

Maîtriser sa voix pour s'améliorer à l'oral ou le leadership vocal

Objectifs :

Découvrir sa voix et toutes ses facettes
Prendre conscience de sa voix en tant qu'instrument de communication
Comprendre, utiliser, gérer la voix et ses caractéristiques (intonation, rythme ...)
Communiquer la bonne intention au bon moment
Adapter posture, voix et énergie en toutes circonstances (réunion, management de proximité...)
Développer congruence et empathie

Programme :

Préalable : découvrir le potentiel de sa voix ou « Comment je me voix »

- ✓ Comprendre le fonctionnement de sa voix
- ✓ Identifier ses caractéristiques et leurs impacts
- ✓ Identifier ses qualités naturelles et ses axes d'amélioration
- ✓ Mesurer les effets sur l'environnement professionnel

Savoir capter l'attention et convaincre grâce à sa voix

- ✓ L'articulation
- ✓ La respiration
- ✓ Souffle
- ✓ Le rythme : tempo et silences (gérer le rythme, dynamiser les silences, valoriser un mot)
- ✓ La modulation : utiliser l'expressivité de sa voix
- ✓ Intention versus émotions

Le "plus" : renforcer l'impact de sa voix

- ✓ Reconnaître les émotions primaires dans la voix
- ✓ Identifier l'impact de ces émotions sur l'interlocuteur
- ✓ Savoir jouer de ces émotions dans sa propre voix
- ✓ Renforcer ainsi son impact sur l'interlocuteur

Les techniques de communication orale

- ✓ Maîtriser son débit et clarifier son discours
- ✓ Mettre en confiance par son attitude physique
- ✓ Prise de parole : intéresser, convaincre, surprendre ...
- ✓ Convaincre grâce aux techniques de communication liées au contenu

Code : A173

En présentiel :

Durée : 2 jours

Prix : 990 € HT

Lieu : Paris

Liste des dates :

11 au 12 janvier
14 au 15 mars
06 au 07 juin
12 au 13 septembre
14 au 15 novembre

En distanciel :

Durée : 3 sessions de 0,5 jour et 1 heure de coaching individuel

Prix : 810 € HT

Liste des dates :

Janvier : 17 après-midi, 19 après-midi et 22 après-midi
Avril : 11 après-midi, 15 après-midi et 16 après-midi
Juin : 20 matin, 21 matin et 24 matin
Octobre : 04 matin, 07 matin et 09 matin
Décembre : 05 matin, 09 matin et 10 matin

Public concerné :

Tout public

Intervenants :

Spécialiste de la voix et de la prise de parole en public

Pré-requis :

Aucun

Techniques d'animation :

Alternance de théorie et de pratique.
Bilan vocal personnalisé.
Techniques vocales adaptées au milieu de l'entreprise.
Jeux de rôles, exercices ludiques et pratiques.
Travail de respiration et de posture.

	Enregistrements vocaux. Rétro projection commentée.
--	--