



HABLANDO Arriba: Lau Kiang Siang prueba un enfoque de Tópicos de Mesa fuera-de-la-bolsa durante su visita a Thai Airways Club Inter-nacional en Bangkok, Tailandia. Abajo a la izquierda: Binoj K. Ravi cómodamente habla improvisadamente en su club Assisi Toastmasters en Kerala, India. Derecha: Joyce Teal llevó sus habilidades para hablar de improviso en la Conferencia TRPA en Kingsport, Tennessee en 2015.

UN ENTRENAMIENTO PARA TÓPICOS DE MESA

El ejercicio lleno de energía para poner a trabajar tu cerebro.

POR: MAUREE ZAPPALA, DTM

Traducido por: Javier Córdova González

Roscoe Drummond, periodista estadounidense, una vez dijo: "La mente es una cosa maravillosa. Comienza a funcionar en el momento en que naces, y nunca se detiene hasta que te levantas a hablar en público".

Hmm, ¿él estaba hablando de Tópicos de Mesa?

Los Tópicos de Mesa han sido un componente clave del programa de Toastmasters por muchos, muchos años. El manual de entrenamiento de oficiales del club de 1936 prescribe una agenda típica de la reunión y define un "tópico de mesa". El manual dice: *"Este tópico se convierte en el tema de discusión informal en el que se espera que cada miembro participe con excepción de los asignados como oradores en el programa regular. El propósito es hacer que todos los miembros se pongan de pie en cada reunión"*.

Décadas más tarde, los Tópicos de Mesa son todavía una actividad distintiva del club. Mientras que el propósito de alentar la participación sigue siendo el mismo, los beneficios abarcan mucho más. Ese simple discurso improvisado de uno a dos minutos puede transformar tus habilidades de comunicación y liderazgo. Ámalos o aborrécelos, los Tópicos de Mesa son una herramienta poderosa de crecimiento.

Todos los días, participamos en discursos improvisados. En conversaciones hablas de forma improvisada. Cuando se te pide tu opinión, o un resumen de una tarea en el trabajo, hablas con improvisación. Los Tópicos de Mesa perfeccionan la habilidad de crear una respuesta improvisada que es especialmente enfocada, convincente y atractiva.

Si batallas con una plática pequeña, o deseas tener una buena entrevista, los Tópicos de Mesa ayudarán. Serás un mejor conversador y tu presencia profesional mejorará. En un entorno corporativo, puede que tengas que desarrollar respuestas del tipo "fragmentos de entrevista" para el CEO, o que desarrolles tu discurso de elevador promocional. Si eres una persona que está aprendiendo Inglés como segunda lengua, los Tópicos de Mesa son ideales para ejercitar tus habilidades de conversación. Participar en Tópicos de Mesa te ayuda a desarrollar habilidades de pensamiento crítico y organizado porque tienes que

pensar con rapidez, y si participa frecuentemente eliminarás esas muletillas verbales, los temidos "eh" y "este" mucho más rápido.

Dwayne Windham, DTM, del Laughing Matters club en Austin, Texas, es un apasionado de cómo los Tópicos de Mesa lo han beneficiado. "Yo trabajo en soporte técnico, un mundo constante, sin fin de 'tópicos de mesa'. Contestas el teléfono, y es como estar en el club tratando de responder a '¿Por qué está haciendo esto?' '¿Cómo le hago para que haga esto?' Cada vez que usa palabras de relleno audibles -"eh" y "este"- tu credibilidad disminuya y es más probable que alguien exija hablar con un gerente. Entre más puedas dar respuestas rápidas, concisas, precisas, serán mejor tus números y darás el mejor servicio.

