The Speaking Moment

Ti è mai capitato di...

▶**EVITARE le OCCASIONI** in cui avresti potuto esprimere una tua idea?

▶Provare **VERGOGNA** e **IMBARAZZO** quando l'attenzione è puntata esclusivamente su di te?

▶Sentire **ANSIA** e avere **VUOTI di MEMORIA** quando si avvicina il momento in cui parlare?

▶decidere di **NON PARLARE** per **PAURA** di non trasmettere sufficiente sicurezza e professionalità?

Lo sai che puoi trasformare questi momenti da dimenticare, in momenti da ricordare?

Il Laboratorio di public speaking e carisma personale che trasforma il tuo modo di essere e stare di fronte a qualsiasi pubblico

▶Le **EMOZIONI** opportunamente gestite, diventeranno tue preziose alleate

▶Scoprirai come liberare ed esprimere il tuo autentico **CARISMA**

▶Acquisterai **PADRONANZA** nei gesti, nei movimenti e nell'uso delle parole

▶Gestirai con **MAESTRIA** imprevisti, errori e pubblici difficili

Le occasioni di **far sentire la tua voce**, esponendoti all'attenzione degli altri, sono innumerevoli. Fanno parte della tua quotidianità e non si limitano solo al fatto di parlare su un palco o di fronte a una fitta platea di persone: una riunione di lavoro in cui vuoi dire la tua, un esame universitario, la richiesta al capo di una promozione, una cena tra amici in cui vuoi raccontare un aneddoto, un discorso ad un matrimonio, l'incontro con persone che non conosci o un evento informale in cui ti viene chiesto di cosa fai di lavoro. Sono tutti esempi di momenti in cui hai l'occasione di parlare a più persone, lasciare il segno e forse dare una svolta alla tua vita.

Eppure l'esperienza mostra che non è sempre facile scegliere di parlare.

Ti è mai capitato di provare emozioni come timidezza, imbarazzo, vergogna, ansia, paura o terrore quando arriva il momento di esporre il tuo pensiero o fare una richiesta?

Hai mai sperimentato come queste emozioni possano complicare quel momento al punto da renderti innaturale e impostato, o bloccarti addirittura, facendoti rinunciare all'opportunità di far sentire la tua voce?

Le ricerche mostrano inequivocabilmente che la **capacità esprimersi con naturalezza e sicurezza** è un comune denominatore delle persone di successo. Puoi avere le idee più geniali ma se non sei capace di veicolarle con chiarezza, convinzione e coinvolgendo il tuo interlocutore, non ti porteranno da nessuna parte!

Il nostro Laboratorio si rivolge a tutti coloro che vogliono implementare questa dote e creare le indispensabili basi per la piena ed autentica espressione di te.

I 12 PILASTRI DEL PUBLIC SPEAKING

- RESPIRO
- SGUARDO
- PENSIERI
- SILENZIO
- VOCE
- CARISMA
- CONNESSIONE
- GESTUALITÀ
- SPAZIO
- STRUTTURA
- PAROLE
- GESTIONE

Il metodo

L'esperienza che vivrai è il risultato di un **mix unico di diverse discipline**. Abbiamo unito l'innovativo approccio al parlare in pubblico degli Speaking Circles di Lee Glickstein con la Teoria della Gestalt e la Programmazione Neuro Linguistica. A tutto questo si aggiungono tecniche di teatro-evolutivo e studi d'avanguardia sull'utilizzo della voce e della gestualità.

***The Speaking Moment* è molto, molto di più di un classico corso di public speaking.**

È un'esperienza dalla quale uscirai diverso, più sicuro, più ispirato… trasformato!

Il percorso con noi inizia puntando il faro sulla gestione del tuo mondo interno. Imparare *tecniche* senza prima affrontare questioni come quella delle emozioni e dei pensieri coinvolti quando ti trovi *"sotto i riflettori"*, è inutile oltre che controproducente. Finiresti per recitare una parte in un monologo che nessuno desidera ascoltare.

I moduli del corso ti conducono verso l'acquisizione e la padronanza dei **12 pilastri del public speaking**, 12 ingredienti essenziali, concreti e strategici per rendere efficaci, potenti e memorabili tutti i tuoi *"discorsi"*.

In ogni edizione lavoriamo con piccoli gruppi di persone.

Il metodo che utilizziamo permette di sperimentare, in un ambiente protetto e sicuro, la tua capacità di esprimerti davanti a un *audience.*

Diamo ampio spazio alle prove pratiche, alle sperimentazioni e alla condivisione.
Quello che avviene è che le tue prime esperienze negative riguardanti il farti sentire e vedere vengono ristrutturate con l'esperienza diretta di esperienze positive, capaci di rinforzare la tua autostima e la fiducia nelle tue naturali capacità espressive.

"Ci si aspetta che un corso di Public Speaking insegni a gestire le emozioni, modulare la voce, controllare la gestualità.
The Speaking Moment è molto di più. Grazie alla professionalità di Marta e Martina vi immergerete in quelle parti di voi stessi che nel quotidiano vengono oscurate dai ritmi frenetici e dalla superficialità che la società moderna ci impone. Le due insegnanti vi accompagneranno mano nella mano in quel percorso di crescita interiore, che vi porterà a raggiungere in maniera tanto naturale quanto inaspettata l'obiettivo di essere da soli davanti al pubblico e, con il sorriso sulle labbra, avere solo voglia di iniziare a parlare!"

(CC - manager IT)

"È stata una bellissima esperienza e ora a distanza di qualche tempo posso senz'altro affermare che é stato estremamente utile sia a superare la grande paura di parlare in pubblico ma anche e sopratutto perché ho migliorato la mia capacita di comunicare con clienti, amici, famigliari. Mi sento più sicura e maggiormente capace di affrontare contrasti e conflitti restando più centrata e più fedele a me stessa.
Avete trovato un sistema davvero efficace per aumentare in tempi brevissimi la capacità comunicativa di chiunque. Grazie!"

