



## CONTATTI:

Email: [laura.maestri@comupon.it](mailto:laura.maestri@comupon.it)

Tel. +393485533705

Skype: [lauramaestri](https://www.skype.com/people/lauramaestri) (Como, Italy)

[www.facebook.com/Comupon](https://www.facebook.com/Comupon)

# COMUNICARE BENE IN PUBBLICO

## IMPORTANZA DEL FEEDBACK

Va Riferito al comportamento e non alla persona

### IL FEEDBACK A SANDWICH

Dare un feedback specifico e positivo su cosa ha funzionato

Dare un feedback specifico su un'area da migliorare

Individuare le azioni correttive necessarie (richiamo all'azione) per raggiungere l'obiettivo

## STILI DI APPRENDIMENTO

### VISIVO

Termini visivi:

- Metterò a fuoco il concetto
- Vedremo il quadro generale
- Immagino che abbiate ragione

APPRENDIMENTO: SUPPORTI VISIVI, DIAPOSITIVE, VIDEO

### AUDITIVO

Termini auditivi:

- Ascoltatemi attentamente
- La vostra proposta mi suona bene
- Sento già i vostri commenti

APPRENDIMENTO NARRAZIONE ED ESPOSIZIONE VERBALE



## CONTATTI:

Email: [laura.maestri@comupon.it](mailto:laura.maestri@comupon.it)

Tel. +393485533705

Skype: [lauramaestri](#) (Como, Italy)

[www.facebook.com/Comupon](http://www.facebook.com/Comupon)

## CINESTESICO

Termini cinestesici:

- L'idea ha solide fondamenta
- Si deve prendere in mano la situazione
- Assaporiamo il momento

APPRENDIMENTO: FAR TOCCARE CON MANO, FAR PROVARE E FARE

## LA VOCE

FISIOLOGIA:

- Nuca distesa ed allargata
- Schiena dritta e non rigida
- Spalle abbassate
- Mascella rilassata

ELEMENTI:

- TONO
- VOLUME
- RITMO
- INTONAZIONE

SUGGERIMENTI:

- Rallentare
- Pause per enfatizzare
- Velocizza per creare dinamicità
- Chiarezza
- Respirazione profonda
- Sorridere!



## CONTATTI:

Email: [laura.maestri@comupon.it](mailto:laura.maestri@comupon.it)

Tel. +393485533705

Skype: [lauramaestri](https://www.skype.com/people/lauramaestri) (Como, Italy)

[www.facebook.com/Comupon](https://www.facebook.com/Comupon)

## GESTUALITA'

- Muovi le mani prevalentemente nell' area del tronco
- Muovi le mani in modo appropriatamente descrittivo
- Non puntare il dito
- Evita gesti ripetitivi
- Non tenere le mani "a ragno"
- Non tenere le mani "a Foglia di fico"
- Lascia le braccia a riposo per creare un "reset"

## PODIO

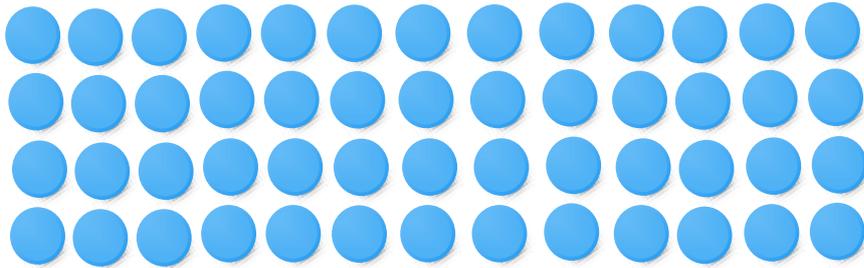
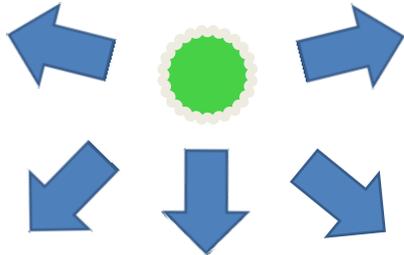
- Possibilmente non stare dietro il leggio/podio
- Postura allineata (non cadente) e sguardo verso il pubblico
- Mani rilassate o appoggiate leggermente sul podio
- Non ondeggiare/oscillare
- Microfono ben posizionato
- Testa alta e mento in su
- **Sorridi!**