"Los Tópicos de Mesa pueden ayudar a un orador tímido a emerger en uno más confiado sin abrumarse por hacer un discurso de cinco a siete minutos. Joyce Teal, ACB, CL, del Monday Mumbler's Toastmasters en Chattanooga, Tennessee, le encanta ver a quienes están nerviosos de pasar a hablar, tomen su turno. Ella dice que siempre se sorprenden de lo mucho que disfrutan y cuán confiados se sienten después. Del mismo modo, los invitados a menúdo aceptan los Tópicos de Mesa. Katherine Hanneman, DTM, del Hickam AFB en Honolulu, Hawái, dice: "Los invitados a quienes se les anima a participar obtienen un sentimiento de conexión y pertenencia, y es más probable que se unan. Los Tópicos de Mesa es una varita mágica que hace que desaparezca el miedo y crea un anhelo por hacer más".

¿Por qué es tan difícil?

Muchos Toastmasters aman los Tópicos de Mesa porque hablar improvisadamente les es fácil a ellos. Incluso puede que los prefieran a redactar, practicar, memorizar y dar discursos del manual. Binoy K. Ravi, CC, del Assisi Toastmasters en Kerala, India, es ingeniero con experiencia previa en capacitación y educación, y se siente muy cómodo con el discurso improvisado. No obstante, después de varios años de no enseñar, sintió que sus habilidades se deterioraron, por lo que se unió a un club para recuperar su nitidez.



Kathryn Hanneman del Hickam AFB club en Honolulu, Hawai, habla en la Conferencia del Distrito 49 en otoño de 2015.

Crear un discurso preparado era un reto para él. "Soy un orador espontáneo", dice. "No puedo memorizar bien. Pero aprovecho lo máximo de Tópicos de Mesa. Incluso él propone dar discursos improvisado de cinco a siete minutos para mejorar aún más sus propias habilidades.

Si tú, a diferencia de Ravi, luchas con el discurso improvisado, no estás solo. La ciencia explica por qué. Investigadores en la Universidad de Rice, Universidad de Johns Hopkins y la Universidad de Columbia recientemente publicaron sus conclusiones que nuestras habilidades para hablar y escribir son controladas por dos áreas separadas, pero estrechamente localizadas en el cerebro. Esta es la razón por la que la gente escribe diferente a la forma en que habla, y viceversa. Al escribir un discurso, editamos las ideas más lentamente, usando frases formales, menos conversacionales. Al hablar de improviso, no editamos tanto. En otras palabras, pensamos antes de escribir, pero hablamos antes de pensar, y el pensamiento proviene de dos áreas diferentes del cerebro. Los Tópicos de Mesa ayudan a ejercitar y a

CONSEJOS PARA SOBREVIVIR TÓPICOS DE MESA

Los siguientes son los consejos más populares entregados por los miembros en la Convención Internacional del 2015 en Las Vegas, Nevada. ¿Tu favorito está en la lista?

- Relaciona la pregunta con tus experiencias personales.
- Si no te gusta la pregunta, cámbiala.
- Comienza con una cita inspirada.
- Mantente al día con los libros, tecnología, noticias y programas de televisión.
- Inicia con la primera cosa que venga a tu mente.
- Camina lentamente al pódium; te dará más tiempo para prepararte.
- Sé ridículo. Cualquier cosa divertida funciona.
- PREP (indica tu posición, proporcionar una razón, da ejemplos, reafirman tu posición).

disciplinar el cerebro para equilibrar esta disparidad.

Las preocupaciones comunes

¿Cuáles son tus preocupaciones en Tópicos de Mesa? Tal vez tienes miedo de hacer el ridículo, o no estás familiarizado con el tema. Tal vez temes compartir una opinión sobre un tema controvertido, o ponerte demasiado emocional. Tal vez te gustaría tener un tema diferente. Tal vez te sientas presionado para ser divertido, profundo, preciso, conciso o de entretenido. Incluso pudieras pensar que el tema es demasiado frívolo.

El Director de División, Dale Goff, DTM, del Dobson-Craddock Toastmasters en South Charleston, West Virginia, dice, "Siento que los Tópicos de Mesa, al igual que mucho en Toastmasters, están diseñado para el desarrollo profesional. ¿Es sólo un juego? Volvamos a lo básico y perfeccionemos nuestras habilidades profesionales". Muchos miembros están de acuerdo, pero otros gozan de la oportunidad de ser más creativos, e incluso teatrales. Ambos enfoques funcionan, debido a que las habilidades desarrolladas en Tópicos de Mesa son transferibles más allá del entorno del club.

