



# Public Speaking Pro

Rendi memorabili le tue parole



## UN APPROCCIO PROFESSIONALE

**Relazionarsi con un pubblico** richiede competenze specifiche e un atteggiamento mentale adeguato.

Una formazione di qualità può fare la differenza:

- Nell'interazione con piccoli gruppi, in ambito di training, facilitazione o riunioni
- Nel relazionarsi al vasto pubblico di un evento, che sia su un palco o attraverso uno schermo
- Nel presentare efficacemente il proprio lavoro in Comitati e Assemblee di rilevanza a livello organizzativo.

I migliori risultati si ottengono progettando il proprio intervento e preparandosi professionalmente. Inoltre, occorre lavorare sul piano personale.

La propria efficacia in pubblico può essere ostacolata da:

- **Paura, imbarazzo, timore di esporsi, ansia da prestazione**
- Sensazioni fisiche fastidiose quali **groppo alla gola**, irrigidimento del corpo, sudore freddo, tremori, **tachicardia**
- **Perdita improvvisa di memoria e confusione** su cosa e come dirlo.

Anche se ti è capitato di vivere una di queste situazioni, la buona notizia è che questi ostacoli possono essere superati acquisendo **competenze specifiche e gestendo il flusso di pensieri che generano entropia**.

**In tanti anni di esperienza** con il pubblico: nella facilitazione, nel training e nella conduzione di eventi, abbiamo imparato come stare serenamente on stage sviluppando un approccio efficace e adattabile a tutte le situazioni **one to many**.

Public Speaking Pro è stato progettato proprio per permettere di **superare questi comuni ostacoli del parlare di fronte a un pubblico** e per sviluppare presenza e assertività attraverso la postura e l'uso corretto della voce migliorando, così, la propria comunicazione.



## PER CHI È PSP

Questo corso è particolarmente indicato per professionisti (trainer, coach, facilitatori, insegnanti, ecc.) normalmente coinvolti in attività con gruppi di persone o team per formazione, facilitazione, coaching. Ideale per aumentare l'efficacia in queste situazioni.

Public Speaking Pro è anche il corso ideale per chi riveste una posizione manageriale o di leadership ed è chiamato a interventi in pubblico o **situazioni One to Many** (conferenze, riunioni, comitati, eventi di ogni genere in ambito organizzativo).

## COSA OTTERRAI

In questo corso:

- svilupperai la consapevolezza della tua **performance sul palco**
- potrai individuare i tuoi punti di forza e di sviluppo per rendere la tua **presenza in pubblico più efficace**
- avrai maggior **autostima** e migliorerai la tua capacità di **comunicazione**.

Lavoreremo insieme su diverse aree che impattano sull'efficacia dei tuoi interventi in pubblico:

- **Pianificazione e organizzazione** dell'intervento, per non lasciare nulla al caso
- Pratica dell'**ascolto attivo del gruppo**, per capirne le esigenze e adattarsi in base ad esse
- **Osservazione sistemica** dell'insieme speaker/pubblico/palco
- Uso corretto e potenziato della **voce**, per mantenere l'attenzione e veicolare al meglio il messaggio
- Uso del **corpo** e della **dizione** per essere allineati all'**intenzione** che vogliamo trasmettere oltre che il mero concetto
- Connessione con l'**intelligenza emotiva** per superare i comuni ostacoli collegati all'esposizione in pubblico

### **Apprenderai e metterai in pratica:**

- Comunicazione assertiva
- Teoria e pratica dell'ascolto attivo del gruppo
- Progettazione di una presentazione o una facilitazione
- Presenza efficace
- Uso della voce
- Gestione e facilitazione di gruppi e Team
- Osservazione sistemica dell'insieme Speaker/Pubblico/Palco
- Intelligenza emotiva applicata al Public Speaking

### Alla fine del corso avrai:

- Maggiore consapevolezza dell'effetto della tua **voce e postura**
- Comprensione di quali elementi, interni ed esterni, ti influenzano
- Maggiore capacità di esprimere idee e di **presentarsi in modo credibile e autorevole**
- Acquisito le tecniche e una **consapevolezza di te stesso** tale da condurre efficacemente una riunione presentando un progetto e/o lo stato dell'arte di alcune attività
- Capacità di esporre idee e concetti in modo **convincente e autentico**
- Sviluppato padronanza degli elementi che definiscono una **presenza davvero efficace**
- Sviluppato **consapevolezza delle tue emozioni** e la capacità di utilizzarle a vantaggio di una relazione centrata ed efficace
- Confidenza nel parlare in pubblico in eventi, convention, comitati, riunioni e conferenze con **maggiore impatto sull'audience**



## INVESTIMENTO

Public Speaking Pro è un corso pensato per farti raggiungere dei risultati e per renderti capace di andare oltre gli apprendimenti del momento grazie al nuovo modo di stare on stage che ti porterà a nuovi apprendimenti.

Hai anche la possibilità di scegliere l'opzione Élite, facendolo scegli di dare e ottenere di più in minor tempo, avrai infatti la possibilità di fare **3 sessioni individuali di approfondimento** per aggiungere un lavoro personalizzato rispetto a quanto già appreso in aula con gli altri partecipanti.

