

Fai sentire la tua voce!

GIORNATA DI FORMAZIONE ESPERENZIALE



Quando:

vedi calendario

Dove:

vedi calendario

PRESENTAZIONE

Le occasioni di far sentire la nostra voce, esponendoci all'attenzione degli altri, sono molteplici e non si limitano al fatto di parlare su un palco o di fronte a una fitta platea di persone. Una riunione di lavoro in cui vogliamo dire la nostra, un esame universitario, la richiesta al capo di una promozione, una cena tra amici in cui raccontare una barzelletta, l'incontro con persone che non conosciamo o un evento in famiglia in cui ci viene chiesto di fare un discorso, sono esempi di momenti in cui abbiamo la possibilità di parlare a più persone.



Eppure l'esperienza ci dice che non sempre é facile. La timidezza, l'imbarazzo, la vergogna e la paura ci possono frenare al punto da renderci innaturali e impostati, o bloccarci addirittura, facendoci rinunciare all'opportunità di far sentire la nostra voce.

In questa giornata dedicata all'arte del parlare in pubblico impareremo a trasmettere il nostro messaggio in maniera convincente e coinvolgente per chi ci ascolta, creando le basi per una piena ed autentica espressione di noi stessi.

APPROCCIO TEORICO e METODO

"Fai sentire la tua voce!" non è il classico corso di public speaking. Noi crediamo che imparare le tecniche senza prima affrontare la questione della gestione delle emozioni coinvolte quando ci troviamo "sotto i riflettori" sia inutile, oltre che controproducente. Finiremo per recitare una parte in un monologo che nessuno desidera ascoltare. In questo corso affronteremo prima di tutto le emozioni che si attivano quando ci troviamo nella situazione di essere visti e sentiti da un gruppo di persone, per poi imparare a gestire al meglio il nostro corpo e la nostra voce che insieme hanno la potenzialità di trasmettere il 90% del significato del nostro messaggio! La metodologia usata permette al partecipante di sperimentare in un ambiente protetto e sicuro, la propria capacità di esprimersi davanti a un audience, grazie all'ampio spazio dato alle prove pratiche e alla condivisione.



Lo scopo é quello di ristrutturare alcune delle nostre prime esperienze negative riguardanti il farci sentire e vedere, creando delle esperienze positive, ritrovando e rinforzando l'autostima e la fiducia nelle nostre naturali capacità espressive.

Le esperienze didattiche sono ispirate all'innovativo approccio al parlare in pubblico degli Speaking Circles di Lee Glickstein, alla Teoria della Gestalt e a studi d'avanguardia sull'utilizzo della voce.

PROGRAMMA

Durante la giornata verranno approfonditi e sperimentati, attraverso prove pratiche, i seguenti argomenti:



- 1) **La presenza:** L'essere in contatto e a proprio agio con sé stessi unito alla capacità di creare contatto con l'audience come primo passo nella trasmissione di qualsiasi contenuto.
- 2) **La gestione del vissuto interno:** Utilizzare le emozioni che emergono durante il discorso. Trasmettere e acquisire fiducia dal pubblico.
- 3) **La comunicazione non verbale:** Apprendere il significato del linguaggio del proprio corpo e rendere positivi ed efficaci i segnali che possono essere letti dall'altro.
- 4) **La voce:** addestrare le potenzialità espressive della propria voce e utilizzarle in modo appropriato al contesto e al contenuto del discorso, per trasmettere emozioni coinvolgenti.

OBIETTIVI

Obiettivo del corso è far uscire dalla timidezza che spesso proviamo quando dobbiamo comunicare con persone che non conosciamo, persone di potere, persone dell'altro sesso e gruppi di molte persone.

Ogni partecipante avrà l'occasione di riscoprire e sperimentare la propria abilità di parlare in pubblico e di essere autenticamente coinvolgente nel trasmettere il proprio messaggio.

DESTINATARI

Il corso è rivolto a tutte le persone che, per esigenze professionali o personali, desiderano imparare ad esprimersi in maniera spontanea, efficace e coinvolgente di fronte

a un gruppo di persone. Ne beneficeranno moltissimo studenti, insegnanti, avvocati, manager, medici e professionisti di ogni settore.



Docenti:

Marta Botteon – Dott.ssa in Comunicazione, Formatrice e Counselor professionale
Martina Scarazzato - Dott.ssa in Comunicazione, Formatrice, Counselor e Master PNL

dicono del corso...

"Questo corso mi ha fornito fin da subito degli strumenti per dominare l'emozione che normalmente mi "blocca" e mi fa perdere lucidità durante i discorsi in pubblico. Tutto è avvenuto in un ambiente quasi "protetto" seguendo un percorso naturale e fatto di esperienze pratiche positive che io alla fine del corso mi sono portata a casa e ricorderò come conquista personale. Lo suggerisco a chi vorrebbe dare il meglio di sé di fronte ad un pubblico ma si fa prendere dall'agitazione e, non riuscendo a controllare le reazioni corporee, ha sempre l'impressione di aver dato solo il 10% di quello che avrebbe potuto dare."

[una partecipante]

Per info su costi, promozioni e iscrizioni:

info@chAngel.it

393.9895861 (Marta)

327.8458086 (Martina)

