

# formazione-esperienziale.it

Il Portale della Formazione Metaforica, Innovativa ed Outdoor per aziende, formatori e fornitori

esci | gestione account | site-map | cerca nel sito

formazione esperienziale

servizi

risorse

ricerca locations

ricerca fornitori

news ed eventi

Pannello Account  
Gestione account  
Esci - log out



Portale  
Finalità  
Staff  
Collabora  
Community  
Carta dei valori

Iscriviti al portale  
Istruzioni per l'account  
Gestisci account

Archivio Newsletter

Statistiche portale  
Renditi visibile

Condizioni d'uso  
Privacy

Contatti



Segnalami

Sosteniamo l'associazione OHLUS



Partecipa al Progetto di Ricerca MINDFULNESS sugli effetti della meditazione in azienda



espirit  
PROGETTO ESPRIT  
Experiential Supporting Programmes for Innovation in Training



## PROVARE PER CREDERE

### Tecniche teatrali per lo sviluppo del public speaking

Il 29 gennaio 2010 il nostro portale ha mandato un' "inviata speciale", Teresa Cafagno, a sperimentare una giornata di formazione esperienziale realizzata a Milano da **Roberta Pinzauti di Te.D Teatro d'Impresa**.

Ecco la recensione di Teresa.....

Nessuna proiezione, una lavagna a fogli mobili che rimarrà linda per tutta la giornata, un seminterrato che da fuori non lo diresti mai ...

Ad accogliere i partecipanti un ambiente assolutamente idoneo al tipo di attività che la giornata prevede: una via di mezzo tra il salone di una scuola di danza e un museo del teatro.

Dopo una breve introduzione al corso, senza troppe precisazioni i partecipanti si ritrovano di fronte ad una telecamera con a disposizione un minuto (cronometro!) per presentarsi agli altri, immediatamente, piacevolmente, catapultati nel tema della giornata: l'arte della presenza, come sviluppare l'arte del parlare in pubblico.

Le aspettative sono tante e forse un po' diverse a seconda della provenienza, dei ruoli e delle competenze di partenza di ciascuno dei partecipanti.

Senza particolari feedback (per il momento) il gruppo è condotto per un percorso chiaro: intraprendere un sentiero che parte dalla propria singolarità, dalla necessità di prendere contatto con se stessi, attraverso la respirazione, con l'ambiente, attraverso degli esercizi di movimento libero nello spazio, con gli altri, attraverso il ricorso a giochi con un obiettivo di squadra, per poi esplorare le dinamiche cui il corso si riferiva e cioè quelle della comunicazione davanti ad un pubblico.

Ogni esercizio è spiegato e motivato attentamente, l'aria inizialmente freddina (non solo metaforicamente) si riscalda e il gruppo è invitato a lavorare per un obiettivo comune, senza perdere di vista la concentrazione su di sé, sull'ambiente e sulla comunicazione non verbale degli altri.

Terminato il primo ciclo di esercizi, non senza un breve debriefing sull'importanza di "percepire" gli altri e di adattare il proprio atteggiamento - verbale e non verbale - a quello che il gruppo comunica, soprattutto se si parla di un ipotetico gruppo di ascoltatori, inizia l'alternanza (una costante per tutta la giornata) di training teatrale, prove di public speaking, feedback e discussione di gruppo.

Le diverse metodologie proposte coinvolgono la dimensione della corporeità e invitano a rivalutare l'aspetto emotivo della relazione e quindi della comunicazione, troppo spesso influenzate da preconcetti o pregiudizi.

Obiettivo dichiarato di questa giornata di formazione è "prendere consapevolezza delle capacità apprese, per aumentare la sicurezza nelle proprie intuizioni, e per trasferire e riutilizzare tali modalità di comportamento in situazioni della vita quotidiana e lavorativa".

In effetti quello che ci si riesce a portare a casa è più che altro un'intuizione, il gran numero di feedback sulle proprie performance, l'analisi del "prima" e del "dopo" e l'invito continuo all'autoanalisi concedono del tempo al partecipante per riflettere su come un pubblico lo percepisce, ma non intervengono direttamente sul cambiamento.

