

N.º 5

LA VOZ EN EL AULA: VOLUMEN, ENTONACIÓN, VOCALIZACIÓN, RITMO Y SILENCIOS

INSTITUTO DE
DOCENCIA
UNIVERSITARIA



PUCP

N.º 5

***LA VOZ
EN EL AULA:
VOLUMEN, ENTONACIÓN,
VOCALIZACIÓN, RITMO
Y SILENCIOS***

INSTITUTO DE
DOCENCIA
UNIVERSITARIA



PUCP

N.º 5

LA VOZ EN EL AULA: VOLUMEN, ENTONACIÓN, VOCALIZACIÓN, RITMO Y SILENCIOS

Colección Materiales de Apoyo a la Docencia #2

© Pontificia Universidad Católica del Perú
Instituto de Docencia Universitaria
Av. Universitaria 1801, Lima 32, Perú
Teléfono: (511) 626 2000

Autor:

Christian Estrada Ugarte

Editora:

Sylvana Valdivia Cañotte

Corrección de estilo:

Raúl Montesinos Parrinello

Diseño y diagramación:

Valeria Chiuyare Cervantes

Primera edición digital: junio de 2019

Prohibida la reproducción total o parcial de esta obra sin previa autorización escrita de los autores y editores.

ISBN: 978-612-48047-0-0

Tabla de contenidos

1.


¿Cómo participa nuestra voz en la eficacia comunicativa de nuestras clases?

2.

¿Cómo podemos emplear positivamente el *volumen*, la *entonación*, la *vocalización* y el *ritmo* del discurso durante nuestras clases?

3.

¿Es bueno incluir momentos de silencio durante una clase?
¿Convendría dejar espacios «en blanco» mientras desarrollamos oralmente un tema?



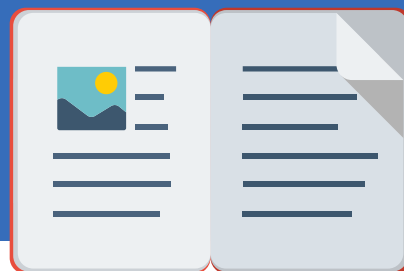
**¿Cómo participa
nuestra *voz*
en la eficacia
comunicativa de
nuestras clases?**

En «Los colonos», undécimo y último capítulo de la genial novela de José María Arguedas *Los ríos profundos*, publicada en 1958, se narra una discusión entre Ernesto, quien es el narrador protagonista de la historia, y dos compañeros del colegio. En medio de esta discusión, ingresa el Padre Linares, director del colegio. En esta escena, el narrador hace una reflexión muy interesante sobre la manera en que el director hablaba con sus compañeros, ahora rivales, y, como para explicar su perspicacia para captar las peculiaridades de la voz del director en ese momento, hace una reflexión sobre su historia personal y el entorno donde se había criado:

Yo era sensible a la intención que al hablar daban las gentes a su voz; lo entendía todo. Me había criado entre personas que se odiaban y que me odiaban; y ellos no podían blandir siempre el garrote ni lanzarse a las manos o azuzar a los perros contra sus enemigos. También usaban las palabras; con ellas se herían, infundiendo al tono de la voz, más que a las palabras, veneno, suave o violento (Arguedas 2011: 285).

Arguedas, a través de su narrador, distingue muy bien entre *palabras* y (tono de la) *voz*. Y sabe que la fuerza expresiva, aquella que llega a nuestras fibras más sensibles, no proviene de la palabra en sí, sino de la manera en que la pronunciamos. Es decir, de la voz; es esta la que le imprime a las palabras las peculiaridades significativas sensibles. No solo identifica el «veneno» detrás de las palabras, sino su tipo, su suavidad o su violencia.

