temps, és atractiva com la vida mateixa i s'explica des dels orígens de la humanitat. Per això, enmig d'una presentació densa o d'una argumentació espessa, un relat crida l'atenció de tot l'auditori i el públic el recorda més.

## # 3 Com puc narrar per ajudar a comprendre idees?

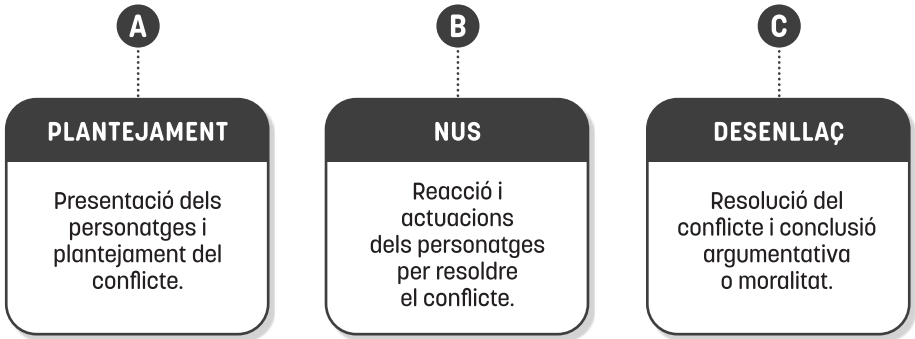
**Convertim una idea en una petita història.**

Un cop tenim les idees que volem explicar, paga la pena valorar si n'hi ha alguna que es pot convertir en una petita història. És l'*storytelling* (relat de marca): no parlem directament d'una idea o d'un producte, sinó que construïm una història perquè aquesta idea o producte connecti amb el cor dels destinataris. A classe, els docents expliquen sovint històries amb aquesta funció.

No es tracta, doncs, de fer que tota la presentació sigui narrativa, sinó d'emprar la narració com un recurs altament eficaç quan s'insereix en un discurs explicatiu o argumentatiu.

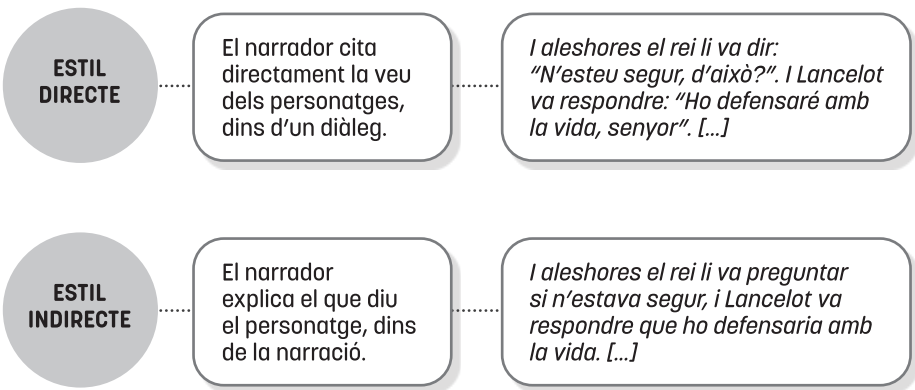
## CAIXA D'EINES

### Parts de la narració



L'ordre d'aquestes parts es pot invertir i, per exemple, presentar el desenllaç a l'inici i després reconstruir la narració.

### Estil directe i estil indirecte



L'estil directe capta més l'atenció que no pas l'indirecte, perquè ajuda el destinatari a entrar més en la història.



## Recursos narratius per captar l'atenció i aportar contingut

### Anècdota històrica

Breu narració d'un fet curiós, insòlit o especial:

*“El gran Alexandre va acostar-se a Diògenes, el filòsof que vivia pobrament, oferint-li tot el que volgués, i ell li va dir: ‘Arracona’t que em tapes el sol.’”*

### Citació narrativa

Màxima extreta d'algun autor que expressa un pensament d'una manera molt concisa:

*“A la vida, les persones que renunciem són molt més nombroses que les que fracassen.”*

H. FORD

### Refranys narratius

Els refranys són sentències d'origen popular i tradició oral, dels quals es desprèn una conclusió o moralitat:

*“Tal faràs, tal trobaràs.”*  
*“Els catalans, de les pedres en fan pans.”*

### La faula

És una narració breu protagonitzada per animals que conté un ensenyament:

*“Hi havia un lleó cansat que feia veure que estava malalt perquè les altres bèsties el visitessin i així se les menjava a la seva cova.”*