## SEDUTI

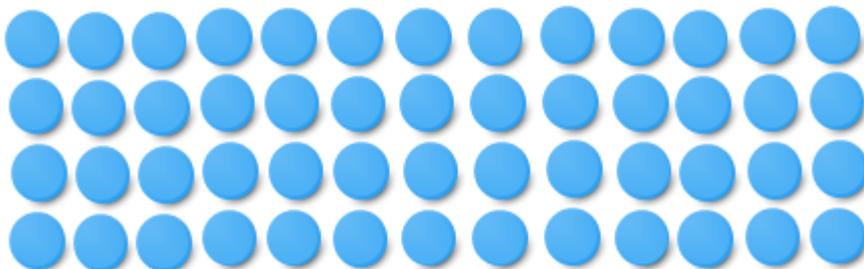
- Energia e sicurezza
- Posizione seduta dritta
- Schiena ben allineata
- Piedi appoggiati al pavimento
- Mani aperte sul tavolo

In ogni caso...**NON LEGGERE!**

# POSIZIONI



KEY MESSAGE  
POWER POSITION

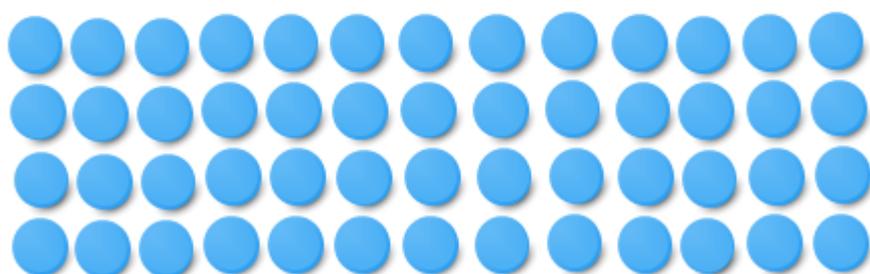


## RIFLETTI LA SUCCESSIONE FRA ESTREMI

ESTREMO

MEDIO

ESTREMO

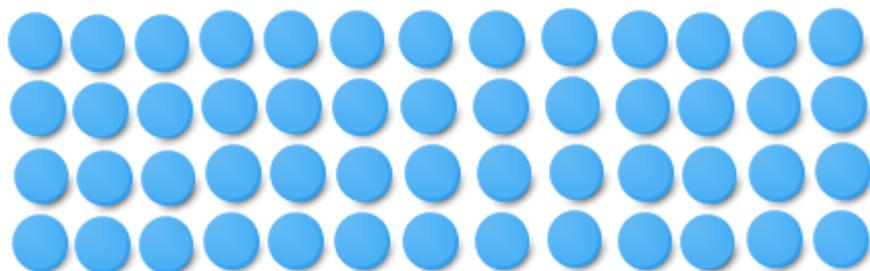