En un texto escrito, las palabras que empleamos y articulamos sintácticamente tienen un efecto importante en nuestros lectores, tanto la palabra misma como la relación que se establece entre ella y las demás. Las palabras y su disposición en el texto tienen un efecto clave en la lectura, en su comprensión intelectual y en el vínculo emocional que el lector establece con ese texto. Esto no es tan diferente en la oralidad: las palabras que empleamos y la manera en que las organizamos gramaticalmente constituyen un aspecto fundamental en el éxito de nuestra comunicación. Pero hay otros factores tan determinantes como las palabras y su organización para el establecimiento de un vínculo positivo —o negativo— en el diálogo, la charla, el taller o la clase que desarrollemos: las peculiaridades de nuestra voz y los silencios.



Nuestra voz configura, junto con otros aspectos corporales o actitudinales, la armonía de nuestra comunicación. La voz es nuestro principal vehículo o canal de transmisión del mensaje, y la manera en que articulamos sus diferentes características participa activamente en el modo en que el diálogo se desenvuelve: es importante para la colaboración o para la confrontación, para empatar intereses o para remarcar grietas comunicativas. Un niño, por ejemplo, es muy sensible a las peculiaridades sonoras de la voz de sus padres y reacciona según esa sensibilidad. Como adultos, la influencia de dichas peculiaridades no ha desaparecido. Lo que solemos hacer, como adultos, es contener las emociones que ellas están produciendo. Pero su efecto siempre está con nosotros. La voz supone una vibración que tiene, definitivamente, un efecto en nosotros. Quizás no seamos capaces de tomar conciencia de esta influencia, pero esta sigue ocurriendo.

La voz, por supuesto, se puede trabajar. Existen muchos lugares —escuelas de teatro, escuelas de canto, centros culturales, etc.— donde nos pueden ayudar a mejorar

la manera en que empleamos la voz, donde podemos aprender a aprovechar sus distintos matices, matices que podrían ser muy útiles para imprimir a nuestros diferentes mensajes un dinamismo que nos permita aprovechar esta gran herramienta comunicacional según el contexto de cada situación comunicativa.

Debemos recordar que hablar de la voz supone hacerlo, en primer lugar, de nuestra respiración. Se trata de un aspecto muy individual, digamos que, incluso, íntimo. Por eso, en esos lugares donde aprendemos a mejorar nuestra voz para situaciones particulares —una clase universitaria, por ejemplo—, uno de los primeros temas que se trabaja es la respiración. Y el hecho de que sea la respiración la base de todo esto quiere decir que las vibraciones de nuestra voz tienen como primer beneficiario a nosotros mismos.

