

Objectifs pédagogiques :

- Appliquer les principes physiologiques de la voix pour gagner en confort vocal.
- Expérimenter les leviers expressifs pour adapter sa voix à l'intention et à l'auditoire.
- Mobiliser la voix comme outil de communication relationnelle dans des contextes variés.
- Coordonner voix, silence, gestuelle et musicalité pour renforcer l'impact d'un message.

Public :

- Manager, chef de projet, chef d'équipe
- Téléconseiller, membre d'un service d'assistance par téléphone
- Tout public professionnel souhaitant travailler sa voix pour gagner en impact.

Prérequis :

- Avoir consulté les podcasts/vidéos d'introduction à cette journée.
- Avoir réalisé le QCM d'évaluation des connaissances fondamentales mobilisées durant cette formation.

Moyens pédagogiques et techniques :

- Pédagogie collaborative : échanges et partages d'expériences, entraînements actifs composés d'exercices individuels et collectifs, basés sur des situations pratiques, proposées par l'animateur ou les participant
- Pédagogie interactive : apports conceptuels et techniques pour répondre aux besoins de bases théoriques éprouvés par les participants
- Pédagogie active et ludique : exercices et mise en situation.
- Accompagnement pédagogique : les situations d'animation feront l'objet d'un travail d'analyse et de transposition d'objectifs d'amélioration personnalisés.

Modalités d'évaluations :

- Auto-évaluation amont et aval
- Mises en situation et retour du formateur
- Formalisation d'un Plan d'Action Individuel (PAI)

Conditions d'accès à la formation :

- Inter (minimum 6 participants)
- Nous contacter pour les adaptations particulières (handicap, secteur d'activité, public...).

Les points forts de la formation :

Une approche Blended-Learning associant des capsules vidéo et une journée expérientielle pour révéler la puissance de votre voix. Respiration, intention, gestes et silences : devenez conscient de vos leviers d'impact et gagnez en aisance dans toutes vos futures prises de parole.

Contenus :

Séquence 1 : Comprendre et préparer son instrument vocal

Objectif : Identifier le fonctionnement de la voix et les conditions nécessaires à sa mobilisation efficace.

- L'appareil vocal humain : Anatomie et fonctionnement de la voix.
- Respirer pour maîtriser sa voix : Pratique de la respiration ventrale pour la projection et la gestion de l'énergie vocale.
- Entretien et préserver sa voix : Bonnes pratiques pour préserver ses cordes vocales (échauffement, hydratation, hygiène vocale).
- Vous allez en voir 36 phonèmes : Entraînements sur la prononciation et articulation.

Séquence 2 : Poser les bases d'une voix expressive

Objectif : S'approprier les fondamentaux de l'interprétation vocale et explorer son expressivité.

- Jouer de sa voix pour trouver la bonne voie : Nuances, intentions, musicalité vocale.
- Trucs et astuces : Techniques vocales concrètes pour capter l'attention.
- Mise en situation #1 : Premiers essais vocaux sur des supports simples.

Séquence 3 : Adapter sa voix à l'environnement et à l'auditoire

Objectif : Ajuster son expressivité vocale aux contraintes spatiales, relationnelles et émotionnelles.

- Joindre le geste à la parole et la parole au geste : Synergie voix/corps pour renforcer l'impact du message.
- Adapter sa voix à son auditoire et à l'espace : Moduler la voix selon la distance, la configuration spatiale et le profil du public.
- Adapter sa voix à toutes situations : Postures vocales en contexte tendu, formel, informel.
- Dissoudre les tics de langage et anéantir la peur du vide : Travail sur les silences et les automatismes de langage.

Séquence 4 : Affirmer son impact vocal par la mise en pratique

Objectif : Renforcer l'intention et l'impact par des exercices d'interprétation et d'ancrage vocal.

- Démontrer, prouver la force, l'impact de la voix sur le sens du texte : Travail de fond sur la portée vocale.
- Comprendre la force d'un slogan par le jeu des sonorités, du relief et de sa musicalité : Utiliser rythme et voix pour convaincre.
- À vous de jouer (mise en pratique #2) : Restitution finale, mise en situation réaliste.

Ressources digitales associées :

- En amont : 2 vidéos et 2 podcasts enrichis
- En aval : 5 podcasts enrichis / 3 vidéos dont 2 d'ancrage