## USA LO SPAZIO PER DEFINIRE LA STRUTTURA

PARTE 1

PARTE 2

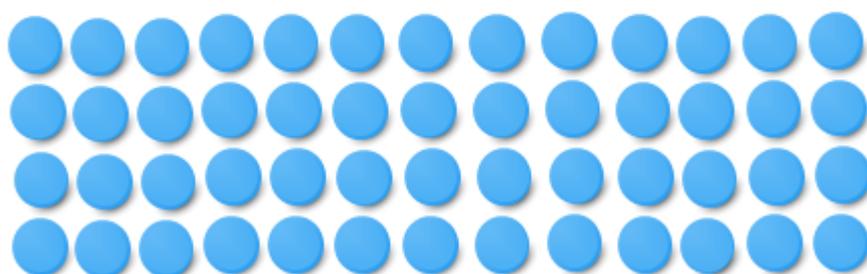
PARTE 3



## COLLOCA I PRO E I CONTRO

PRO

CONTRO

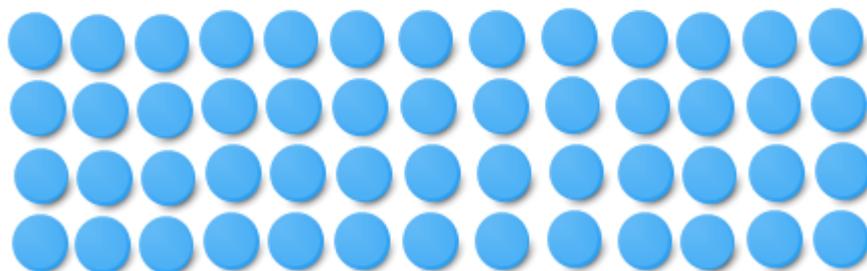


## DAI UN POSTO AD OGNI OPZIONE

OPZIONE 1

OPZIONE 2

OPZIONE 3





## USA LA TIMELINE

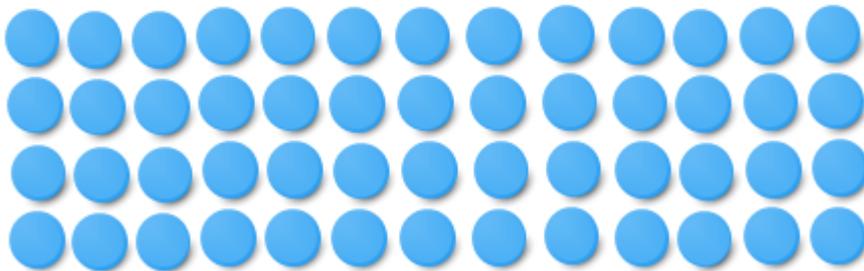
IN PASSATO...



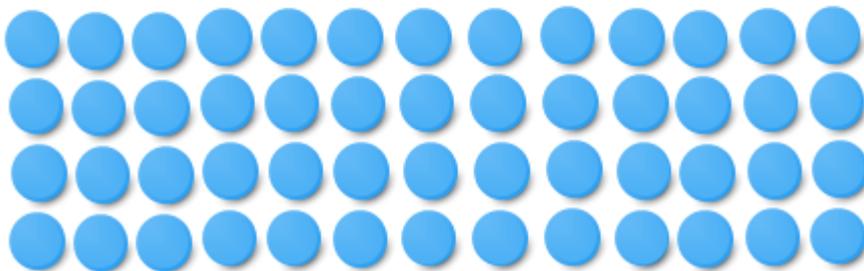
ADESSO...



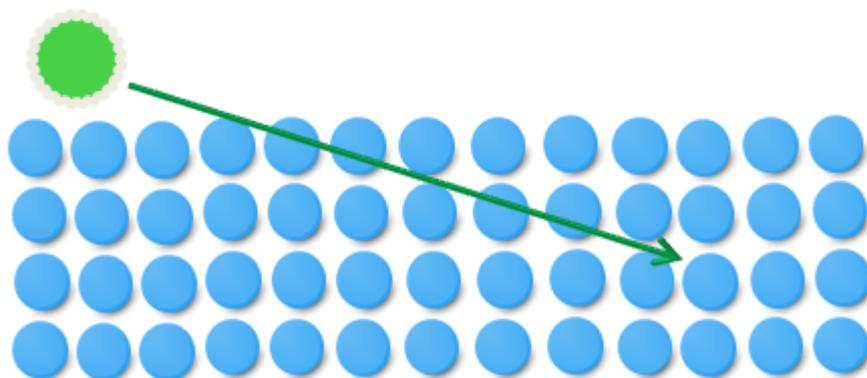
IN FUTURO...



