

# TEST

## Istruzioni

Per ciascuna affermazione, fai clic sul pulsante nella colonna che meglio ti descrive. Per favore rispondi alle domande come sei realmente (piuttosto che come pensi che dovresti essere) e non preoccuparti se alcune domande sembrano portare nella "direzione sbagliata". Una volta terminato, calcola il totale con la tabella dei punteggi.

| | Mai | Raramente | A volte | Spesso | Molto spesso |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.Gli elementi visivi della mia presentazione si adattano bene alle informazioni che sto comunicando e aiutano a trasmettere il discorso. | | | | | |
| 2. Per preparare la mia presentazione, rifletto attentamente sul messaggio che voglio trasmettere | | | | | |
| 3. Prima di presentare, prendo familiarità con la stanza e lo spazio in cui parlerò | | | | | |
| 4. Pianifico e mi esercito finché non riesco a parlare in modo fluente e sono a mio agio. | | | | | |
| 5. Presumo che il mio pubblico sappia molto poco e poi fornisco loro tutte le informazioni di cui hanno bisogno | | | | | |
| 6. Utilizzo un approccio indiretto e sottile e mando un messaggio gentile al mio pubblico. | | | | | |
| 7. L'ansia mi crea stress e porta energia negativa nella mia presentazione. | | | | | |
| 8. Mi assicuro che gli organizzatori o altro personale preparino la mia attrezzatura in modo che io possa arrivare puntuale e iniziare immediatamente. | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 9. Incoraggio il pubblico a porre domande alla fine della presentazione. | | | | | |
| 10. Presto attenzione al mio comportamento non verbale, come le espressioni facciali e il contatto visivo, per assicurarmi di restare in contatto con il pubblico. | | | | | |
| 11. Utilizzo esempi per supportare le mie argomentazioni. | | | | | |
| 12. A volte le mie presentazioni durano più a lungo del previsto. | | | | | |
| 13. Se voglio persuadere un pubblico, lo faccio riflettere su come sarà il futuro se continuasse senza apportare cambiamenti. | | | | | |
| 14. Mi concentro sulla parte principale della presentazione più che sull'inizio e sulla fine, perché è lì che vengono fornite la maggior parte delle informazioni. | | | | | |

## Calcolare il punteggio

| Domanda | Mai | Raramente | A volte | Spesso | Molto spesso |
|---|---|---|---|---|---|
| **1** | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **2** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **3** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **4** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **5** | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **6** | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **7** | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **8** | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **9** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **10** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **11** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **12** | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **13** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **14** | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

**Il mio punteggio totale:** ……

## Le aree di miglioramento

| | **Punteggio totale per le domande indicate** |
|---|---|
| Comprendere il tuo pubblico (Domande 2, 5, 9) | |
| Preparazione del contenuto (Domande 6, 11, 13, 14) | |
| Parlare con sicurezza (Domande 1, 4, 7, 10) | |
| Controllo dell'ambiente (Domande 3, 4, 8, 12) | |