



7

passi per

***migliorare il tuo
public speaking***



Enciclopedia delle emozioni - Vol. 7 (Estratto)
7 passi per migliorare il tuo public speaking

ISBN: 9791222072548

2020 © Nicola Russo

www.selfemotionalcontrol.com - info@selfemotionalcontrol.com



www.selfemotionalcontrol.com

Indice

Cosa c'è in questo libro per me?	pag. 5
1 - Stabilisci qual'è il tuo punto di partenza	11
2 - Prepara il tuo discorso	17
3 - Quando parli dal podio	27
4 - Risposte a domande che si pone un oratore	37
5 - Il tuo subconscio e il sistema A.I.R. per migliorare il tuo public speaking	47
6 - Il metodo delle affermazioni	55
7 - Affermazioni per migliorare il tuo public speaking	67
Come questo libro mi può aiutare?	79
Come posso usare questo libro?	81
Self Emotional Control	85



Cosa c'è in questo libro per me?

Questo libro è stato scritto con l'intenzione di fornirti le informazioni necessarie per migliorare le tue capacità di risolvere i problemi tipici di chi parla davanti ad una platea.

Prima di tutto, vorrei congratularmi per la scelta che hai fatto nell'acquistare questo libro; è chiaro, da questo tuo atto, che tu vuoi scoprire e fare tue delle nuove tecniche per migliorare le tua abilità di parlare in pubblico. Se non hai ben chiare in mente, le corrette strategie da usare, puoi cadere nell'errore di correre dietro a dei tentativi che non producono i risultati sperati.

È indispensabile comprendere che l'autostima, fattore essenziale per intervenire dovutamente nel risolvere un problema legato al public speaking, non si costruisce né si distrugge in un solo giorno ma ciò che può accadere in un giorno, è che il processo di crescita o di distruzione può essere attivato.

Da oggi, quindi, con questi sette passi puoi intraprendere la strada che ti condurrà al tuo meritato traguardo di parlare in pubblico in modo efficace.

Tutto quello che hai fatto fino ad ora è servito a renderti la persona che sei oggi, col subentro di questo libro nella

tua vita privata e lavorativa ti accorgerai di come sarà facile utilizzare nuovi sistemi che porteranno te e le tue capacità a livelli superiori.

La mia intenzione, alla fine di questi sette capitoli, è che tu abbia un progetto di passi da seguire che possano enormemente aiutarti a pianificare i tuoi interventi in pubblico.

Il libro ti dimostrerà che raggiungere la fiducia di cui hai bisogno, per diventare un esperto efficace nella comunicazione, è possibile in qualsiasi momento tu lo voglia grazie a questa guida chiara, concisa e pratica, indispensabile per chiunque si trovi davanti ad un pubblico grande o piccolo che sia.

**“Se mi venissero tolte tutte le mie forze e ricchezze,
concedendomi di trattenerne una sola,
conserverei la possibilità di parlare,
perché con questa riconquisterei tutte le altre.”**

(Daniel Webster)

Questa espressione racchiude in sé tutta la potenza e il valore del linguaggio, un dono meraviglioso ma insidioso allo stesso tempo, se non è usato con saggezza. Da più di 40 anni ho il piacere di parlare in pubblico e ho sempre desiderato non solo condividere concetti importanti col mio uditorio, ma anche attrarre l'attenzione della gente in modo da trasmettere loro entusiasmo e gioia.

Sia che tu abbia iniziato a parlare in pubblico da poco o che sia un oratore esperto, i contenuti che condividerò con te ti daranno la possibilità di fare un lavoro sempre più efficiente.

Indipendentemente dal tipo di lavoro che svolgi, se insegnante, venditore, avvocato, amministratore o anche se sei solo genitore, sarai in grado di comunicare meglio i tuoi concetti grazie alla vasta gamma dei suggerimenti qui esposti, che vanno dal contenuto del discorso, alle illustrazioni da usare, dalla postura fisica al tono di voce, dal contatto con l'uditorio alle pause da fare, ma anche dal toccare il cuore alla "call to action".

Seguire questi passi non farà altro che renderti un comunicatore migliore sia davanti ad un grande uditorio che quando parli con una singola persona.

Ricorda: *"La comunicazione non è quello che diciamo, bensì quello che arriva agli altri"*, come ebbe a dire un certo Thorsten Havener e che, come dico io, *"Un bravo insegnante è in grado di insegnare qualunque materia, previa adeguata preparazione"*. Da qui l'importanza di essere oratori efficaci nel trasmettere sia concetti che emozioni.

Qui di seguito ti accenno brevemente i punti principali trattati e qualche punto secondario al fine di suscitare interesse nel materiale esposto.

1) Stabilisci qual'è il tuo punto di partenza

2) Prepara il tuo discorso

- Tema
- Introduzione
- Punti principali
- Punti secondari
- Conclusione

3) Quando parli dal podio

- Modulazione
- Velocità
- Volume
- Pausa
- Suoni indesiderati
- Linguaggio del corpo

4) Risposte a domande che si pone un oratore

- Come posso riuscire a vincere la mancanza di respiro?
- Cosa posso fare per non borbottare o farfugliare mentre sono davanti ad una platea?
- Se durante il mio discorso mi accorgo che sto correndo, come posso riuscire a rallentare?
- Come faccio ad apparire più...?
- Cosa posso fare per interagire meglio con il mio uditorio?
- Cosa devo fare prima del discorso?
- Cosa devo fare durante il discorso?

5) Il tuo subconscio e il sistema A.I.R. per migliorare il tuo public speaking

- FASE 1: Descrivi il problema e componi la domanda
- FASE 2: Dopo aver scritto la domanda lasciala incubare
- FASE 3: Scrivi le risposte o le soluzioni al problema che hai posto

6) Il metodo delle affermazioni

- Considera le seguenti istruzioni come prescrizioni per i tuoi risultati

7) Affermazioni per migliorare il tuo public speaking

- Come questo libro mi può aiutare?
- Come posso usare questo libro?



www.selfemotionalcontrol.com

Grazie al contenuto di questo libro sarai in grado di:

- Stabilisci da che punto in poi inizierai a diventare un oratore pubblico esperto, tenendo presente le tue capacità attuali.
- Preparare un discorso che potrebbe durare pochi minuti o addirittura ore.
- Sapere cosa fare e cosa non fare quando parli davanti a un pubblico.
- Trovare risposte pratiche a cosa fare prima e durante un discorso pubblico.
- Scopri la postura migliore mentre visualizzi le informazioni.
- Distinguere tra le azioni che generano risultati migliori e quelle che non sono produttive, al fine di ottenere l'attenzione e la fiducia del pubblico.
- Gestisci correttamente tutto ciò che accade in sala mentre parli.
- Usa il tuo errore, che hai fatto sulla piattaforma, in modo da lanciarti a un livello più alto di parlare in pubblico.

- Influenza la tua tensione, in modo da avere il controllo della situazione durante tutto il tuo discorso.
- Cogli l'occasione giusta, mentre sei sulla piattaforma, per manifestare la tua destrezza e le tue buone capacità di oratore pubblico.
- Attingi da una vasta gamma di parole e frasi che puoi dire a te stesso per sviluppare la giusta dose di fiducia in te stesso come oratore pubblico efficace



Acquista il libro completo su
www.selfemotionalcontrol.com



www.selfemotionalcontrol.com