

## Dicono di noi

**Corso residenziale di 2 gg.**  
**“L'ARTE DELLA PRESENZA”**  
*L'Arte di Parlare in Pubblico*

**Erogato per Schering-Plough S.p.A.**  
1<sup>a</sup> edizione – 4-5 giugno 2009 – Monteriggioni (SI)

Al termine dei nostri corsi e percorsi formativi distribuiamo ai partecipanti una **scheda di valutazione** per avere un **feedback** “a caldo” e sapere cosa hanno acquisito durante l'esperienza.

Alla prima edizione del corso **L'Arte della Presenza** ha partecipato un gruppo di 9 **Area Manager** di Schering-Plough.

Dalle loro schede di valutazione è emerso quanto segue:

### **Abbiamo chiesto:**

#### **1. Quali novità hai più apprezzato?**

- ◆ Esplorare nuovi aspetti della comunicazione
- ◆ Emozioni provate nel mettersi in gioco
- ◆ Gestire diversi livelli di attenzione
- ◆ Esprimere emozione, provare in prima persona
- ◆ Prove con telecamera (parlare in pubblico)
- ◆ Rivedere le criticità (comunque costruttivo)
- ◆ Emozioni, voglia di mettermi in gioco
- ◆ Mi sono ascoltata e vista da fuori
- ◆ Vedermi e spendere energia per migliorarmi
- ◆ Esempi pratici, vissuti e sperimentati in prima persona
- ◆ Intrigante, divertente, costruttivo
- ◆ Possibilità di sentire lo spazio
- ◆ Rilassamento della tensione emotiva
- ◆ Respirazione diaframmatica
- ◆ Gestione e lettura del non verbale.

#### **2. Quali pensieri hai avuto? Su di Te? Sugli Altri? Su quello che stavi facendo?**

- ◆ Sensazione di gruppo di lavoro
- ◆ Novità, capacità di lettura di atteggiamenti e comunicazioni diverse
- ◆ Che posso utilizzare molte caratteristiche personali nuove
- ◆ Quanto sia importante cogliere il linguaggio non verbale
- ◆ Molto coinvolgente e piacevole
- ◆ Quanto da migliorare...!
- ◆ Quanto servono le esperienze degli altri per migliorarmi
- ◆ Mettermi in gioco, senza valutazioni, senza giudizi, solo per il piacere di migliorarmi
- ◆ Che tutto sommato la mia comunicazione è più efficace di come pensavo
- ◆ Che devo osservare gli altri di più perché ho scoperto lati che non conoscevo
- ◆ Mi interessava molto l'idea che con esercizi a volte semplici, a volte meno, potevo capire meglio gli errori che faccio quotidianamente
- ◆ Mi sono sentita “messa a nudo” e ho tirato fuori le emozioni
- ◆ Partecipazione e condivisione di stati d'animo
- ◆ Ho fatto qualcosa di nuovo e anche se per me molto difficile mi sono completamente messa in gioco
- ◆ Rendermi conto di riuscire a trasferire ciò che provo
- ◆ Riconoscimento da parte del gruppo

- ◆ Come utilizzare nella pratica le cose affrontate durante il corso
- ◆ Molte aree di miglioramento
- ◆ Gruppo unito e attivo
- ◆ Scoprire a cosa mi serviva quello che stavo facendo

### **3. Pensi che la metodologia sia risultata utile? Per quale ragione?**

- ◆ Sì, perché abbiamo provato fisicamente e osservato negli altri i comportamenti già studiati in teoria nei corsi precedenti
- ◆ Molto utile perché basata sulla pratica e sulla gestione di ciò che succede realmente. Presa di coscienza di aspetti non percepiti in precedenza
- ◆ Molto utile perché mi porto a casa molti spunti di riflessione e la consapevolezza che con una maggiore concentrazione e preparazione si può migliorare notevolmente la comunicazione
- ◆ Molto utile. Esempi pratici dopo tanta teoria. Vivere in prima persona la pratica. Insegnanti ottimi!
- ◆ Sì, perché è diretta verso un aspetto molto pratico, vero
- ◆ Assolutamente utile. Dal gruppo si impara più facilmente, in sole 24 ore notevoli cambiamenti e gestione dell'emotività
- ◆ L'innovazione è il punto di forza.
- ◆ I tutor "attori" mi hanno dato una versione diversa di come comunicare.

### **4. Pensi che questo tipo di approccio esperienziale si possa applicare anche ad altri tipi di corsi? E quali?**

- ◆ Sì, perché l'esperienza diretta è il miglior modo di far sedimentare un concetto
- ◆ Sì, agli informatori medici, e soprattutto ritengo sia molto utile un corso "insieme" con un gruppo selezionato di medici
- ◆ Sì, a corsi di gestione dei gruppi di lavoro
- ◆ Credo che possa essere utile anche agli informatori
- ◆ Applicabile soprattutto nel far prendere coscienza della differenza tra ciò che si vuol far percepire e ciò che realmente viene percepito
- ◆ Approfondimenti specifici sui temi trattati, per esempio "voce" e "postura"

### **5. Cosa ti porti a casa di questo corso?**

- ◆ Maggiore consapevolezza di come uso il mio corpo e la mia "presenza". Lavorare sulle mie aree critiche chiedendo di osservarmi
- ◆ Nulla è come sembra e come si crede se non vi è la possibilità di rivedersi, riascoltarsi, e di avere un feedback dall'esterno
- ◆ Alcuni suggerimenti fondamentali per il comportamento da modificare quando parlo in pubblico
- ◆ Alcune emozioni che penso di ritrovare nelle esperienze quotidiane future
- ◆ La voglia di provare a voce alta le presentazioni che dovrò fare in futuro e di porre molta attenzione alla concentrazione e all'attenzione degli altri durante l'esecuzione
- ◆ La voglia di imparare a usare il diaframma
- ◆ Che devo migliorare innanzitutto un mio aspetto di comunicazione legato al gestire la velocità del mio linguaggio. In secondo luogo dare più importanza al linguaggio non verbale mio e degli altri
- ◆ Esperienze, nozioni, sensazioni e maggior sicurezza in me stesso
- ◆ Energia e maggior conoscenza di me stesso
- ◆ Esco arricchito e forse migliorato. Da ripetere!
- ◆ Insegnanti ottimi e coinvolgenti.

**Ringraziamo tutti i partecipanti per la loro gentile e preziosa collaborazione.**

**Giugno 2009**

**Te.D. – Teatro d'Impresa®**