

Public Speaking: L'arte di parlare in pubblico



OBIETTIVI

Il corso di Public Speaking si rivolge a coloro che desiderano migliorare la propria comunicazione, non solo nel lavoro, ma anche nella vita quotidiana. Imparare a parlare davanti a un pubblico aumenta la sicurezza in se stessi, aiuta a gestire fonti di ansia e stress, consente una comunicazione più efficace con l'interlocutore e permette di stabilire relazioni migliori anche con gli altri.

Grazie a una conoscenza mirata dei propri strumenti vocali, espressivi e comunicativi e all'apprendimento di semplici tecniche di comunicazione, sarà possibile organizzare il proprio discorso in modo che risulti chiaro ed efficace per chi lo ascolta.

PROGRAMMA E ARGOMENTI DEL CORSO

Il corso si articola in 8 incontri da 2 ore ciascuno; in ogni lezione sono previsti una forma di training fisico e giochi rompighiaccio per consentire ai partecipanti di abbandonare ogni forma di resistenza fisica, vocale ed emotiva e creare un clima ludico dove ogni partecipante possa agire senza sentirsi giudicato. Le lezioni prevedono una parte teorica e una pratica e sono strutturate in modo da mettere in atto subito le nozioni apprese attraverso giochi, improvvisazioni e simulazioni. Pertanto le esperienze personali e le informazioni specifiche dei partecipanti sono strumenti preziosi per meglio delineare le esigenze e le necessità di ciascun allievo e organizzare, quindi, un lavoro mirato.

Gli iscritti al termine del corso acquisiranno le seguenti conoscenze:

- Imparare a conoscere e affinare il proprio stile comunicativo; valorizzare il proprio timbro vocale al fine di parlare in modo più armonioso e comunicativo.
- Presentarsi al pubblico con maggiore sicurezza ed esporre i propri contenuti con maggiore incisività e disinvoltura, migliorando le proprie capacità di parlare anche nella vita quotidiana, al lavoro, in famiglia, con gli amici oltre che nelle situazioni pubbliche.
- Imparare a gestire l'ansia da prestazione e quindi accrescere la fiducia in se stessi.
- Scrivere e organizzare il proprio discorso.

PROGRAMMA

- Il respiro e la voce.
- Ritmo, timbro, tono e volume.
- Il corpo e la gestualità, postura e movimenti.
- Le forme della comunicazione: verbale, non verbale, paraverbale Lo sguardo e il contatto visivo.
- Principi di dizione e di fonetica.
- Il monologo o il discorso.
- Gestione dell'ansia.

| Totale ore | Frequenza | Numero minimo partecipanti | Accreditamento con Regione Lombardia | Costo |
|------------|-----------------|----------------------------|--------------------------------------|-------|
| 16 | monosettimanale | 10 | Si | € 170 |