



Co-funded by
the European Union

PUBLIC SPEAKING

COMMUNICATION TRAINING MODULE



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



Table of Contents

01

Introduzione

02

Il modulo nell'ambiente professionale

03

Impatti riconosciuti attraverso stereotipi di genere

04

Buone pratiche e consigli

05

Conclusioni

1. Introduzione



La comunicazione è la capacità di esprimere e interpretare concetti, pensieri, sentimenti, fatti e opinioni in forma orale e scritta (ascoltare, parlare, leggere e scrivere) e di interagire in modo appropriato e creativo in un'ampia gamma di contesti sociali e culturali; nell'istruzione e nella formazione, al lavoro, a casa e nel tempo libero.

Una delle modalità di comunicazione è la comunicazione verbale e un'abilità strettamente correlata alla comunicazione verbale è il parlare in pubblico. La retorica è il processo di trasmissione di informazioni a un pubblico e implica diverse abilità comunicative che consentono all'oratore di entrare in contatto con il pubblico. La capacità di parlare in pubblico è una qualità che aiuta i candidati a mantenere una presenza positiva, a coinvolgere il pubblico e a comunicare chiaramente le proprie idee.

Secondo il Merriam-Webster Dictionary, il public speaking, chiamato anche orazione o oratoria, è "l'atto o il processo di fare discorsi in pubblico" e "l'arte di una comunicazione orale efficace con un pubblico". Una buona oratoria è composta da tre componenti:

- stile
- sostanza
- effetto

Esistono diversi tipi di discorso in pubblico, ma cinque sono i più comuni e sono i seguenti:

- cerimoniale: per occasioni o eventi speciali
- persuasivo: di solito per invitare all'azione
- di intrattenimento: per divertire il pubblico
- informativo: per istruire il pubblico su un determinato argomento
- dimostrativo: per mostrare al pubblico come fare qualcosa.

Questo modulo riguarda il parlare in pubblico come abilità, sul posto di lavoro e in relazione alle donne nel mercato del lavoro. Tratta anche delle ragioni per cui le donne rifiutano di parlare in pubblico, degli stereotipi di genere associati a questa abilità e delle strategie, nonché dei suggerimenti e degli strumenti per sviluppare le capacità di parlare in pubblico sul posto di lavoro.



Co-funded by
the European Union



2. The module in the professional environment



Il parlare in pubblico svolge un ruolo importante nel contesto delle donne nel mercato del lavoro. La capacità di parlare in pubblico può influenzare notevolmente la capacità di una donna di avere successo e di avanzare nella propria carriera. Questa abilità comunicativa gioca un ruolo importante anche nello sviluppo della carriera delle donne, in quanto consente loro di avanzare professionalmente, esercitare influenza, espandere la propria rete, migliorare le proprie capacità comunicative e superare i pregiudizi di genere.

Migliorando le proprie capacità di parlare in pubblico, le donne possono aumentare la propria visibilità, credibilità e influenza sul posto di lavoro, aprendo la strada al successo a lungo termine e alle opportunità di leadership. Parlare in pubblico nell'ambiente di lavoro è prezioso e influente per far progredire le competenze professionali delle donne in diversi modi:

