



Istituto Zooprofilattico Sperimentale  
del Lazio e della Toscana *M. Aleandri*

## LA PRESENTAZIONE EFFICACE: COME COMUNICARE IN PUBBLICO



**4, 5 e 12 marzo 2020**

IZS Lazio e Toscana M. Aleandri  
Sede di Roma  
Via Appia Nuova 1411

**I principi della comunicazione**

A cura di *Enrica Sarrecchia*





Istituto Zooprofilattico Sperimentale  
del Lazio e della Toscana *M. Aleandri*

## Fasi di una presentazione in pubblico:

- **Inizio** —————> Decollo: **presentarsi** in maniera corretta
- **Cuore** —————> Volo: Attenzione al **linguaggio** e alla **comunicazione**
- **Fine** —————> Atterraggio: Chiudere  
ricapitolando i **concetti chiave**

Parola chiave: **EFFICACIA**





Istituto Zooprofilattico Sperimentale  
del Lazio e della Toscana *M. Aleandri*

far conoscere

informare

## Comunicazione

diffondere

trasmettere

***Communis***: mettere in comune  Entrare in ***relazione***



## Livelli di **comunicazione**

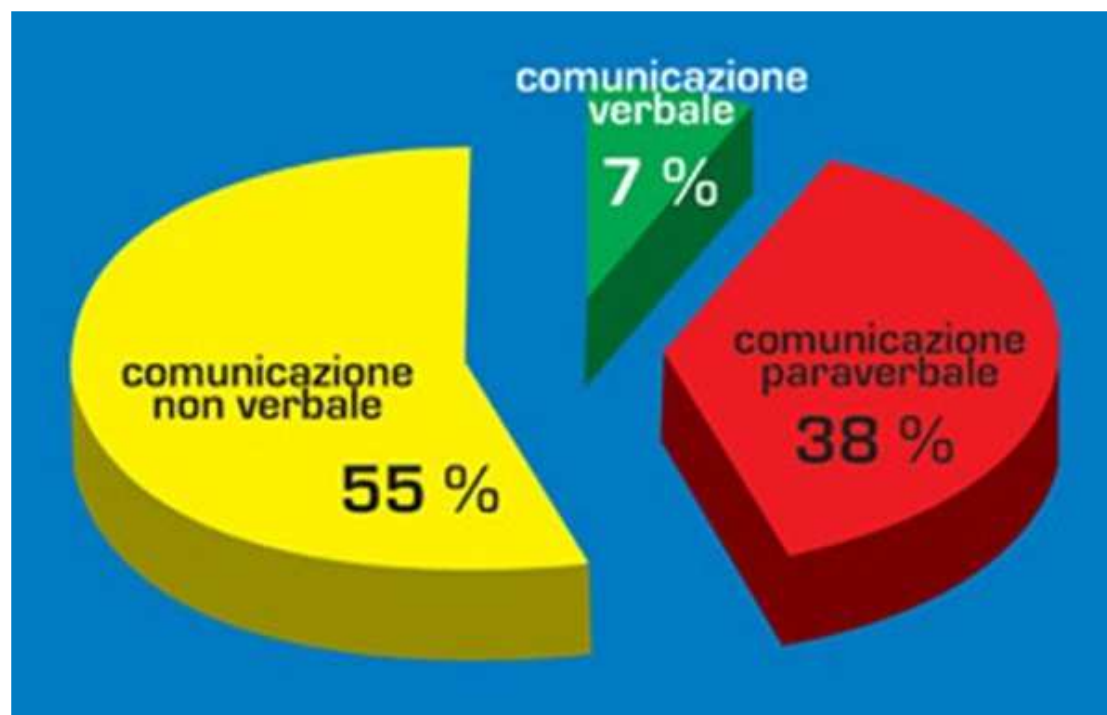
- **Verbale** → il contenuto
- **Para verbale** → l'uso della voce
- **Non verbale** → *il linguaggio del corpo*





Istituto Zooprofilattico Sperimentale  
del Lazio e della Toscana *M. Aleandri*

## L'IMPATTO DELLA COMUNICAZIONE



## Comunicazione Non Verbale

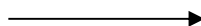
- La postura
- Le mani
- I gesti
- Il volto e la mimica facciale
- Lo sguardo
- La prossemica
- L'uso della voce





