



"PUBLIC SPEAKING: come evitare di farti prendere dal panico quando parli davanti ad altre persone"

(e come l'adrenalina può invece darti l'energia per fare un figurone!)

Lo so che sei preciso nella preparazione del tuo intervento, ma quando "vai in scena" qualcosa non gira...

A volte è l'ansia fuori controllo... spesso è un senso di imbarazzo o di goffaggine... altre volte hai l'impressione che la tua voce stia tremando e pensi che tutti lo sentiranno... e molto spesso sudi copiosamente...



Insomma vorresti scappare a gambe levate ed è tanta l'ansia accumulata che anche i fogli, in mano, tremano come te...



Sì! Parlare in pubblico è veramente un incubo!

Se vuoi superare le tue paure e parlare in pubblico con efficacia, prenotati per partecipare al prossimo



Corso di PUBLIC SPEAKING
L'Arte della Presenza
a Milano il 1° Dicembre 2017

Scarica la **SCHEDA DI ISCRIZIONE**

http://www.teatroimpresa.it/file/tb_file_836_file.doc

In una giornata:

- **APPRENDERAI** a gestire l'ansia da 'palcoscenico' attraverso strategie per sviluppare sicurezza e calma interiore e capire come utilizzare l'adrenalina.
- **SVILUPPERAI** una maggiore **consapevolezza del linguaggio del corpo (LNV)** come strumento di azione e presenza (gestualità, postura e movimenti, contatto visivo, espressioni facciali) per sentirti meno 'goffo' e imbarazzato.
- **MIGLIORERAI** l'emissione della **Voce** (il volume, il tono, il ritmo), per non sentire più la voce tremare.
- **CAPIRAI** l'importanza di **gestire lo Spazio e l'Energia**, per trasmettere sicurezza e padronanza.
- **SCOPRIRAI** i blocchi che ti impediscono di essere efficace e attraverso indicazioni pratiche del docente sperimenterai **le soluzioni più adatte a te**.
- **SVILUPPERAI** competenze di **Comunicazione Verbale** (messaggio chiaro, linguaggio semplice, sintetico e comprensibile in sintonia con l'interlocutore, evocare immagini, metafore, analogie, pause), per costruire presentazioni efficaci, sintetiche ma anche emozionanti.

Un corso dinamico e veloce che fornisce efficaci strumenti, spunti e metodi immediatamente spendibili nella realtà lavorativa e personale.

Scarica la **SCHEDA DI ISCRIZIONE**

http://www.teatroimpresa.it/file/tb_file_836_file.doc

METODOLOGIE E TECNICHE

Il Partecipante si confronterà con metodi esperienziali che provengono dal teatro:

- Esercizi psico-fisici per lavorare sul corpo e aumentare la **consapevolezza del LNV**.
- Per comprendere a fondo il proprio e l'altrui LNV utilizziamo la Maschera Neutra che ci permette di sviluppare in ogni partecipante una notevole comprensione del proprio **linguaggio corporeo**.
- Uso della **'messa in scena'**.
- Esercizi per riconoscere e gestire le proprie emozioni e sviluppare **l'Empatia**.
- Esercizi teatrali per sviluppare **l'Ascolto, l'Energia**
- Saranno insegnate delle tecniche di **rilassamento** e **respirazione** per apprendere come controllare ed utilizzare positivamente **l'ansia**.
- Esercizi per la **Voce** e l'uso del diaframma (il volume, il tono, il ritmo).
- Tecniche per apprendere l'organizzazione e la **preparazione di una Presentazione**, cioè fare le "prove".

Alcuni esercizi saranno filmati e il partecipante avrà la possibilità di analizzare il proprio stile di comunicazione.

Attraverso anni di esperienza e lavoro di riflessione, elaborazione, verifica e confronto, abbiamo **Trasformato e Adattato le tecniche teatrali e creative alla Formazione Aziendale**.

Attraverso de-briefing, contestualizzazioni, questionari, diari di osservazione e piani di sviluppo, facilitiamo il **trasferimento** dell'esperienza teatrale nel contesto lavorativo.

A tutti i partecipanti sarà rilasciato l'attestato di partecipazione.



A CHI È RIVOLTO IL CORSO

Oggi nel mondo del lavoro, sapersi presentare, riuscire a parlare con disinvoltura, proporre con chiarezza le proprie idee, sono competenze che riguardano tutte le persone. Ci sono ruoli nelle aziende che richiedono più di altri delle capacità di Public Speaking: Formatori, Leader, Manager, Coach, Counselor, Trainer, e tutti coloro che lavorano in ambiti

di formazione e sviluppo, Responsabili del Personale, Venditori e agenti commerciali, e tutti coloro che lavorano in Team, Selezione del Personale, chi gestisce gruppi, ecc.

ORARIO: 09.00-18.00

SEDE: Spazio Sirin, Via Vincenzo Vela 15 - Milano (Metro Piola - Linea Verde)

COSTO: € 370,00 + iva (Sconto del 10% dopo il 3° iscritto della stessa Azienda).

È richiesto un abbigliamento molto comodo e informale (no giacca e cravatta, no gonne e tacchi).

PER INFORMAZIONI:

Te.D.-Teatro d'Impresa®

Tel. **055 8729663** – E-mail: te.d@teatroimpresa.it

Sito web: <http://www.teatroimpresa.it>