

SUPSI

Superare resistenze interiori ed esteriori per un efficace e felice parlare in pubblico

Modulo breve

Presentazione

Sul significato del verbo parlare nulla va detto ma, cosa si intende per pubblico? Un uditorio di 1000 persone? 100? 10? Se parlo contemporaneamente a due persone mi trovo davanti a un pubblico. Tutti i nostri corsi di studio ci portano ad accumulare conoscenze che nel tempo dovremo condividere, così come le esperienze di lavoro che fanno e faranno di noi i professionisti che siamo e che saremo; tuttavia, dalle elementari alle medie fino alle scuole superiori le valutazioni del nostro sapere passano per lo più da verifiche scritte mentre il confronto orale con gli insegnanti è diventato residuale. Non è un caso che gli studenti preferiscano scrivere piuttosto che parlare in aula davanti all'insegnante e ai compagni. Anche nella vita extra scolastica le occasioni di socialità sono state sostituite dal mondo virtuale, perdendo altri momenti in cui relazionarci verbalmente con il mondo. Tutto ciò si riversa inevitabilmente nelle attività professionali, soprattutto quando andiamo a ricoprire ruoli di coordinamento nei gruppi di lavoro o, ancor più, quando ricopriamo ruoli di leadership. Non possiamo trovare l'alibi dei talenti, parlare in pubblico può essere apparentemente più facile per gli individui estroversi, e non lo è, mentre per i professionisti più introversi, parlare in pubblico è spesso paragonabile al sentimento del neofita alle prese con una arrampicata sulla roccia o ad una escursione in mare aperto. Tutto riassunto con una parola: panico.

Rassegnarci a subire lo stato di panico è altrettanto fallimentare quanto rinunciare ad esporsi. In ogni caso ci sentiremmo interiormente in stato di inferiorità e non potremmo far percepire agli altri le nostre conoscenze ed esperienze. Anche il percorso nella carriera ne potrebbe essere compromesso. Detto questo e a prescindere dal nostro temperamento, c'è un unico modo per superare le difficoltà di comunicazione e dialogiche: allenarsi. L'abilità è questione di allenamento, con il tempo vengono superati gli scogli di un mare che non sembra più tempestoso come prima, si acquista confidenza e, perché no, anche piacere nello stare davanti ad un pubblico per condividere quello che siamo, quello che conosciamo. Ognuno di noi ha uno stile naturale che potrà emergere perché non c'è un solo stile di comunicazione ma tanti quanto sono le individualità.

Il corso affronterà con chiarezza e concretezza i nodi da affrontare, portando i partecipanti ad apprendere gli atteggiamenti virtuosi che li porteranno ad una presa di coscienza dei propri punti di forza, da sviluppare, e quelli per i quali ci si dovrà mettere maggiormente in gioco. E' la personalità di ogni partecipante che dovrà "uscire" nulla di finto, di standardizzato per tutti. Naturalmente in 12 ore non diventerete oratori di lungo corso ma avrete gli strumenti conoscitivi per diventarlo, anche grazie a esercizi che verranno svolti, dove tutti sarete messi alla prova in un ambiente protetto.

Obiettivi

- Definire le capacità ideali per comunicare efficacemente in pubblico.
- Individuare il proprio stile "naturale".
- Acquisire sicurezza di fronte a un pubblico.
- Analizzare i concetti di paura ed energia nervosa legati al parlare in pubblico.
- Individuare elementi utili per costruire e presentare un discorso coinvolgente
- Valorizzare le proprie proposte attraverso i colori della voce
- Individuare strumenti atti a superare barriere emozionali e comunicative
- Conoscere e gestire le pause

Destinatari

Chiunque sia interessato a migliorare la propria performance di comunicatore, in modo particolare chi opera in una posizione di management o leadership.

Requisiti

Disponibilità a cambiare abitudini e atteggiamenti, capacità di mettersi in gioco in prima persona

Certificato

Attestato di frequenza.

1 crediti di studio ECTS, subordinato al superamento dell'esame finale.

Crediti di studio ECTS

1 ECTS

Programma

- Qualità necessarie
- Lo Stile
- Paura e Coraggio
- Le figure dell'essere parlante
- I "rumori" che disturbano la comunicazione
- L'energia nervosa
- Il corpo e i gesti
- La visualizzazione del discorso
- La voce (respirazione, articolazione, vocali e consonanti)
- Lo sguardo
- Le pause e il loro uso
- Code sonore, intercalari, interiezioni
- Le strategie per ripartire l'attenzione tra pubblico, obiettivi, contenuti, tempi, supporti visivi
- L'abbigliamento
- Come controllare un disastro
- Come iniziare e terminare un discorso
- Incidenza della padronanza dei contenuti sull'efficacia della comunicazione
- Importanza dell'allenamento

Metodologia

Il lavoro sarà preminentemente individuale e si sperimenterà attraverso esercizi fisico respiratori, di lettura e di interpretazione. I partecipanti metteranno in pratica le componenti che costituiscono il discorso parlato: tempo, ritmo, pausa, colore, tono. Si lavorerà durante gli incontri sulle caratteristiche precipue dei 4 colori della voce, sperimentandosi anche sui due colori che non devono essere mai usati. In base alla disponibilità dei partecipanti si lavorerà anche in gruppi. Verranno assegnati compiti da svolgere tra un incontro e l'altro.

Se disponibili verranno effettuate riprese di alcuni esercizi che verranno osservati e discussi in aula tra e con i partecipanti.