4 Pasos para Respuestas Estupendas de Tópicos de Mesa

Así que, ¿qué puedes hacer para mejorar? Prueba este sencillo enfoque de cuatro pasos para elaborar una gran respuesta.

- **Piensa con Calma:** Antes de iniciar la reunión, trae a tu mente algunas conversaciones o acontecimientos recientes que te dé acceso a las posibles respuestas. Cuando escuches el tema, permanece en silencio. Respira, consulta tu inventario de pensamientos recientes, y elige un punto o una historia que se le ajuste. (Nota: Esto no significa que escribas una respuesta por adelantado y la fuerces a que se ajuste al tema. Esto defraudaría el propósito).
- **Organiza con Claridad:** Desarrolla la apertura, el cuerpo y el cierre. Muchas personas abren repitiendo la pregunta, pero esa es una apertura débil. Abre como lo harías en un discurso, tal vez con una cita, estadística o pregunta, por ejemplo, "¿Estás de acuerdo que...?" A continuación, ve al grano (o cuenta una historia rápida), usa un cierre que se relacione con la apertura.
- **Entrégalo Magistralmente:** No olvides el contacto visual, el lenguaje corporal, la variedad vocal, la gramática y la pronunciación. Cuidado con las muletillas eh, este, mmm.
- **Calcula Perfectamente el Tiempo:** La mayoría de nosotros no somos conscientes de lo mucho (o poco) que decimos en uno o dos minutos. Los Tópicos de Mesa obligan a las personas que hablan mucho a condensar sus palabras y a las tímidas a expandirlas. Observa las señales del tiempo.

¿Te gustaría tener más tiempo de preparación? Darren LaCroix, el Campeón Mundial Toastmasters de Hablar en Público 2001, sugiere clases de improvisación. "En Tópicos de Mesa, se te da un tema, y justo en el momento, hablas de ello. ¿Cómo puedes prepararte? ¡Juegos de improvisación! Ellos te ayudan a estar más "presente". Cuando estás presente, puedes manejar el hablar improvisadamente mejor". Bruce Yang, DTM, de Taichung Toastmasters, ciudad de Taichung, Taiwán, está de acuerdo. Él

ve el paralelismo entre la improvisación y los Tópicos de Mesa. Se maravilla de la capacidad de un actor de improvisación para conectar los puntos de inmediato con el fin de evocar una imagen en la mente de los oyentes.

Acercamientos Únicos y Creativos

La libertad de ser creativo e impredecible es un sello distintivo de los Tópicos de Mesa. Greg Gazin, DTM, del New Entrepreneurs club en Alberta, Canadá, dice: "Una vez seleccionamos palabras desconocidas a partir del diccionario y le preguntó a los participantes las definiciones. Obtuvimos respuestas divertidas y creativas, luego revelábamos las definiciones verdaderas". Por ejemplo, la palabra homerkin (en inglés) les recordó a los miembros el programa de televisión Los Simpsons, pero en realidad, es una palabra muy antigua para una medición de la cerveza.

Un club creó una experiencia de Tópicos de Mesa fuera-de-la-caja, literalmente original. Aero Speakers Toastmasters en Laverton, Melbourne, Australia, llevó a cabo una sesión fuera del club en un mercado local al aire libre en un sábado ocupado, modelando el famoso estilo de plataforma improvisada de Hyde Park (Londres) en la que alguien se sube a una tribuna para dar un discurso, provocando respuestas de los transeúntes.

Helen McKenzie-Fairlie, ACB, CL, de Arvo Satdy Communicators club en Port Melbourne, ayudó a constituir el Aero Speaker y estuvo involucrada en el proyecto. Ella reflexiona con orgullo en esta experiencia inusual: "Nuestro propósito era reclutar a nuevos miembros. En dos meses, el club estaba constituido, pero no fue porque el evento del mercado ayudara a traer nuevos miembros. Más bien, fue porque hemos ganado confianza. Toastmaster hace honor a su promesa de desarrollar habilidades. "Los testimonios personales como esos son convincentes a los miembros potenciales.

