

# Centro Culturale mir

## L'ARTE DI COMUNICARE

### Parlare in pubblico con autenticità ed efficacia

a cura di Donatella Bartolomei

Orario: giovedì 20.30-22.30

Durata: 6 lezioni

Inizio: 13 febbraio 2025

Questo breve percorso in sei incontri di due ore l'uno è diretto a persone che desiderano parlare in modo efficace ed autentico.

In realtà è per tutti, non necessariamente diretto a chi parla in pubblico a scopo lavorativo o per altre attività, non trattandosi del classico "public speaking" a fini di vendita o commerciali.

Può interessare a docenti, insegnanti e conduttori di vario genere, persone che tengono conferenze, a chi parla in pubblico per i più svariati motivi, narratori di storie e racconti, persone che semplicemente desiderano esprimersi anche nella vita quotidiana in modo fluido, senza obiettivi tecnici o didattici ed a chiunque sia affascinato dall'arte della comunicazione.

In queste lezioni lavoreremo fundamentalmente su tre aspetti: il parlato, il linguaggio del corpo e gli intenti a livello di pensiero.

Il corpo è fondamentale in una buona comunicazione, in quanto "il corpo non mente mai" ed è facile dire o narrare una cosa con le parole ed esprimere l'opposto a livello fisico. L'interlocutore, a livello intuitivo ed immediato, spesso coglie questa contraddizione, anche se talvolta inconsapevolmente.

La parola ha in sé una bellezza che va conosciuta e sentita. L'espressione di sé, del proprio vissuto e dei contenuti che si vogliono esprimere non può essere lasciata al caso, se si cerca autenticità nella comunicazione (in tal senso si andranno a sondare sia aspetti tecnici, che emozionali). La voce stessa crea legami in certi casi ed erge dei muri in altri, in quanto espressione del nostro sentire profondo.

Gli intenti che abbiamo nell'esposizione di un discorso sono la radice di tutto, in quanto obiettivi non chiari ed idee confuse sono spesso la prima radice dei problemi comunicativi.

Ovviamente in tutto questo è necessario che anche il nostro interlocutore (o chiunque sia "dall'altra parte") sia disposto ad ascoltare, altrimenti ogni nostra azione comunicativa risulterà vana.

Si affronterà quindi anche come cercare di ottenere il massimo interesse dall'ascoltatore o dalla platea che si potrebbe avere davanti e, non da ultima, la nostra stessa capacità di ascolto.

Articoleremo in questi cinque incontri un vero e proprio laboratorio espressivo in modo giocoso ed affascinante, in modo che ognuno possa cogliere le proprie potenzialità in tal senso e tentare di esprimerle o migliorarle.

Non si tratta di esercizi standard uguali per tutti, in quanto ognuno ha le proprie peculiarità e va quindi favorito il lavoro a partire da ogni singolo individuo.

Svolgeremo divertenti ed interessanti esercizi in coppia, in gruppo ed individualmente, così da constatare nella pratica ed attivamente ogni singolo passaggio. Verrà sempre dato spazio alla verbalizzazione dopo gli esercizi svolti.

Il corso sarà sia pratico che teorico, facendo prevalere la praticità e l'azione più che la mera teoria.

Si richiede ad ogni partecipante di portare carta e penna ed avere abbigliamento comodo.

#### Breve Biografia della Docente:

Donatella Bartolomei è docente di recitazione, canto e materie affini, cantante, attrice e si occupa di percorsi esperienziali sul benessere personale ed il lavoro su di sé mediante il linguaggio creativo e simbolico.

L'arte della comunicazione, in varie forme, è uno dei punti principali del suo lavoro, sia essa espressa in qualità di artista, o mediante i corsi da lei proposti.

Che si tratti di sperimentazione vocale e teatrale, di canto jazz, di corsi di dizione, teatro o di lettura espressiva, l'intento è sempre quello di cercare un'evoluzione personale mediante il percorso, lo spettacolo, o la registrazione di brani.

Donatella lavora prevalentemente in Lombardia e Piemonte, ma i suoi spettacoli di teatro e musica sperimentale sono apprezzati anche in altre parti d'Italia ed all'estero, soprattutto in Germania, dove ha inciso due album.