1. Rafforzare la fiducia in se stesse: il public speaking offre alle donne una piattaforma per sviluppare e rafforzare la fiducia in se stesse. Partecipando regolarmente ai discorsi in pubblico, le donne possono superare i dubbi su se stesse e la sindrome dell'impostore, riconoscendo e mettendo in luce le proprie competenze professionali.
2. Migliorare le capacità di comunicazione: parlare in pubblico migliora le capacità di comunicazione essenziali per le competenze professionali. Le donne che eccellono nel parlare in pubblico spesso diventano abili nel comunicare le proprie idee, nel presentare informazioni complesse in modo chiaro e nel coinvolgere un pubblico eterogeneo.
3. Promuovere la leadership di pensiero: parlare in pubblico offre alle donne l'opportunità di affermarsi come leader di pensiero nel loro settore. Condividendo le loro conoscenze, intuizioni e idee innovative attraverso discorsi e presentazioni, le donne possono posizionarsi come esperte nel loro campo.
4. Networking e visibilità: gli interventi in pubblico offrono alle donne preziose opportunità di networking per ampliare i propri contatti professionali e aumentare la propria visibilità. Grazie a discorsi efficaci, le donne possono attirare l'attenzione di colleghi del settore, potenziali mentori e persone influenti.
5. Sviluppo della leadership: Parlare in pubblico è un trampolino di lancio per le donne per sviluppare e dimostrare le loro capacità di leadership e le donne che eccellono in questo settore sono spesso viste come leader forti e capaci.
6. Superare i pregiudizi di genere: parlare in pubblico permette alle donne di affrontare e superare i pregiudizi di genere sul posto di lavoro. Dimostrando la loro competenza, l'esperienza e la padronanza dell'argomento attraverso il public speaking, le donne possono sfidare gli stereotipi e le idee preconcepite sulle loro capacità.

3. Impatto riconosciuto attraverso gli stereotipi di genere



Ai fini di questo progetto, è importante notare che le donne possono trovarsi ad affrontare sfide particolari quando si tratta di parlare pubblicamente nel mercato del lavoro. Queste sfide possono includere pregiudizi di genere, sindrome dell'impostore e aspettative sociali. Per superare queste barriere, può essere necessario un sostegno aggiuntivo, una formazione e delle opportunità per acquisire fiducia e sviluppare le capacità di parlare in pubblico.

Secondo Nancy F. Clark, formatrice di presentazioni da oltre trent'anni, sia gli uomini che le donne sono nervosi e colpiti quando parlano in pubblico, anche se alcuni uomini sembrano nascondere il loro nervosismo più facilmente delle donne. Esistono anche alcune ragioni per cui le donne rifiutano di parlare in pubblico, come l'idea che "non sono un'esperta, non merito di parlare", il giudizio severo del pubblico e altro ancora.

Parlare in pubblico può avere un grande impatto sullo sviluppo professionale e personale delle donne. Di seguito sono riportati alcuni esempi dell'impatto che il public speaking può avere sullo sviluppo professionale e personale delle donne e di come può aiutarle:

Crescita professionale:

- a. Avanzamento di carriera
- b. Capacità di comunicazione
- c. Sviluppo della leadership

Crescita personale:

- a. Creazione di fiducia in se stessi
- b. Autosviluppo e autoimprenditorialità
- c. Personal branding

Creare reti e influenze:

- a. Connessioni professionali
- b. Leadership di pensiero

Superare gli ostacoli:

- a. Rompere gli stereotipi
- b. Dare forza agli altri

Vi sono anche alcuni importanti vantaggi nell'essere un buon oratore pubblico, come l'aumento del coinvolgimento del pubblico, la ricezione di un messaggio chiaro da parte del pubblico, l'aumento della fiducia in se stessi, il miglioramento del pensiero critico e delle capacità di dibattito, ecc.



4. Buone pratiche e consigli



Le capacità di parlare in pubblico si sviluppano con il tempo e con la pratica, e spesso le donne devono affrontare diverse sfide come oratori. Mettendo in atto le seguenti strategie, le professioniste possono migliorare le loro capacità di parlare in pubblico, aumentare la loro influenza e fare un'impressione duratura sul posto di lavoro.

Strategie per parlare in pubblico sul posto di lavoro

Preparatevi a fondo facendo ricerche sull'argomento, organizzando i contenuti e concentrandovi sulla pratica.

Entrare in contatto con il pubblico, comprendendolo e coinvolgendolo con storie e interazioni.

Cercate il feedback e il miglioramento continuo chiedendo un feedback costruttivo e cogliendo ogni opportunità di analisi.

Sfruttate al meglio la tecnologia utilizzando supporti visivi e familiarizzando con i software di presentazione.