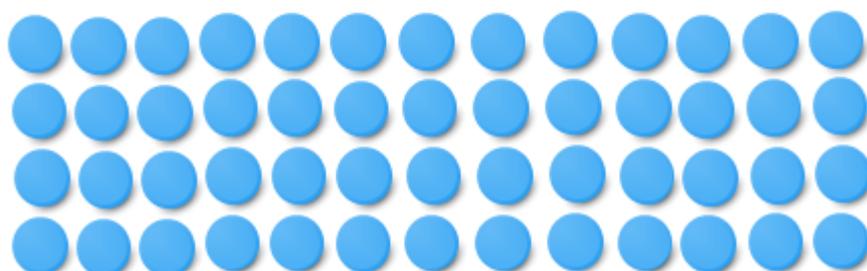
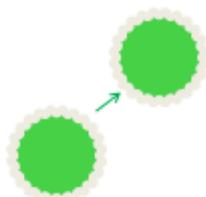
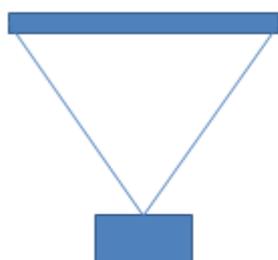
## CREA L' AREA PER LO STORYTELLING

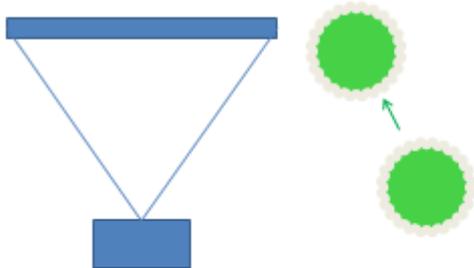


## AVVICINATI PER CREARE ENFASI

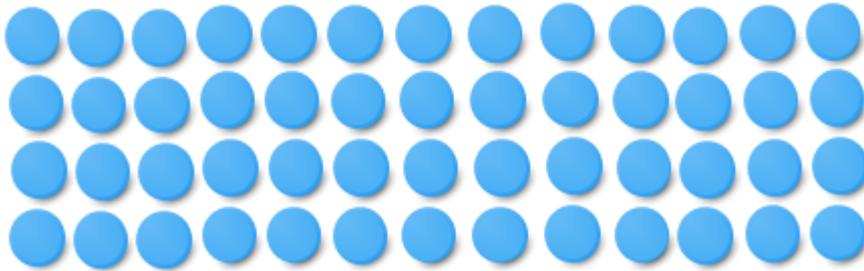


## NON BLOCCARE LA VISUALE





AVVICINATI ALLO  
SCHERMO PER  
PORTARE  
L'ATTENZIONE SU  
UNA SLIDE



## GESTIONE DELLE OBIEZIONI

- Chiedere preventivamente il **CONSENSO**: *“Siete d’accordo?”*
- Ogni domanda è una buona domanda
- Cortesia e rispetto
- Ringraziare
- *«Posso risponderle in seguito, perché potrebbe avere molto più senso dopo?»*

## PREPARAZIONE E ORGANIZZAZIONE

### A CHI MI RIVOLGO?

- ✍ Chi sono
- ✍ Età media
- ✍ Genere
- ✍ Etnia, background culturale



## CONTATTI:

Email: [laura.maestri@comupon.it](mailto:laura.maestri@comupon.it)

Tel. +393485533705

Skype: [lauramaestri](https://www.skype.com/people/lauramaestri) (Como, Italy)

[www.facebook.com/Comupon](https://www.facebook.com/Comupon)

## QUANDO PARLERO'?

- ✍ Subito prima o subito dopo pranzo?
- ✍ Ci sono altri relatori prima di te?
- ✍ Si è in ritardo sulla tabella di marcia?

## PER QUANTO TEMPO?

- ✍ Mantenere i tempi promessi
- ✍ Chiedere di fare domande solo alla fine
- ✍ Dare risposte brevi

## DOVE?

- ✍ Dove starò, rispetto agli ascoltatori?
- ✍ Mi vedranno bene?
- ✍ Mi sentiranno bene? Ho bisogno di un microfono?
- ✍ La temperatura è ideale per chi mi sta ascoltando?
- ✍ C'è un posto dove appoggiare le mie annotazioni?
- ✍ Devo portare con me tutto quello che mi serve (PC ecc.)?

