

La voz del liderazgo:

Comunicación pública, presencia y autoconfianza
para liderazgos conscientes

EMANA

Con Aran Erasun

Curso Mixto

- Online y presencial en Bilbao



Índice

—

1	Introducción	03	2	Objetivos	04
3	Ejes	05	4	Metodología	07
5	Facilitadora	08	6	Inscripción y fechas	09

Introducción

Esta formación parte de una idea central: comunicar no es solo hablar, es una forma de estar y de relacionarnos. Las personas somos comunicación, y en los roles de liderazgo esta realidad adquiere una dimensión clave: la manera en que nos expresamos, ocupamos nuestro lugar y nos mostramos impacta directamente en los equipos, en los procesos y en los resultados.

El programa propone un aprendizaje práctico y experiencial, basado en la observación, la reflexión compartida y la experimentación. No buscamos modelos únicos ni fórmulas cerradas, sino acompañar a cada persona a reconocer, habitar y ampliar su propia voz, poniéndola al servicio del liderazgo que ejerce, teniendo en cuenta los retos que traen los contextos de exposición.

Conocer la propia voz —corporal, emocional y verbal— y aprender a utilizarla con mayor conciencia es una de las competencias clave para liderazgos sostenibles, coherentes y relacionales.



Objetivos

- Desarrollar una comunicación pública clara, consciente y coherente.
- Reconocer y ampliar la voz propia como recurso de liderazgo.
- Integrar cuerpo, emoción y palabra en situaciones de exposición.
- Diseñar estrategias personales de preparación comunicativa.
- Reforzar la confianza y la autoconfianza desde la práctica.
- Transferir lo aprendido a contextos reales de liderazgo.



Ejes

Comunicación integral

- La comunicación como proceso relacional y sistémico.
- Lenguaje verbal, no verbal y emocional.
- Presencia, cuerpo, voz y coherencia.
- Impacto de la comunicación consciente en los contextos de liderazgo.

Voz propia y liderazgo

- Identidad, rol y comunicación.
- Imagen interna e imagen pública.

- Liderar desde una voz alineada con valores y responsabilidad.
- Comunicación, poder personal y legitimidad.

Emoción, autoconfianza y exposición pública

- Miedos habituales en la comunicación pública.
- Relación entre comunicación, autoestima y seguridad interna.
- Herramientas de regulación emocional.
- Del control a la confianza.

Preparación personal para eventos comunicativos

- La comunicación como proceso: crear, preparar y realizar.
- Clarificación de objetivo, contexto y audiencia.
- Diseño de una preparación personal adaptada a cada estilo.
- Rutinas y recursos propios para comunicar con mayor seguridad.

Estilos relacionales y adaptación consciente (Modelo Bridge®)

- Identificación del estilo comunicativo propio.
- Comprensión de los estilos relacionales de otras personas.
- Ajuste del mensaje sin perder autenticidad.
- Uso del informe Bridge® como herramienta de desarrollo.

Curso Mixto



Metodología

Formación híbrida con acompañamiento individual.

La metodología se apoya en una mirada apreciativa: el desarrollo parte de las cualidades, habilidades y recursos que cada persona ya posee. El proceso de mejora se plantea como ampliación, ajuste y desarrollo, no como corrección.

- **Aprendizaje experiencial:** práctica, observación y reflexión.
- Trabajo con **situaciones reales** aportadas por lxs participantes.
- **Feedback** constructivo y apreciativo como herramienta central de aprendizaje.
- **Refuerzo de la confianza** individual y colectiva.
- Uso del informe personal del modelo **Bridge®** como apoyo al autoconocimiento y al desarrollo comunicativo.

- **Espacios cuidados** que combinan seguridad, reto y acompañamiento.
- **2 sesiones presenciales:** trabajo corporal, voz, emoción y práctica intensiva.
- **3 sesiones online:** integración, estructura del mensaje y seguimiento.
- **Acompañamiento individual en formato asesoría**, orientado a retos reales de cada participante.

Facilitadora



Aran Erasun

Coach, consultora y formadora. Directora de Harago Aholkularitza. Licenciada en Periodismo, Coach certificada y Agente de Igualdad.

Durante los últimos 9 años he acompañado, de manera colaborativa, a 75 equipos y organizaciones y a más de 1.400 personas. A lo largo de este recorrido compartido, he estado sumergida respondiendo a los retos de las organizaciones del siglo XXI, entrenando habilidades relacionales y comunicativas saludables, acompañando nuevos modelos de liderazgo y creando condiciones para culturas organizativas más equitativas.

CERTIFICACIÓN:

Está formación es bonificable por FUNDAE (más información [aquí](#))

Certificado de asistencia emitido por Emana (**requiere asistencia mínima del 80%**).

MÁS INFORMACIÓN:

Si necesitas cualquier aclaración, por favor, contacta con nosotras. Envía un mail a iarrotegi@emana.net y te escribiremos en un plazo menor de 48 horas.

PRECIO E INSCRIPCIÓN:

ESTÁNDAR

695€ + IVA 21%

Precio estándar para la asistencia al curso
(El precio incluye café, infusiones, fruta, frutos secos y bollería. La comida del mediodía no está incluida)

INSCRÍBETE

Si quieres inscribirte directamente al curso haz click en este recuadro.

DURACIÓN: 4 DÍAS (16 HORAS)



Presencial



Nivel medio



Duración corta

Curso Mixto

FECHAS:

Curso de modalidad mixto

CLASES PRESENCIALES:

- **Fechas:** 8 y 29 de octubre de 2026
- **Horario:** 9:00 a 14:00.
- **Lugar:** Espacio Emana. Alameda San Mamés, 37, 8ª planta, Bilbao [\(mapa\)](#)

CLASES ONLINE:

- **Fechas:** 15 y 22 de octubre de 2026
- **Horario:** en directo de 15:30 a 18:30
- **Vía Zoom**

OCTUBRE 2026						
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

-  Sesiones presenciales. **No se grabarán.**
-  Sesiones **online.**

EMANA

