



2  
Jours

## Captiver en travaillant sa voix

dans COMMUNICATION ORALE - COMMUNICATION ORALE / Réf : EFF-COO-09

### Objectifs de la formation

- Découvrir son spectre vocal et enrichir sa voix d'harmoniques
- Adapter sa voix pour se faire entendre
- Etablir un discours plus vivant et compréhensible

### Programme de la formation

A l'issue de la formation, les participants seront préparés à :

#### Jour 1 - Matin

##### 1. Décrire le fonctionnement de la voix

- La voix comme instrument de musique
- Les cordes vocales, le souffle et les vibrations du corps
- Les caractéristiques individuelles : timbre, hauteur, tessiture

##### 2. Construire son instrument vocal

- La portée de la voix
- Les 3 niveaux de respiration (thoracique, costale, abdominale)
- La gestion du souffle
- La posture idéale et les tensions parasites

#### Jour 1 - Après-midi

##### 3. Adapter sa voix pour se faire entendre

- Le volume



- Les variations de volume et leurs effets
- La projection de la voix
- Les attaques et les finales

#### 4. Aider à la compréhension de l'auditoire

- Le rôle de l'articulation
- Les principaux défauts d'articulation

### Jour 2 - Matin

#### 5. Adapter le rythme de ses paroles

- Le déconditionnement nécessaire de l'écrit
- Le débit à adapter en fonction du contenu de son discours
- Les silences (les pauses volontaires)

#### 6. Gérer l'expressivité de sa voix

- La prosodie
- Les changements de ton selon le message à faire passer
- La scansion pour donner du relief à certains mots pour les mettre en valeur

### Jour 2 - Après-midi

#### 7. Gérer sa voix et ses émotions

- L'émotion dans la voix
- La gestion du stress qui transparaît dans la voix
- Le choix de l'émotion à véhiculer

#### 8. Gérer son discours pour être plus percutant

- La portée d'un même discours selon les voix et la conviction de l'orateur
- La répétition pour renforcer le discours et assurer une meilleure mémorisation



- Le code de ponctuation orale

## Pré-requis

Aucune connaissance préalable n'est requise pour suivre cette formation

## Public cible

Toute personne amenée à communiquer oralement et souhaitant donner un impact à ses interventions par le biais de la voix

## Pédagogie

### Méthodes pédagogiques

- Les concepts, outils, méthodes seront transmis au travers de présentations théoriques
- Pour s'assurer de la bonne assimilation des savoirs, le formateur proposera des études de cas pratiques issues ou inspirées des situations des apprenants
- Des ateliers collaboratifs en sous-groupes (workshop) pourront être mis en place afin de faciliter l'acquisition des connaissances

### Modalités d'évaluation

- Les acquis des participants seront mesurés tout au long de la session de formation
- L'évaluation privilégiera la réalisation de cas pratiques corrigés
- Elle pourra également prendre l'aspect d'un QCM ou d'un quiz
- Enfin la bonne acquisition des savoirs pourra être vérifiée par la mise en place de jeux de rôles évalués avec retours du formateur
- Une attestation de formation reprenant l'ensemble des objectifs pédagogiques sera délivrée à chaque participant à l'issue de la formation

