

# *PUBLIC SPEAKING*



# Regola n ° 1

---

*Tenere presente il tipo di persone alle quali ci si rivolge per poter decidere in anticipo:*

*-il tono dell'intervento: formale, sciolto, serio, enfatico, scanzonato;*

*-la lunghezza dell'intervento stesso;*

*-l'incipit, cioè l'avvio: adattare la prima frase al pubblico che ascolta è un vecchio trucco di imbonitori e cabarettisti, un po' sfruttato ma efficace;*

*-l'abbigliamento.*

# Regola n °2

---

*Preparare un progetto di esposizione di quello che volete comunicare: l'improvvisazione può essere pericolosa.*

*-Individuare i punti di forza in modo che il pubblico li capisca completamente e ne sia coinvolto;*

*-Controllare i fatti e i riferimenti che supportano il discorso;*

*-Pensare alle domande, alle controdeduzioni che possono essere rivolte.*

# *Regola n °3*

---

*Tenere nella massima considerazione le aspettative, le motivazioni, le opinioni e il perché sono presenti gli ascoltatori.*

*-Quale utilità riceverà il pubblico dal nostro discorso?*

# *Regola n °4*

---

*E' consigliabile fare una piccola prova generale del discorso che si intende pronunciare.*

*-Concentrare tutti i concetti base nei primi minuti: la soglia di attenzione dei pubblico ha andamento ondulatorio, cala vertiginosamente dopo i primi 10 minuti ed è pressoché inesistente dopo i 45 minuti. Quindi variare l'intensità del discorso.*

# *Regola n °5*

---

*Conoscere bene lo strumento che utilizzerete per comunicare, facendo attenzione ai problemi organizzativi.*

*-Quali sussidi audiovisivi utilizzeremo per rendere più efficace il nostro discorso?*

# *Regola n ° 6*

---

*Controllare la propria emotività. Prima di iniziare un discorso respirare profondamente e dire la prima frase con un tono deciso: se va bene la prima frase, il discorso ha più probabilità di essere efficace.*

# *Regola n °7*

---

*Controllare la gestualità senza esserne intimoriti, un discorso privo di gestualità rischia di apparire troppo gelido, distaccato, trasmette ansia.*

# Regola n ° 8

---

*Variare con una certa frequenza il tono della voce, è meglio parlare lentamente, cercando di utilizzare la voce nelle diverse tonalità ed evitando i toni striduli, acuti o troppo gravi. Inserire nel discorso pause brevi per evidenziare i concetti più importanti e per prendere tempo in caso di difficoltà.*

# *Regola n °9*

---

*E' fondamentale guardare l'interlocutore e il pubblico a cui ci si rivolge. Fissare alcune persone per volta e cercare di stabilire un dialogo con il pubblico percependo le reazioni e adeguandosi a queste.*

# Regola n ° 10

---

*Il pubblico deve partecipare come se si stesse dialogando con lui. E' importante utilizzare domande retoriche e arricchire il discorso con aneddoti e storie; non utilizzare mai barzellette: se il pubblico non ride o una buona parte resta indifferente si crea un colpo mortale per la credibilità di chi parla.*

# *Regola n ° 11*

---

*Parlare sempre a voce alta, respirare lentamente in modo che non si sentano ansiti o sospiri.*

# *Regola n ° 12*

---

*Mantenere sempre il controllo della discussione anche nel caso in cui vengano poste delle domande difficili o siate attaccati direttamente.*

# *Regola n ° 13*

---

*Ogni affermazione può essere valida e tanto più lo è quanto è più credibile l'immagine di chi la fa: il viso, gli occhi, i gesti, il tono sono la garanzia della credibilità dell'esposizione verbale.*

# *Errori comuni*

---

*Gli errori più comuni che si commettono parlando in pubblico sono legati alla reazione che si ha allo stress emotivo oppure alla errata calibrazione dell'intervento.*

# *Come evitarli*

---

*- Concentrarsi, soprattutto inizialmente, sulla propria postura e sulla gestualità, senza comunque sembrare artefatti.*

# *Come evitarli*

---

*- Per vincere l'emozione iniziale, spostare l'attenzione sul pubblico, facendo 2 o 3 domande.*

# *Come evitarli*

---

*- Non scappare dagli sguardi altrui ma non obbligarsi a guardare negli occhi chi non ci mette a nostro agio.*

# *Come evitarli*

---

*- Mai mettersi in conflitto con chi ci sta di fronte, gestire il dissenso mantenendo la propria posizione ma rispettando l'idea altrui.*