## COME?

- ✍ Solo esposizione verbale
- ✍ Diapositive, video, immagini
- ✍ «Show & Tell»



## CONTATTI:

Email: [laura.maestri@comupon.it](mailto:laura.maestri@comupon.it)

Tel. +393485533705

Skype: [lauramaestri](https://www.skype.com/people/lauramaestri) (Como, Italy)

[www.facebook.com/Comupon](https://www.facebook.com/Comupon)

## IL TUO DISCORSO

### INTRODUZIONE

Dì quello che dirai

### CONTENUTI

Dì quello che devi/vuoi dire

### CONCLUSIONE

Riassumi brevemente ciò che hai detto

## COME COMINCIO?

 Attira l'attenzione

 Domande (anche retoriche)

 Dati forti

 Aneddoti e metafore

 Immagini o video

## UMORISMO?

 Nessuna volgarità o blasfemia

 Il pubblico non è mai il soggetto del tuo humor

 Nessun riferimento a: religione, politica, razze, sesso, età

 Fai umorismo su te stesso!

 **NON DIRE MAI:** *Niente... NON dovrei essere qui... Scusate se...NON merito di...*



## CONTATTI:

Email: [laura.maestri@comupon.it](mailto:laura.maestri@comupon.it)

Tel. +393485533705

Skype: [lauramaestri](https://www.skype.com/people/lauramaestri) (Como, Italy)

[www.facebook.com/Comupon](https://www.facebook.com/Comupon)

## COME CONCLUDO?

- ✍ Chiamata all'azione
- ✍ Riassunto
- ✍ Sfida o attrattiva
- ✍ Richiesta di impegno

## LE SLIDE (POWERPOINT)

- ✍ Né troppe, né troppo poche
- ✍ Non devono essere piene
- ✍ No animazioni stravaganti
- ✍ Font semplice da leggere
- ✍ Poche righe

## VIDEO E BIBLIOGRAFIA

### VIDEO

**Telmo Pievani** "Sull'evoluzione":

<https://www.youtube.com/watch?v=Kreea-hh4ME>

**Giuseppe Li Rosi** "La biodiversità terrestre":

[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=15&v=tk0tNeJenVg](https://www.youtube.com/watch?time_continue=15&v=tk0tNeJenVg)

**Chiara Centofanti** "Radici":

<https://www.youtube.com/watch?v=Gbn9nxESIFY>

**Michele Casucci** "Singularity"

<https://www.youtube.com/watch?v=urYZMa8ADlo>



## CONTATTI:

Email: [laura.maestri@comupon.it](mailto:laura.maestri@comupon.it)

Tel. +393485533705

Skype: lauramaestri (Como, Italy)

[www.facebook.com/Comupon](http://www.facebook.com/Comupon)

**Riccardo Falcinelli** “La benzina della creatività”:

<https://www.youtube.com/watch?v=OsYBvsAL7NA>

**Amy Cuddy** “Your body language shapes who you are” (sottotitolato in italiano):

[https://www.ted.com/talks/amy\\_cuddy\\_your\\_body\\_language\\_shapes\\_who\\_you\\_are/transcript?language=it#t-13200](https://www.ted.com/talks/amy_cuddy_your_body_language_shapes_who_you_are/transcript?language=it#t-13200)

## LIBRI

**Amy Cuddy:** Il potere emotivo dei gesti. Presenza, autostima, sicurezza: usa il linguaggio del corpo per affrontare le sfide più difficili. *Editore: Sperling&Kupfer*

**Dale Carnegie:** Come parlare in pubblico e convincere gli altri. *Editore: Bompiani*

## ARTICOLI

<http://www.comupon.it/blog>

***Buon lavoro e...buona comunicazione!***