I nostri coach e trainer si dedicheranno a te per lavorare in profondità e migliorare al massimo l'efficacia di voce, corpo ed emozioni in pubblico.

Cosa cambia con l'opzione Elite?

	PUBLIC SPEAKING PRO	OPZIONE ÉLITE
3 giornate Full immersion in presenza	✓	✓
2 incontri da 1,5h (online via Zoom)	✓	✓
Sessione individuale con Vocal Coach (1h)	✗	✓
Sessione individuale con Actor Coach (1h)	✗	✓
Sessione individuale con EI Facilitator (1h)	✗	✓
PREZZO	1.500 €	1.850 € (*)
SCONTO EARLY BIRD	1.350 €	1.700 €

(\*) Se non acquistata contestualmente all'iscrizione, l'opzione Elite costa 500€ + iva.

Scrivici a [info@asteryslab.com](mailto:info@asteryslab.com) per scoprire eventuali promozioni in corso e avere maggiori informazioni. Sarai ricontattato da un trainer della nostra Faculty.

## LA FACULTY

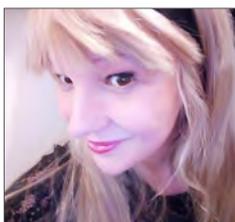
I trainer di questo corso sono professionisti della materia e sono anche esperti dell'apprendimento dell'adulto. Sono Coach e Facilitatori di Trasformazione con oltre 20 anni di esperienza nel mondo corporate. Per i temi On Stage e Public Speaking troverai, in aula, attori, registi, cantanti e speaker professionisti.



**Alessandra Bitelli**, Executive Coach, Formatore e Facilitatore. Specializzata in comunicazione efficace in tutte le situazioni uno a molti e incremento del potenziale, crescita professionale e sviluppo delle dinamiche relazionali, ha maturato la sua esperienza in ambito nazionale e internazionale. Laureata in Pedagogia dedica particolare attenzione al supporto nella gestione del cambiamento e adattamento in situazioni critiche e come queste incidano sulle relazioni all'interno delle organizzazioni e nella vita personale.



**Renata Beltrami**, Coach PCC e facilitatore di Intelligenza emotiva certificata Six Seconds per la valutazione dell'intelligenza emotiva legata alla performance, fino a diventare trainer nei programmi di formazione per gli EQ Assessors. Dopo quasi 20 anni vissuti all'estero affrontando trasformazioni importanti ha identificato il suo obiettivo principale, riuscire a trasmettere agli altri l'importanza della consapevolezza di se stessi, dei propri obiettivi, valori ed emozioni per poter gestire con efficacia ed impegno la propria vita professionale e personale.



**Laura Jacobbi**, Regista, attrice e Actor coach ha debuttato come attrice all'età di cinque anni. Dopo aver studiato all'Accademia d'Arte Drammatica "Silvio D'Amico" ha lavorato con Roberto Herlitzka, Lorenzo Salvetti, Walter Pagliaro, Daniele Formica, fra gli altri. Ha collaborato come autrice e speaker in molti programmi radiofonici (Rai, RTL). Insegna Recitazione e Dizione dal 1993 sia privatamente che in svariate Accademie di Roma ed è la coach personale di molti attori professionisti.



**Nuna Shoemith**, diplomata al Conservatorio come cantante è specializzata nell'uso della voce con un'esperienza decennale come Vocal coach e insegnante di canto, aiuta gli artisti a trovare la loro voce autentica. Coach ACC accreditata ICF Appassionata di meditazione e yoga, integra queste pratiche per promuovere il benessere vocale e fisico. La mia missione è liberare il potenziale vocale di ogni individuo, attraverso tecniche innovative e un approccio olistico.

## TI DIAMO CREDITI

**ALblue**

Iscrivendoti, partecipi al programma ALblue Reward che ti permette di accumulare crediti, ottenere vantaggi e privilegi.

**Potrai usare i crediti** accumulati per iscriverti ad altri corsi, acquistare servizi e prodotti.

Per esempio, iscrivendoti al corso Public Speaking Pro con opzione Elite puoi ottenere fino a 2.000 ALblue Coins, per un valore di centinaia di euro da usare per continuare la tua formazione.



## ISCRIZIONI & OFFERTE

Se vuoi più informazioni, siamo a tua disposizione.  
Contattaci ai riferimenti riportati alla fine di questo documento.

Non aspettare a chiedere informazioni, potresti approfittare dell'offerta Early Bird, chi arriva prima paga meno e si assicura il posto in aula.  
Verifica ora se sei in tempo per questa offerta.

[Clicca qui per vedere il CALENDARIO DEI CORSI](#)

### Asterys Lab srl

Via Conservatorio, 22 – 20011 Milano - Via di Villa Zingone, 36 - 00151 Roma  
Tel.: +39 06 87165 254 • + 39 02 80016434 email: info@asteryslab.com • PEC: asteryslab@pec.it •  
P.IVA e Cod. Fisc.: 11673371008 • Cert. ISO 9001-15 n. 17829C

asteryslab.com