Durata

12 ore-lezione

Responsabile/i

Antonio Bassi, docente di Project Management, SUPSI

Relatore/i

Amleto Ravedoni, ha lavorato in teatro, radio pubblica e privata, televisione come conduttore e autore, come addetto stampa per Poste Italiane a Roma. Da 30 anni si occupa di public speaking e uso della voce presso importanti istituti di formazione in Italia ed Università. Laureato a Venezia in Lettere e Filosofia con specializzazione in Storia dell'arte. In Ticino da 12 anni si occupa di insegnamento e formazione con Formazione Ticino.

Date

4, 6, 11 novembre 2019

Orari

17.30-21.00

Luogo

SUPSI, Dipartimento tecnologie innovative, Manno

Costo

CHF 600

Tali costi comprendono l'esame alla fine del modulo, il rilascio del certificato, la documentazione didattica e le pause serali. Non è compreso il costo delle certificazioni presentate nel corso.

Contatti

antonio.bassi@supsi.ch

Informazioni

SUPSI, Dipartimento tecnologie innovative

Galleria 2

CH-6928 Manno

T +41 (0)58 666 66 84

F +41 (0)58 666 65 71

dti.fc@supsi.ch

www.supsi.ch/dti

Termine d'iscrizione

Entro il 18 ottobre 2019

Link per le iscrizioni

<https://fc-catalogo.app.supsi.ch/Course/Details/26278>

Condizioni generali

Iscrizioni e ammissione

Per partecipare a un corso l'iscrizione è obbligatoria e vincolante per il partecipante. L'ammissione ai corsi di lunga durata è tuttavia subordinata alla verifica dei requisiti richiesti dal percorso formativo. Per garantire un buon livello qualitativo, SUPSI può fissare un numero minimo e massimo di partecipanti.

Quota d'iscrizione

Se il corso è a pagamento, la quota di iscrizione è da versare sul conto bancario della Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana (SUPSI):
- Dalla Svizzera, prima dell'inizio del corso, tramite la polizza che verrà inviata con la conferma di iscrizione
- Dall'estero, dopo la conferma d'iscrizione, con bonifico bancario intestato a SUPSI presso la Banca dello Stato del Cantone Ticino, CH-6501 Bellinzona
IBAN CH05 0076 4190 8678 C000C
Swift Code BIC: BSCTCH 22
Clearing 764
Causale: Titolo del corso

Obbligo di pagamento della quota di iscrizione

Il pagamento della quota di iscrizione è da effettuarsi entro 30 giorni dalla data della fattura. La conferma di

iscrizione e la fattura sono trasmesse al partecipante dopo il termine di iscrizione al corso. In casi particolari è possibile richiedere una rateazione della quota d'iscrizione; la richiesta scritta va inoltrata alla segreteria competente entro il termine di iscrizione. Verso la SUPSI il debitore del pagamento della quota è il partecipante, che attraverso l'iscrizione al corso, riconosce espressamente il proprio debito ai sensi della LEF, nonché l'obbligo di pagamento e si impegna al versamento dell'importo dovuto. Se la formazione è finanziata dal datore di lavoro o da un terzo, il partecipante rimane comunque debitore verso la SUPSI fino ad effettivo pagamento della quota da parte del datore di lavoro o del terzo indicato. Al riguardo il partecipante si impegna e si obbliga verso la SUPSI ad assumere il pagamento della quota di iscrizione, nel caso in cui il datore di lavoro o il terzo indicato, non dovesse corrispondere l'importo dovuto. Le disposizioni relative all'obbligo di pagamento non si applicano se i corsi non prevedono il versamento di una tassa.

Annullamenti e rinunce

Nel caso in cui il numero di partecipanti fosse

insufficiente o per altri motivi, SUPSI si riserva il diritto di annullare il corso. In tal caso, gli iscritti saranno avvisati tempestivamente e, se avranno già versato la quota di iscrizione, saranno integralmente rimborsati. Qualora sia il partecipante a rinunciare, quest'ultimo è tenuto al versamento del 50% della quota di iscrizione se notifica l'annullamento:
- nei 7 giorni che precedono l'inizio del corso, se iscritto alla formazione breve (0-9 ECTS)
- nei 21 giorni che precedono l'inizio del corso, se iscritto alla formazione lunga (10-60 ECTS)
Casi particolari possono essere analizzati e decisi con la direzione di dipartimento. In caso di rinunce notificate successivamente ai termini di cui sopra, il partecipante non avrà diritto al rimborso e l'intera quota di iscrizione diverrà immediatamente esigibile. Sono fatte salve eventuali deroghe previste nei regolamenti di ogni singolo corso, alle quali si fa espressamente richiamo. Chi fosse impossibilitato a partecipare può proporre un'altra persona previa comunicazione a SUPSI e accettazione da parte del responsabile del corso. In caso di rinuncia al corso per malattia o infortunio del partecipante, la fattura

inerente la quota di iscrizione potrà essere annullata, a condizione che sia presentato un certificato medico.

Modifiche

SUPSI si riserva il diritto di modificare il programma, la quota di iscrizione e il luogo dei corsi a seconda delle necessità organizzative.

Copertura assicurativa infortuni

I partecipanti non sono assicurati da SUPSI.

Privacy

Il trattamento dei dati avviene nel rispetto della legislazione svizzera (Legge federale sulla protezione dei dati e relativa Ordinanza).

Foro competente

Per eventuali controversie il foro competente è Lugano, che è pure il foro esecutivo ai sensi della LEF (Legge federale sulla esecuzione e sul fallimento). Il diritto applicabile è quello svizzero.