Il percorso, infatti, prevede la prova di public speaking all'inizio e una alla fine della giornata, e questo consente in maniera piuttosto diretta di rendersi conto di come il training possa essere servito a colmare le lacune o piuttosto a definire le singole aree di miglioramento sulle quali lavorare in futuro.

Absolutamente convincente lo stile di conduzione della formAttrice, Roberta Pinzauti: decisamente accogliente, coinvolgente e accattivante; attenta osservatrice del linguaggio del corpo ha guidato i singoli e il gruppo a prendere consapevolezza dei messaggi che il nostro corpo invia indipendentemente dal controllo che riusciamo ad esercitare.

Altro punto di forza è l'attinenza delle esercitazioni: il training teatrale, supportato da briefing e de briefing attenti, si presta molto bene alla tematica della presenza e del parlare in pubblico; ciascuna esercitazione proposta viene percepita come pertinente alla finalità del corso, e non c'è stata mai la sensazione che si stesse perdendo tempo in esercizi o giochi inutili. Alcune esercitazioni in particolare hanno permesso l'emersione di dinamiche interiori anche molto profonde che la conduttrice è stata in grado di gestire in maniera molto professionale.

Proprio il gran numero di dinamiche attivate durante la giornata, più di tutte la ridondanza di feedback seguiti ad ogni esercitazione (anche se utilissimi), non consentono tuttavia di esplorare nell'arco di una sola giornata tutte le aree connesse alla tematica come ad esempio gli esercizi sulla voce (tono, volume, ritmo), sulla gestualità e alcune dinamiche di gruppo.

Inoltre il tempo dedicato alla comprensione e alla razionalizzazione degli esercizi sperimentati, indispensabili per raggiungere i risultati auspicati da questo percorso risulta ingiustamente relegato a pochi minuti. In altre parole si ha la sensazione che più che insegnare l'arte della presenza questo corso

Il nostro Portale sarà presente a Manager inFORMA Milano, 3 marzo





metta i partecipanti di fronte ad uno specchio suggerendo su cosa lavorare, senza però delle direttive ben precise.

Probabilmente non è in una giornata che si impara l'arte del parlare in pubblico, ma indubbiamente si tratta di una giornata trascorsa a mettersi alla prova.

Per coloro i quali il training teatrale non è del tutto sconosciuto non sono molte le proposte originali, ma perché cambiare ciò che già funziona? La sensazione, alla fine della giornata, è comunque positiva, ci si porta a casa un bagaglio accresciuto di consapevolezza e certamente qualcosa su cui riflettere.

#### Punti di forza

1. Il training teatrale si presta molto bene alla tematica della presenza e del parlare in pubblico.
2. Mettersi alla prova.
3. Esercizi sull'empatia e sul contatto visivo.
4. Importanti stimoli di riflessione sul proprio modo di comunicare in pubblico.

#### Aspetti migliorabili

1. Una giornata non è sufficiente per riuscire a lavorare sulla propria presenza.
2. Esercizi sulla voce e sulla dinamica del corpo.
3. Identificazione di un personale piano d'azione.

Ancora una volta, dunque, una piacevole solita sorpresa: appassionata di teatro e avveza al training teatrale, non è nell'apprendere tecniche di respirazione diverse o nello sperimentare esercizi/giochi nuovi che ho aggiunto un tassello al mio puzzle, ma nel percorso magistralmente guidato da una figura che si fa riferimento per tutto il percorso, nella capacità di queste metodologie di coinvolgere più sensi e più dimensioni della persona e di riscoprire in maniera sempre nuova, sempre diversa, e sempre costruttiva le dinamiche relazionali che ci coinvolgono quando ci troviamo di fronte agli altri.



lunedì 08 febbraio, 2010

Portale dedicato alla formazione esperienziale - © formazione-esperienziale.it - Tutti i diritti riservati  
© Progetto internet & sviluppo software Silvia Lupano - con tecnologia Php - MySql - Open Source - OsCommerce