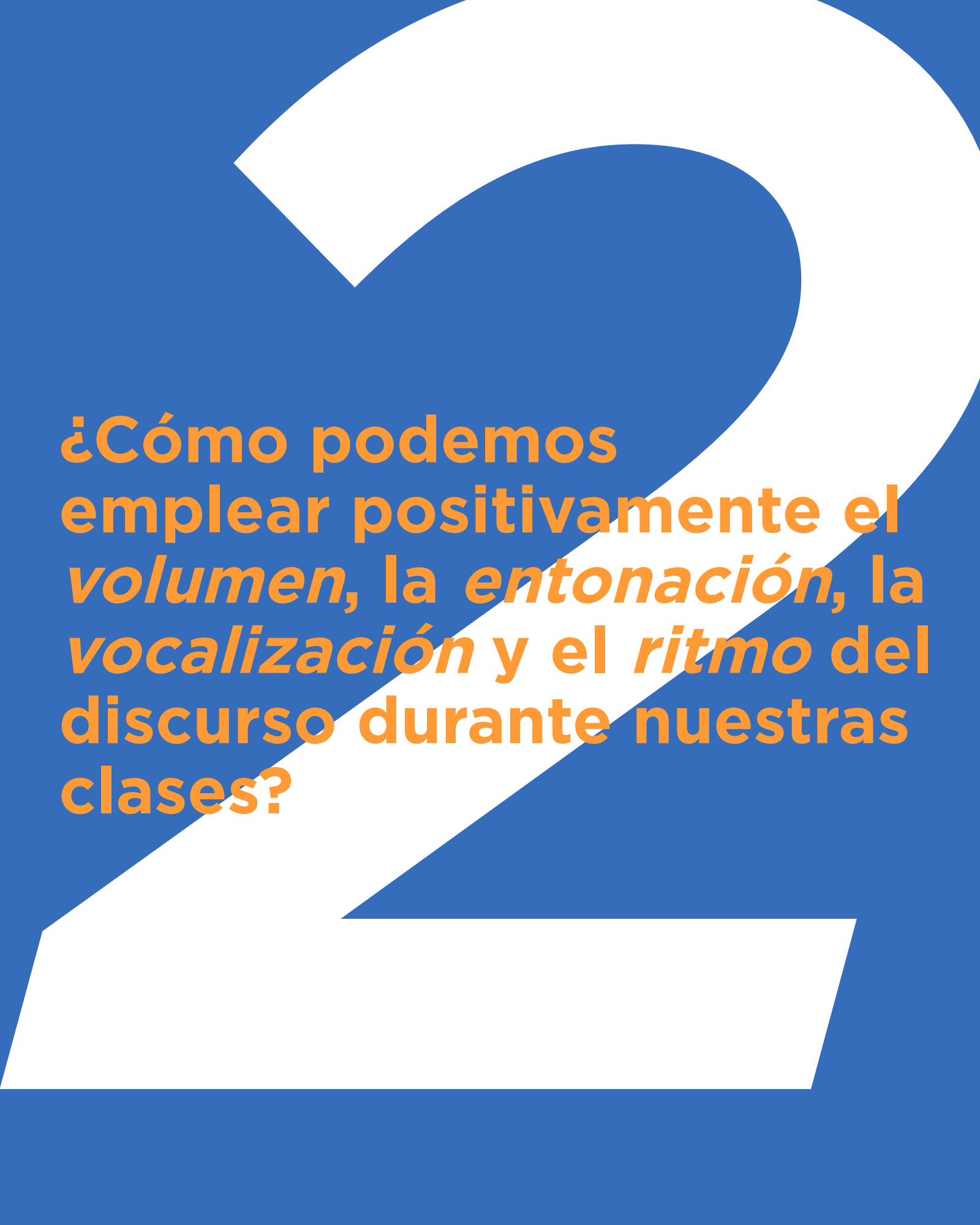
El diapasón es un dispositivo metálico pequeño, en forma de horquilla, cuya vibración produce un determinado tono. Este tono ayuda al músico a afinar un instrumento y, en general, permite realizar pruebas

de audición. Para que su vibración se produzca, el diapasón es golpeado y su parte inferior, que no vibra, es colocada sobre una superficie dura, que sería la caja de resonancia que hace audible la vibración. Un experimento interesante con el diapasón consiste en colocar una mano en nuestra oreja, tapándola suavemente, y sobre el codo de este mismo brazo apoyar la parte inferior del diapasón vibrante; de este modo escucharemos la vibración *dentro* de nosotros: la vibración nos está recorriendo por adentro y, por ello, la percibiremos internamente, mientras que desde afuera esa vibración resulta inaudible.

Recordemos entonces lo siguiente: la voz genera una vibración. Y esta va construyendo una riqueza sonora que nos puede permitir transmitir mejor nuestro mensaje. Por ello es importante el cambio de ritmo y de entonación, entre otros aspectos que iremos viendo, cuando hablamos en nuestras clases. Estos cambios sonoros van a la par de los cambios estructurales de nuestro mensaje. Subiremos el volumen en ciertos aspectos que vayamos diciendo y lo bajaremos en otros momentos;

nuestra tonalidad será grave en ciertos momentos, mientras que en otros será más aguda; y así. Estos cambios sonoros entran en sincronía con nuestro lenguaje corporal, contacto visual, mensaje, emociones, etc. Por ello, empezaremos diciendo que, cuando desarrollamos un tema en una clase, una característica importante de nuestra voz será la variedad y el contraste: sonido, silencio; alto, bajo; grave, agudo; rápido, lento. Y diremos, como segundo punto importante, que todos estos elementos que caracterizan nuestra voz durante el desarrollo de una clase están determinados por nuestras emociones: ¿estamos contentos de compartir algo?, ¿estamos construyendo algo nuevo con nuestros estudiantes?, ¿estamos llamándoles la atención por un mal resultado en alguna evaluación?, ¿siento que es difícil que aprendan?, ¿estoy cansado de dictar esta clase?... Sea lo que sea que esté pasando dentro de nosotros, nuestra voz le dará forma y tendrá un efecto en nuestros estudiantes.