Date valore all'autenticità, rimanete fedeli a voi stessi e al vostro stile di discorso e abbracciate la vostra prospettiva e le vostre esperienze uniche.

Consigli utili e veloci per sviluppare le capacità di parlare in pubblico sul posto di lavoro

- Iniziare in piccolo
- Identificare il pubblico: capire le sue esigenze, i suoi interessi e il suo livello di conoscenza.
- Iniziare con le storie: incorporare aneddoti personali, storie, esempi, ecc.
- Esercitare il linguaggio del corpo e la varietà vocale: prestare attenzione al proprio linguaggio del corpo.
- Controllare il nervosismo
- Cogliete le opportunità di crescita: siate aperti a nuove opportunità di parlare, offritevi come volontari per le tavole rotonde, ecc.

Strumenti utili per sviluppare le capacità di parlare in pubblico sul posto di lavoro

- VirtualSpeech: VirtualSpeech offre piattaforme di realtà virtuale (VR) e realtà aumentata (AR) per la formazione al public speaking.
- Toastmasters International: Toastmasters è un'organizzazione educativa senza scopo di lucro che si concentra sullo sviluppo delle capacità di comunicazione e di leadership.
- TED Talks: TED Talks offre una vasta raccolta di discorsi stimolanti e coinvolgenti tenuti da oratori famosi.

5. Conclusioni



Il public speaking è il processo di trasmissione di informazioni a un pubblico e implica diverse abilità comunicative che consentono all'oratore di entrare in contatto con il pubblico. Esistono anche diversi tipi di public speaking, come quello cerimoniale, persuasivo, di intrattenimento, informativo e dimostrativo.

Parlare in pubblico è importante per la vita personale e professionale, ma le professioniste a volte devono affrontare sfide particolari, come pregiudizi di genere, critiche severe, stereotipi sociali, ecc. In generale, parlare in pubblico offre alle donne un potente strumento per migliorare la loro presenza, la loro influenza e il loro successo nel mercato del lavoro. Utilizzando queste competenze in modo efficace, le donne possono affermarsi come forti esecutrici, leader e responsabili delle decisioni nei rispettivi settori.

Il valore e l'impatto del public speaking nell'ambiente di lavoro per migliorare le competenze professionali delle donne risiede nello sviluppo della fiducia in se stesse, delle capacità comunicative, della leadership di pensiero, del networking, del potenziale di leadership, della capacità di superare i pregiudizi di genere e di incoraggiare se stesse e gli altri. Utilizzando il public speaking in modo efficace, le donne possono migliorare le proprie competenze professionali, fare carriera e contribuire a un ambiente di lavoro più inclusivo e diversificato.

Eliminare le barriere che impediscono alle donne di diventare oratori pubblici richiede uno sforzo collettivo per superare i pregiudizi di genere, fornire pari opportunità e sostegno alle donne nella sfera pubblica e creare un ambiente inclusivo che valorizzi voci e prospettive diverse. Abbattendo queste barriere, possiamo livellare il campo di gioco e permettere alle donne di rompere il soffitto di cristallo come oratori.

Mettendo in atto alcune strategie e consigli per parlare in pubblico sul posto di lavoro, come la pratica, il feedback, l'interattività, ecc. le professioniste possono migliorare le loro capacità di parlare in pubblico, aumentare il loro impatto e lasciare un'impressione duratura sul posto di lavoro.

Esistono anche strumenti o piattaforme come VirtualSpeech, Toastmasters International, ecc. che possono essere risorse preziose. La pratica costante, la ricerca di feedback e la ricerca attiva di opportunità di parlare sul posto di lavoro vi aiuteranno a sviluppare e perfezionare le vostre capacità di parlare in pubblico come professioniste.