## POSTURA

Scoglio contro marea



Possesso dello spazio  
fisico





Istituto Zooprofilattico Sperimentale  
del Lazio e della Toscana *M. Aleandri*

## MANI

- **mani in tasca**
- mani dietro la schiena
- **mani alla vita**
- pollice-indice ad anello
- **sfregarsi le mani**
- autocontatti: toccare capelli, polsino, orologio, ecc.
- **tenere un oggetto in mano**





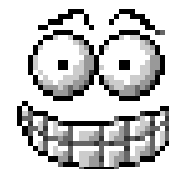
## GESTI



- **Gesti calmi:** sicurezza
- **Gesti affrettati:** inquietudine ed ansia
- **Gesti piccoli e lenti:** timidezza e prudenza
- **Gesti orientati verso il corpo:** chiusura, diffidenza
- **Gesti orientati all'esterno:** apertura, accoglienza
- Muovere nervosamente una gamba
- Braccia conserte
- Annuire
- ... *attenzione alle differenze culturali!*



## VOLTO E MIMICA



- evitare il **viso corruciato**
- **sorriso** spontaneo
- mostrare il **viso**

## LO SGUARDO



- **guardare negli occhi**: sicurezza, padronanza, accoglienza
- **sguardo basso**: insicurezza, difficoltà, disagio

- **In pubblico**: sguardi circolari verso tutti

### **Attenzione:**

- sguardo fisso nel vuoto
- leggere il proprio discorso
- leggere le slide





Istituto Zooprofilattico Sperimentale  
del Lazio e della Toscana *M. Aleandri*

## La Prossemica

### Regole di distanza sociale:

- distanza intima (0-45 cm.)
- distanza personale (45-120 cm.)
- distanza sociale (da 1 a 3 mt. circa)
- distanza pubblica (oltre i 3 mt.)



### ...e in aula?



- docente **in piedi**
- docente seduto **in cattedra**
- docente che **si muove nell'aula**





Istituto Zooprofilattico Sperimentale  
del Lazio e della Toscana *M. Aleandri*

## USO DELLA VOCE



- evitare la **monotonia**
- **tono troppo basso**: insicurezza, poca competenza
- **tono troppo alto**: arroganza, presunzione
- uso delle **pause** e delle **domande**
- controllare la **respirazione** prima di iniziare a parlare
- evitare i **“tic” linguistici**



## Linguaggio

- linguaggio **semplice e chiaro**
- linguaggio adatto all'**uditorio**
- utilizzare il **“noi”** invece del **“voi”**
- preferire i tempi al **presente** e al **futuro**
- evitare verbi che creano **“incertezza”**
- uso delle **metafore**
- parlare in **italiano**







Istituto Zooprofilattico Sperimentale  
del Lazio e della Toscana *M. Aleandri*

## Qualche regola

- Coerenza **verbale/non-verbale**
- **Ascolto** attivo
- Mantenere la **concentrazione**
- **Ricapitolare** e **Riformulare**
- **Osservare**
- Evitare di **interrompere** e di **dare giudizi**





Istituto Zooprofilattico Sperimentale  
del Lazio e della Toscana *M. Aleandri*

## Elementi di base per una comunicazione efficace

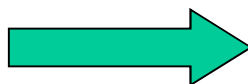
- **Destinatario:** a chi è rivolta
- **Codice:** l'insieme strutturato di «segni» → Per veicolare il contenuto
- **Canale:** il mezzo che veicola il codice prescelto

- **Attenzione alle barriere!**  
(strumentali; cognitive; emotive)



## **BARRIERE NELLA COMUNICAZIONE**

**Barriere strumentali**



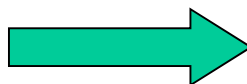
**Riguardano il canale**

**Barriere cognitive**



**Difficoltà linguistiche**

**Barriere emotive**



**Filtri selettivi**





Istituto Zooprofilattico Sperimentale  
del Lazio e della Toscana *M. Aleandri*

