

# COMMUNICATION

Faire de sa voix un atout professionnel



## PUBLIC VISE

Toute personne en situation d'animation, de réunion de présentation de produits ou de management et souhaitant améliorer sa prise de parole.

## OBJECTIFS

A la fin de la formation, le stagiaire aura pris conscience de son capital vocal et de ses capacités. Il sera capable de moduler sa voix en fonction du message à faire passer, de gérer sa voix dans des conditions difficiles : stress, interventions de longue durée, de parler juste et d'être congruent et il sera capable de prendre la parole en public.

## PROGRAMME DE FORMATION

### Connaître et maîtriser sa voix pour mieux communiquer

- Connaître les principes fondamentaux du fonctionnement de sa voix : intensité, débit, articulation, modulation
- Repérer et jouer sur ses résonateurs pour modifier le timbre de sa voix
- Articuler pour bien se faire comprendre
- Reconnaître l'importance du silence et ponctuer son discours
- La respiration pour soutenir sa voix

### Comprendre les mécanismes fondamentaux de sa voix

- S'entendre soi-même et identifier son type de voix
- Connaître les principes du fonctionnement de la voix : intensité, débit, articulation, modulation...
- La respiration et « l'effet soufflée »

### Maîtriser et moduler sa voix

- Respirer efficacement en adoptant une posture naturelle
- Affiner sa diction pour être écouté
- « Emotionner » sa voix
- Tester les techniques vocales et les exercices de diction

### Apprendre les techniques de la prise de parole en public

- Jouer de l'expressivité de sa voix pour capter l'attention
- Tonifier son discours

#### Pré-requis

- Aucune connaissance particulière n'est demandée.
- Expérience professionnelle : Un mois en poste

#### Durée

- 2 jours

#### Qualification

- Attestation de formation

#### Nombre de participants

- 12 maximum.

#### Conditions matérielles

- Salle, tables et chaises,
- Mur clair pour projection,
- Tableau papier ou tableau effaçable.

#### Intervenant

- Formateur/comédien expert possédant plus de 15 ans d'expérience théâtrale

SIEGE SOCIAL: CBS

67, Avenue de Verdun – 77 470 - TRILPORT

S.A.R.L au capital de 1000 € - R.C.S MEAUX 529 138 307

E-mail : c.niclausse@cbsformation.com

- Apprivoiser le silence
- Choisir son objectif
- Comprendre le contexte et l'environnement, maîtriser les enjeux
- Réguler son émotion avant et dans l'action
- Conclure avec efficacité

Méthodologie :

Nos formateurs utilisent une pédagogie participative et différenciée.

*Participative* car nous souhaitons encourager l'autonomie, le sens des responsabilités et la coopération des stagiaires en les mettant en situation de participation, d'action et de responsabilité.

*Différenciée* car chaque stagiaire a son propre mode d'apprentissage et il est donc nécessaire de mettre en œuvre une méthodologie d'enseignement variée, diversifiée, concertée et compréhensive.

Les apports méthodologiques permettront à chaque stagiaire de mieux connaître ses réactions et ses propres mécanismes de communication orale.

Nos formateurs sont spécialisés dans la communication orale et l'improvisation théâtrale.

Cette formation se déroulera selon les principes de la pédagogie : ternaire (découvert, formalisation, application), active (techniques et jeux théâtraux : respiration, concentration, exercices de diction, mises en situations filmées, simulations improvisées, échanges entre les participants), et centrée sur l'apprenant.

PERSONNALISATION :

Sur demande, l'ensemble de ce module de formation peut être personnalisé et ajusté à votre métier ou totalement intégré dans un scénario global.

N'hésitez pas à nous challenger !