References



- Anh Vu, Q. (2022). 5 Different Types Of Public Speaking in 2022. [online] AhaSlides. Available at: <https://ahaslides.com/blog/types-of-public-speaking/>.
- Carlton, B. (2018). Council Post: Why Women Say No To Public Speaking. [online] Forbes. Available at: <https://www.forbes.com/sites/forbesbostoncouncil/2018/10/15/why-women-say-no-to-public-speaking/> [Accessed 3 Jul. 2023].
- CFI Team (2023). Public Speaking. [online] Corporate Finance Institute. Available at: <https://corporatefinanceinstitute.com/resources/management/public-speaking/> [Accessed 30 Jun. 2023].
- Doyle, A. (2021). Important Public Speaking Skills for Workplace Success. [online] The Balance. Available at: <https://www.thebalancemoney.com/public-speaking-skills-with-examples-2059697> [Accessed 3 Jul. 2023].
- Indeed Editorial Team (2022). What Is a Public Speaking Skill? Definition and Examples. [online] Indeed. Available at: <https://au.indeed.com/career-advice/career-development/public-speaking-skill#:~:text=While%20public%20speaking%20is%20a,the%20message%20of%20the%20speech.> [Accessed 30 Jun. 2023].
- LOUISE, T. (2020). Top Public Speaking Tips For Women. [online] Magnetic Speaking. Available at: <https://magneticspeaking.com/top-women-public-speaking-tips/> [Accessed 3 Jul. 2023].
- Merriam-webster.com. (2023). Merriam-Webster Dictionary. [online] Available at: <https://www.merriam-webster.com/dictionary/public%20speaking#:~:text=1> [Accessed 3 Jul. 2023].
- Shames, D. (2017). What Holds Women Back From Becoming Strong Public Speakers. [online] Thrive Global. Available at: <https://medium.com/thrive-global/what-holds-women-back-from-becoming-strong-public-speakers-5a27f0cc6deb> [Accessed 3 Jul. 2023].
- Sherwood , M. (2018). 6 Reasons Women Need to be Confident Presenters. [online] Mel Sherwood. Available at: <https://www.melsherwood.com/blogposts/2018/3/8/6-reasons-women-need-to-be-confident-presenters#:~:text=Developing%20your%20public%20speaking%20skills> [Accessed 3 Jul. 2023].
- WomensMedia (2022). Why Public Speaking Skills Are Critical—And How To Avoid 5 Big Mistakes Women Make. [online] Forbes. Available at: <https://www.forbes.com/sites/womensmedia/2022/05/11/why-public-speaking-skills-are-critical-and-how-to-avoid-5-big-mistakes-women-make/?sh=6384ab655103> [Accessed 3 Jul. 2023].

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione [comunicazione] e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Autori

© Maggio 2023 – EBB GmnH, Step-by-Step, VAEV R&D, INDEPCIE, Skill-Up Srl., SVERONIS & SIA O.E.

Questa pubblicazione è stata realizzata con il sostegno finanziario della Commissione europea nell'ambito del programma Erasmus+. “2022-1-DE02-KA220-VET-000085146”

Caratterizzazione, condividere con lo stesso termine



tu sei libero di:

Condividere — riprodurre, distribuire, comunicare al pubblico, esporre in pubblico, rappresentare, eseguire e recitare questo materiale con qualsiasi mezzo e formato per qualsiasi fine, anche commerciale.

Modificare — remixare, trasformare il materiale e basarti su di esso per le tue opere per qualsiasi fine, anche commerciale.

Il licenziante non può revocare questi diritti fintanto che tu rispetti i termini della licenza.

Alle seguenti condizioni:

Attribuzione — Devi riconoscere una menzione di paternità adeguata, fornire un link alla licenza e indicare se sono state effettuate delle modifiche. Puoi fare ciò in qualsiasi maniera ragionevole possibile, ma non con modalità tali da suggerire che il licenziante avalli te o il tuo utilizzo del materiale.

Stessa Licenza — Se remixi, trasformi il materiale o ti basi su di esso, devi distribuire i tuoi contributi con la stessa licenza del materiale originario.

Divieto di restrizioni aggiuntive — Non puoi applicare termini legali o misure tecnologiche che impongano ad altri soggetti dei vincoli giuridici su quanto la licenza consente loro di fare.