¿Cómo podemos emplear positivamente el *volumen*, la *entonación*, la *vocalización* y el *ritmo* del discurso durante nuestras clases?

Nuestra voz está compuesta por cuatro componentes: el volumen, el tono, el timbre y el ritmo. El volumen, alto o bajo, dependerá de la respiración. De hecho, como ya hemos indicado, esta constituye la base de nuestra voz, que está determinada, entre otros, por el movimiento diafragmático. Un ejercicio simple que podemos hacer para comprobar la relación entre diafragma y volumen es el siguiente: coloquemos una mano sobre nuestro abdomen, y hablemos primero en voz baja y luego en voz muy alta; sentiremos que los músculos en nuestro abdomen se comprimen cuando hablamos en voz más alta. Esta compresión está relacionada con el movimiento muscular del diafragma, que empuja la parte inferior de los pulmones para que salga el aire necesario hacia afuera, aire con el cual nuestra voz puede coger una mayor intensidad. Este dato es muy importante porque nos recuerda que, para que nuestra voz sea emitida en un volumen adecuado, debemos trabajar el diafragma mediante algunos ejercicios de respiración diafragmática, es decir, sin hinchar la zona superior de los pulmones

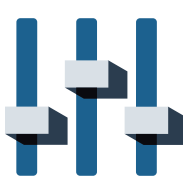


y, en cambio, intentando que el aire inhalado se dirija hacia la zona inferior. Cuando hacemos estos ejercicios, estamos empujando el diafragma hacia abajo, dejando que se llene de aire suficiente la parte inferior de los pulmones, lo que nos permite contener mayor aire en el cuerpo. La zona del abdomen es la que debería subir y bajar en cada inhalación y exhalación por la nariz. Si el aire que empleamos para nuestra voz sale de esa zona, podremos tener mayor control sobre nuestra voz. Y esto también nos ayudará a resolver problemas de ansiedad durante la misma presentación.

Debemos tener en cuenta que un volumen alto es muy importante para nuestras clases. Un volumen bajo no ayudará a reforzar nuestro mensaje, a hacerlo claro auditivamente para todos nuestros estudiantes. Pero, como ya hemos señalado, es muy importante la variación: aunque debería predominar un volumen adecuadamente alto, es importante que, en ciertos momentos, bajemos ese volumen. Esta alternancia imprimirá una mayor consistencia a la intensidad de nuestra voz, lo que nos permitirá reforzar el efecto de

nuestro mensaje.

Sin embargo, esa variación no se limita al volumen. Debemos tener en cuenta también los cambios

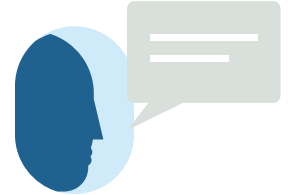
 en la tonalidad: tonos graves y tonos agudos. El tono grave siempre

será muy positivo para nuestros mensajes, ya que permitirá la creación de una armonía que canalizará adecuadamente nuestro mensaje. Pero, tal como hemos visto en el caso del volumen, es importante variar los tonos. O, dicho de otro modo, evitemos la monotonía. Los cambios en la entonación son los que se muestran, por ejemplo, en la diferencia entre afirmar algo y preguntar algo. Una pregunta tiene una entonación distinta de la de una afirmación. Y es diferente terminar una oración con un tono bajo que con un tono alto. Nuestro oyente les dará sentido a estas fluctuaciones en la tonalidad de nuestros enunciados. En suma, debemos imprimir la entonación adecuada a cada oración y debemos variarla, tal como lo hacemos cuando hablamos con un amigo o con un grupo de amigos. A veces, no ponemos en práctica estas variantes al estar frente a un grupo más numeroso, a pesar de que

deberíamos hacerlo.

