

NON SAREBBE BELLO RIUSCIRE A PARLARE IN PUBBLICO SENZA CHE L'ANSIA TI FRENI?

5 incontri on-line | lunedì 18 ottobre | ore 18.30 / 20.00

martedì 2 novembre
lunedì 15 novembre
lunedì 29 novembre
lunedì 13 dicembre

FINALITÀ

- Consapevolezza della propria comunicazione e del proprio stile comunicativo;
- Consapevolezza dei pensieri e delle emozioni che accompagnano la propria comunicazione;
- Consapevolezza di sé, consapevolezza dell'altro, consapevolezza dello spazio-contesto;
- Maggiore sicurezza e calma interiore;
- Maggior piacevolezza nel comunicare;
- Maggiore capacità di ascolto;
- Comunicazione verbale e non verbale più coerente, centrata e sicura;
- Capacità di riconoscimento degli ostacoli comunicativi;
- Consapevolezza nell'uso delle parole.

CONTENUTI

- Il corpo che comunica;
- Dizione e tecnica vocale;
- Leggere e parlare ad alta voce;
- Capire cosa vogliamo dire, perché e come: creare i propri discorsi;
- Ambiti comunicativi: colloquio di lavoro, esame, presentazione, lezione, conferenza, riunione. Modalità video o in presenza;
- Riconoscere e gestire le proprie emozioni e l'ansia del parlare in pubblico.

Docente: Emanuela Filippelli

per informazioni: info@creoitalia.com

