



Organizzazione Sammarinese degli Imprenditori

in collaborazione con



## Corso PUBLIC SPEAKING Parlare in pubblico con disinvoltura



**Durata:** 12 ore

**Quando:** dal 7 ottobre, ogni Lunedì e Mercoledì (20.00 – 23.00)

**Sede:** OSLA (Via Napoleone Bonaparte, 75 – San Marino)

**Costo:** non occupati €130 – soci OSLA €160 – non associati €210

**Descrizione del corso:** Il corso intende fornire ai partecipanti gli strumenti teorici e soprattutto pratici per conoscere, esplorare e migliorare le proprie capacità e potenzialità gestuali, vocali ed espressive ai fini di **una comunicazione più efficace e consapevole**, per poter esprimere appieno il proprio potenziale. Il lavoro è inoltre finalizzato alla costruzione di una base più sicura, che faciliti il **superamento della timidezza** e delle difficoltà di comunicazione che possono insorgere ogni volta che si affronta una platea. Imparare a parlare in pubblico aiuta a migliorare il proprio modo di comunicare, a sentirsi più sicuri! Il Corso è adatto a tutti ed insegna a controllare le emozioni attraverso alcuni accorgimenti tecnici per sentirsi a proprio agio e poter comunicare le proprie idee con efficacia e chiarezza. E' particolarmente indicato per imprenditori, liberi professionisti, dirigenti e chiunque si trovi a presentare programmi, idee o prodotti, tenere conferenze, lezioni ecc.

### PROGRAMMA DEL CORSO

- Comunicare e farsi ascoltare. Come, perché e cosa dire
- Rapporto con il pubblico – analisi dell'uditorio
- Le motivazioni e le emozioni
- Gestione dell'ansia da pubblico
- Respirazione e rilassamento
- Il linguaggio Non Verbale: Gestualità, Mimica e Prosemica, Postura del corpo
- Contatto visivo e uso dello sguardo
- Il linguaggio Para Verbale: Utilizzo e gestione della voce, Volume, Tono, Pause
- Gestione del tempo

Per info e iscrizioni tel. 0549 992885 oppure [info@osla.sm](mailto:info@osla.sm)