Por otro lado, debemos considerar el timbre. Este está determinado por nuestra personal caja de resonancia: nuestro cuerpo.

En ocasiones, cuando hablamos ante una audiencia



numerosa como suele ser la de una clase universitaria, hablamos casi sin abrir nuestra boca —la cavidad bucal constituye uno de nuestros resonadores—, cerrando el paso del aire, es decir, sin vocalizar lo suficiente. Para que se entienda mejor esto, quisiera recordar algunos ejercicios que se suelen realizar para mejorar la vocalización. Un ejercicio muy simple que podemos poner en práctica antes de estar frente a nuestros interlocutores, audiencia o estudiantes es el de sonreír exageradamente de modo que estiremos hacia atrás nuestros músculos faciales, y luego cerrar nuestros labios hacia adelante como haciendo una u, estirando todo lo que podamos nuestros músculos hacia adelante. También podemos abrir nuestra boca y estirar nuestros músculos faciales para relajar la zona por donde saldrá nuestra voz. Además, hay ejercicios como el de leer

un texto o cantar mientras mordemos un corcho con nuestros dientes centrales. En fin, de lo que se trata es de estirar o interrumpir nuestra pronunciación para ejercitar ciertos músculos que no solemos trabajar tanto. Luego de estos ejercicios, nuestra voz sale más «limpia», ya que hemos ampliado y potenciado nuestra caja de resonancia. Esta se vuelve un canalizador adecuado de las vibraciones de nuestras cuerdas vocales.

Finalmente, podemos hablar más rápida o más lentamente según el tipo de mensaje que vamos emitiendo. Si deseamos reforzar una idea determinada, podemos hablar despacio, pronunciando con cuidado cada palabra o, incluso, cada sílaba; pero luego podemos acelerar nuestro discurso. Este contraste entre lentitud y rapidez, en sus diferentes grados, le permitirá al oyente entender las jerarquías internas de nuestro mensaje. Este ritmo que vamos imprimiendo a nuestro mensaje dependerá, por supuesto, de nuestra respiración. En este sentido, sería adecuado alternar la



velocidad —más lenta, más rápida— para que los músculos involucrados en nuestra respiración descansen. Es decir, la alternancia o contraste entre las velocidades de nuestro mensaje tiene un fin comunicativo —el reconocimiento de jerarquías en la información de nuestro mensaje—, pero también tiene un efecto fisiológico importante, ya que nos permitirá descansar durante la misma charla.



El fin comunicativo, por supuesto, no se limita a los cambios de velocidad o al ritmo. Tiene relación directa con los anteriores aspectos desarrollados: el volumen, el tono y el timbre. Todos estos elementos, junto con el ritmo, son de vital importancia para que el estudiante pueda ir reconociendo la(s) organización(es) interna(s) de nuestro mensaje. Como vemos, entonces, la voz no se limita a hablar lenta o rápidamente, o a hablar bajo o alto. Es decir, no se limita a si nuestros estudiantes están escuchando o no nuestro mensaje, sino que la voz, con todos sus componentes articulándose, contrastando, combinándose, va dando un sentido a nuestro mensaje: completa realmente el sentido de nuestro mensaje. Y todo esto se potencia con las otras habilidades que podemos desarrollar como docentes: los gestos, la mirada, la postura, la gestualidad, el empleo de la pizarra, etc. El cuerpo y la voz como una gramática que podemos ir trabajando paulatinamente para mejorar nuestra comunicación en el aula.



¿Es bueno incluir momentos de silencios durante una clase?
¿Convendría dejar espacios «en blanco» mientras desarrollamos oralmente un tema?