Y luego está el enfoque fuera-de-la-bolsa. Lau Kiang Siang, CL, del Historical City Toastmasters de Malaca, Malasia, visitó el Thai Airways International club en Bangkok, Tailandia, donde "el Director de Tópicos llamaba a los miembros e invitados para sacar objetos fuera de la bolsa para usarlos como su tema".

¿O qué tal un enfoque de "trabajo de equipo" al contar historias? El Director de Tópicos comienza una historia con un simple "Había una vez..." o "Era una noche oscura y tormentosa..." y llama a una persona a elaborar la siguiente parte. Después de un minuto, esa persona llama en otra para continuar la historia, y así sucesivamente. Otro método innovador es descrito por Douglas Wilks, ACB, CL, del Skills Club del Distrito 78 en Sioux Falls, Dakota del Sur. "Elegí algunas marcas mundiales del libro Guinness y pedí a cada orador describir el record que rompió y por qué eligió romperlo. Todos en la reunión comentaron lo divertido que fue".

Las variaciones son infinitas, la diversión no tiene límites, y los beneficios son ilimitados. Esta costumbre de eficacia comprobada por el tiempo de hablar improvisada es una manera robusta para mejorar tus habilidades. La próxima vez que seas

llamado a participar en Tópicos de Mesa, piensa de nuevo en la cita de Roscoe Drummond que pudiera cambiarse a: "La mente es una cosa maravillosa. Comienza a funcionar en el momento en que se nace, y nunca se detiene...", especialmente cuando te levantas a participar en Tópicos de Mesa. T

MAUREEN ZAPPALA, DTM, es ex ingeniero de propulsión de la NASA. Hoy, ella es oradora, autora y entrenador profesional de habilidades de presentación, así como fundadora de *High Altitude Strategies*, un servicio de entrenamiento de hablar. Pertenece al Aeroespacial Toastmasters Club en Cleveland, Ohio. Visita su sitio web en www.MaureenZ.com.

Traducido del artículo, "IMPROMPTU SPEAKING/ A TABLE TOPICS WORKOUT", Pág. 22 – 25. Revista TOASTMASTER, FEBRUARY 2016.

Traducido por: Javier Córdova González, DTM. Miembro del Club Maz Líder, Mazatlán, Sin. jacogo@hotmail.com

Consejos para el Director de Tópicos

- ¡Prepárate! Planifica los tópicos para que reflejen el tema de la reunión.
- Atrévete a ser creativo y único, incluso no convencional.
- Recuerda, los Tópicos de Mesa no son una prueba o examen de conocimientos, sino una oportunidad para pensar y hablar rápidamente. Elige temas que permiten esto.
- Los temas con gran atractivo funcionan bien. Ten cuidado con las referencias culturales, los temas o cuestiones controversiales que requieren conocimientos especializados. Intenta buscar en Internet algunos temas y aplicaciones que te ayuden.
- Una palabra, frases cortas o preguntas sencillas son lo mejor. Evita explicaciones o arreglos largos.
- Mantén tus comentarios introductorios cortos. Establece los límites de tiempo para el beneficio de los invitados y los nuevos miembros.
- Pedir voluntarios está bien, pero llamar a los oradores les da a todos los asistentes la oportunidad de hablar. Primero elige a personas que no tengan ninguna función.
- Sé sensible a las reacciones de la gente. No hay nada peor para un participante retorcerse con el estrés, deseando desesperadamente que la luz verde siga adelante.
- Después que los visitantes hayan visto algunas respuestas, invítalos a participar, dejándolos saber que son libres de negarse si así lo prefieren.
- Observe tu tiempo total. Ajusta el número de preguntas para que tu segmento termina a tiempo. Incluso si tu parte comenzó tarde, trata de terminar a tiempo para que la reunión no termine tarde.