(Tatiana Sverko - imprenditrice)

*In questo percorso "**diventare un ottimo oratore**" è il risultato di un lavoro più profondo, che va a potenziare la **leadership personale**, la **sicurezza interiore** e l'**autostima**.*

Marta e Martina

LIVELLO BASE: **EMOZIONI & VOCE**

COME TI ESPRIMI INFLUENZA OLTRE IL 93% DEL CONTENUTO DEL TUO DISCORSO

In questo livello imparerai a:

- **Calmare e gestire** al meglio il tuo **vissuto emotivo** quando parli di fronte ad altre persone.
- Entrare nello **"stato dell'oratore"**.
- Neutralizzare le tue convinzioni limitanti, e generare **convinzioni risorsa**.
- **Evitare** le caratteristiche della voce che generano **effetti negativi** sull'audience.
- Usare il **potere della voce** per generare **coinvolgimento**, **fiducia, credibilità** e **motivazione**.

SITUAZIONI CHE IMPARERAI A GESTIRE

Situazioni informali della vita quotidiana, incontri con persone che ancora non conosci e discorsi a piccoli gruppi.

LIVELLO INTERMEDIO: **TECNICHE & STRATEGIE**

APPLICA I SEGRETI E LE TECNICHE DEGLI ORATORI PER FARE LA DIFFERENZA

In questo livello imparerai a:

- Creare la **connessione** con il tuo pubblico.
- Usare strategicamente lo **spazio di scena.**
- Padroneggiare sofisticate tecniche di **persuasione indiretta**
- Conoscere il **linguaggio del corpo:** cosa **fare** e cosa **evitare**
- Applicare il **modello BodyVoices ©,** la sinergia tra corpo e voce che dà forza al tuo messaggio
- **Dare struttura** a un **discorso memorabile**, preparato o improvvisato.

SITUAZIONI CHE IMPARERAI A GESTIRE

Situazioni professionali di divulgazione o vendita. Simposi, seminari, tesi di laurea, presentazioni aziendali. Pubblici poco motivati.

LIVELLO AVANZATO: **GIOCHI DA MAESTRO**

GESTISCI CON ELEGANZA E ABILITÀ LINGUISTICA GLI IMPREVISTI E I PUBBLICI DIFFICILI

In questo livello imparerai a:

- Trasformare le **sfide in opportunità** attivando il giusto atteggiamento mentale.
- **Padroneggiare le tecniche di gestione degli imprevisti.**
- Conoscere le 4 categorie di **pubblici difficili** e le chiavi per **gestirli.**
- Usare con maestria sofisticate **tecniche linguistiche.**
- Arricchire il tuo discorso delle **parole** che fanno la differenza.

SITUAZIONI CHE IMPARERAI A GESTIRE

Situazioni di mediazione tra le parti, dibattiti, formazione a gruppi di persone. Imprevisti e pubblici più confrontativi o difficili.

ChangeL
Al tuo fianco nel cambiamento

MODULO SPECIALE: **CARISMA & LEADERSHIP**

AGGIUNGI ALLA TUA PREPARAZIONE LA FIAMMA DELLA PIÙ AUTENTICA ESPRESSIONE DI TE

Questo è un modulo a parte, che puoi frequentare in qualsiasi punto del tuo percorso.
Imparerai a:

- **Trovare la tua voce**, veicolo unico e speciale dell'espressione di te
- **Allineare i tre centri di energia nel tuo corpo**, migliorando il fluire del respiro e la postura generale.
- Contattare il tuo **potere personale** più intimo, attraverso tecniche di teatro evolutivo
- Entrare e uscire dal **Ruolo** che ti è utile impersonare, rimanendo **autentico**.

ChAngel
Al tuo fianco nel cambiamento

CONTATTACI SUBITO PER ISCRIVERTI!

NUMERO DI POSTI LIMITATO

Iscrizioni al LIVELLO BASE entro il 10 aprile 2016

Sede: via San Francesco 34/36, Trieste c/o Centro Yoga

Abbiamo scelto come location del nostro corso uno dei più rinomati centri yoga di Trieste,
un luogo dall'atmosfera intima e accogliente ideale per aiutarti a sentirti a tuo agio e libero di esprimerti!

393 98 95 861 | 327 84 58 086 www.chAngel.it **info@chAngel.it**

E OLTRE AI CORSI IN AULA...

COACHING DI **PUBLIC SPEAKING**

UN AIUTO PERSONALIZZATO PER POTENZIARE LA TUA PREPARAZIONE

Possiamo affiancati in previsione di una presentazione, un esame o qualsiasi altra occasione in cui dovrai parlare in pubblico con un coaching mirato a individuare i tuoi specifici punti e le aree di miglioramento.
Consigliamo il coaching a chi ha già frequentato almeno il livello base e il livello intermedio.
Questo è un metodo molto veloce per raggiungere l'eccellenza.

Marta Botteon e Martina Scarazzato
ideatrici e conduttrici del laboratorio

Siamo due appassionate studiose dell'animo umano.
Siamo coach, formatrici e counselor, esperte in comunicazione e gestione di contesti ad alto impatto emotivo.
La scelta di far sentire la nostra voce e giocarci ogni occasione per portare le nostre idee è stata la nostra guida più importante. Crediamo nelle infinite potenzialità di ogni essere umano e sentiamo un fervente entusiasmo ogni volta che abbiamo l'opportunità di aiutare le persone ad esprimersi liberamente, professionalmente e autenticamente.

Non vediamo l'ora di conoscere anche te!