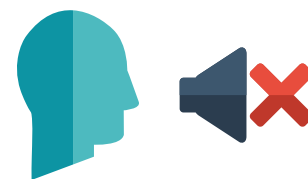
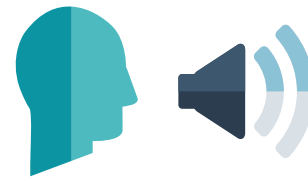
Cuando nos referimos al uso de la voz, en tanto realidad sonora que permite la trasmisión del mensaje, también incluimos el silencio. Y es que el lenguaje no es solo los sonidos producidos, sino también el silencio entre esos sonidos.

Un buen docente es amigo de sus silencios. Cuando trabajamos con profesores que recién están dando sus primeras clases, quizás uno de los momentos más complicados puede resultar el silencio que, a veces, se produce luego de que hacen una pregunta. Este silencio prolongado puede analizarse desde diversos aspectos —como la formulación lingüística de la pregunta, el lenguaje corporal con el que la hacemos, el momento en que la planteamos en una clase, etc.—. En este caso, nos interesa resaltar el hecho de que el silencio en clase resuena y, a veces, nos incomoda. Y no tendría que incomodarnos. Las razones de ese silencio son muchas. Pero, en ocasiones, se produce porque nuestros estudiantes están pensando en una respuesta suficientemente inteligente. Lo que quisiéramos resaltar ahora es que cualquier momento de silencio puede resultar

muy positivo para la experiencia misma de la clase. El silencio supone un momento para reflexionar. Es un breve momento en que nuestros estudiantes cuentan con la calma para pensar en alguna respuesta. Y, cuando llega la respuesta o comentario de un alumno, su participación, su voz, resuena y forma parte del ritmo de la clase. Y lo mismo ocurre con nuestra voz. La alternancia de voces en una clase, así como los diferentes momentos de silencios en el transcurso de la sesión, resultarán muy útiles: todo suma para la creación de un espacio de diálogo. Silencios, voces, diversidad de tonos, intensidades, ritmos, etc.: todo forma parte de ese espectro sonoro que da vida a una clase universitaria y que formará parte de esta bella experiencia.

Y, cuando vamos hablando, también debemos dejar espacios «en blanco», breves momentos de silencio que nos permitan cambiar la dirección de la mirada, darles un instante a nuestros estudiantes para que hagan suyo nuestro mensaje y lo puedan procesar, para luego continuar con el desarrollo del tema desde un cambio de subtema, desde un nuevo concepto, ejemplos, caso, etc.:

A veces, los que dan clases magistrales con mayor efectividad se detienen aunque sea sólo brevemente después de un punto clave, permaneciendo absolutamente inmóviles; su lenguaje corporal sugiere la suspensión de la animación para intentar mantener la atención de sus estudiantes centrada en el asunto y darles tiempo para pensar en él. Saben cómo hacer que el silencio suene estrepitoso (Bain 2007: 80).



Sonido y silencios, ritmo y modulaciones tonales: una clase universitaria es una experiencia sonora comunicativamente potente. La voz, como hemos visto, tiene efectos en diversos planos de esta experiencia: conceptual, estructural —las jerarquías entre las ideas—, cognitivo, emocional. Y no nos referimos solo a nuestra voz, sino también a la de nuestros estudiantes. Muchas voces en juego que participan de la construcción de un conocimiento complejo. E infundiendo nuestra voz —permítanme esta revisita a Arguedas— de nuestro amor por la duda, la reflexión, el ensayo, el hallazgo, el diálogo, la experiencia propia del arte de la docencia universitaria.





Bibliografía

ARGUEDAS, José María

2011 [1958] *Los ríos profundos*. Lima: Estruendo Mudo.

BAIN, Ken

2007 [2004] *Lo que hacen los mejores profesores de la universidad*. Traducción de Óscar Barberá. Valencia: Universitat de València.

N.º 5

LA VOZ EN EL AULA: VOLUMEN, ENTONACIÓN, VOCALIZACIÓN, RITMO Y SILENCIOS

Pontificia Universidad Católica del Perú
Av. Universitaria 1801, San Miguel
Lima 32 - Perú

www.idu.pucp.edu.pe
idu@pucp.pe

Tel.: (511) 626 2000
Anexo: 2040