

FORMATION A LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

PRENDRE LA PAROLE SANS PERDRE LA VOIX

OBJECTIFS

Gagner en efficacité dans ses prises de parole en public : présentations, réunions, conférences, congrès

- **De l'écrit à l'oral** : comment adapter son expression et s'appuyer sur le langage non-verbal
- **De la voix à l'écoute** : comment se faire entendre et capter l'attention
- **Du trac à la maîtrise** : comment préserver sa voix des enjeux émotionnels et des conditions exigeantes

CONTENU

1- De l'écrit à l'oral

S'adapter aux ces contraintes de l'oralité : ralentir, raccourcir, séquencer

L'écouter au centre des préoccupations : répéter, raconter, imaginer

Remporter le test de la cohérence : attitude, gestes, regards

2- De la voix à l'écoute

Ce qui nuit à l'écoute dans une voix / Une voix qui soutient l'écoute

S'écouter pour se faire mieux entendre : poser sa voix, gagner en graves et en résonance

Donner du corps à sa voix pour capter l'attention : stabilité, puissance, tonus, modulation

3- Du trac à la maîtrise

Ce qui nuit à la voix / Ce qui préserve la voix : anticiper, prévenir, éviter

Avant / Pendant / Après : les petits gestes qui peuvent sauver une voix

Une voix plus endurante dans des conditions exigeantes : nombre, acoustique, durée

DUREE

1 journée (9h-12h30 / 13h30- 17h)

PRE-REQUIS

Aucun

MODALITES PEDAGOGIQUES

Formation à distance type webinar avec support powerpoint

Mises en situation et exercices simples à expérimenter seul ou en binôme

Échanges entre participants et avec la formatrice

Document de synthèse envoyé aux participants à l'issue de la formation

PROLONGEMENT

Journée pratique d'approfondissement en présentiel

FORMATRICE

Aline JALLIET, chanteuse lyrique, coach de la voix, consultante formatrice et conférencière, accompagne les professionnels dans toutes les problématiques liées à la voix et à l'écoute. Elle intervient en entreprise, dans les structures d'enseignement et de formation professionnelle, auprès des comédiens et des artistes de la scène, en France et à l'étranger.

Autrice de l'essai *La Voix de son Être* en 2017, elle a fait paraître en 2020 son premier roman, *Humain-e*, aux éditions L'Harmattan.

Elle a créé avec le journaliste économique et youtubeur d'entreprise Géry Bertrande, la webserie « Comment ça voix ? » destinée à répondre aux questions des professionnels sur la voix et la prise de parole : <https://youtu.be/yEgcT2w5TzI>