

Coaching vocal

La Voix, ça s'apprend !

Perdre la voix quand on prend la parole, c'est perdre une grande partie de ses moyens. Et si ça se répète trop souvent, c'est toute la confiance en soi qui s'écroule. Ça peut aller très loin... refuser un poste, une promotion, une opportunité professionnelle pour ne pas avoir à vivre le cauchemar d'une voix qui nous échappe !

Je vous propose d'**arrêter ce cycle infernal**.

Celui qui associe vos prises de parole à la peur d'être jugé(e) ou mal compris(e), de ne pas être écouté(e) ou entendu(e), de ne plus savoir structurer vos idées et finalement de ne pas vous sentir à la hauteur.

Si vous avez tout essayé, que vous ne supportez plus votre voix... il est temps de vous en occuper !

Ils en parlent :

« Un grand merci Aline pour la qualité de votre accompagnement, du sur-mesure, dans la joie, la vivacité et l'ouverture. L'objectif de départ a été largement dépassé. » Sophie

« Mon entretien s'est bien passé ! Un peu de sourire et d'enthousiasme m'ont même permis de décrocher le poste que je convoitais. Je suis extrêmement satisfait et heureux. C'était un réel challenge pour moi. Un grand merci pour votre patience, vos conseils et votre support. Ils ont été déterminants » Thomas



Chanteuse lyrique pendant 30 ans, coach vocal et formatrice en entreprise depuis près de 20 ans, je me suis passionnée toute ma vie pour la voix. Je lui ai même consacré un essai, *La Voix de son Être* (éditions L'Harmattan, 2017), dans lequel j'apporte des pistes pour toutes celles et tous ceux qui cherchent *leur vraie voix*. Et parce que je suis aussi consultante certifiée Tomatis®, j'intègre toujours à mes coachings la dimension de l'écoute : l'écoute, ça change la voix !

La voix... ça s'apprend !

- ✓ **stabiliser** : s'appuyer sur votre corps pour trouver équilibre et solidité
- ✓ **calmer** : réguler la respiration et le débit de votre parole pour poser votre voix
- ✓ **clarifier** : organiser votre pensée pour être écouté et entendu à l'oral
- ✓ **déployer** : donner de l'énergie à vos propos pour emporter l'adhésion

Mon coaching c'est :

- **une démarche complètement individualisée** : d'abord, je vous écoute, parce que c'est vous qui savez mieux que personne ce que vous vivez ! Vous êtes unique dans votre façon de penser, de comprendre, d'intégrer, donc c'est à moi de m'adapter à votre fonctionnement et à votre rythme,
- **une méthode originale** : pour vous permettre d'être enfin à l'aise avec votre voix, nous devons aborder toutes les couches qui la composent : le corps, l'écoute, l'imaginaire, le son, le choix des mots, la relation aux autres,... ma boîte à outils est presque infinie puisque c'est vous qui allez m'inspirer !
- **de la pratique et de l'entraînement** : si vous voulez vraiment changer les choses, vous ne pouvez pas vous contenter de les penser. Je vous montre des exercices que vous pouvez refaire chez vous ; vous m'apportez des situations concrètes qui vont devenir votre terrain d'entraînement quotidien. Et nous avançons ainsi, ensemble et pas à pas, vers votre nouvelle voix...

3 forfaits pour mieux vous accompagner

- ❖ Offre **PAROLE** (5h - 4 rendez-vous - 1 mois - 990€)
pour vous apporter une solution concrète à un problème ponctuel
- ❖ Offre **VOIX** (10h - 10 rendez-vous - 4 mois - 1490€)
pour reprendre confiance en vous et changer votre voix en profondeur
- ❖ Offre **ELOQUENCE** (77h - 13 rendez-vous + parcours Tomatis® - 2990€)
pour construire une alliance durable entre votre écoute et votre voix

Mes + à moi :

- Prêt de l'appareil d'entraînement à l'auto-écoute **Forbrain®**
- Des séances en **face à face** et par **skype**
- Une **synthèse** écrite de chacune de nos séances
- Des **mini vidéos** sur demande

CONTACT : www.alinejalliet.com / Christine Giovannoni 06.62.02.32.32