

Préserver sa santé vocale

[Accueil](#) > [RH](#) > [Formation](#)

Votre voix est votre principal outil de communication et de transmission. Utilisée de manière intensive, elle est parfois mise à rude épreuve. Sans compter que les auditoires sont de plus en plus exigeants et leur attention de plus en plus volatile.

Afin de répondre à ces attentes, vous aurez besoin d'apprivoiser votre instrument vocal et son fonctionnement afin de :

- Pouvoir parler longtemps sans fatigue
- Vous faire entendre sans crier, dans tous les contextes (salle de classe, amphi, visio...)
- Développer votre autorité naturelle
- Captiver votre auditoire et rythmer vos interventions

Cette formation se déroule en deux temps, pour optimiser votre apprentissage : **une journée en collectif (7h)**, afin d'acquérir les outils techniques de la communication orale **+ une séance d'1h de coaching individuel** afin d'affiner la maîtrise de ces outils en se concentrant sur vos besoins spécifiques.

Objectif de la formation :

- Prendre conscience de l'importance de votre communication non verbale pour l'efficacité de vos interventions pédagogiques
- Connaître l'anatomie et la physiologie de la voix
- Parler longtemps et/ou fort sans se fatiguer vocalement
- Parler de manière audible, intelligible et agréable à écouter
- Savoir occuper l'espace avec son corps et sa voix
- Comprendre les ingrédients de l'autorité naturelle
- Adapter l'énergie et le ton du discours en fonction de chaque contexte
- Préparer efficacement vos interventions orales

Prérequis :

Il sera demandé en amont de la formation de préparer un pitch (brève présentation), les instructions seront envoyées avec la convocation.

Public : Enseignants et Enseignants-chercheurs

Nombre de participants : 8

Dates: Jeudi 10 novembre 2022 de 9h00 à 17h00 - Campus du Thil Amiens + 1 heure de coaching individuel en visio environ 1 semaine plus tard

Intervenante : **Madame Christine Moussot**, formatrice, coach, conférencière et auteure spécialisée dans le domaine de la voix.

Programme :

- Comprendre le poids du langage non verbal
- Le contrat orateur-public
- La posture physique et comment induire l'écoute
- La respiration et le soutien / poser sa voix
- La maîtrise du débit de parole
- L'articulation et l'intelligibilité mais aussi le dynamisme
- La projection vocale / libérer la voix / parler fort sans crier
- Les modulations vocales pour captiver son auditoire

Clôture des inscriptions: 2 semaines avant la formation. Le nombre de places étant restreint, nous vous conseillons de procéder à votre inscription le plus tôt possible.

[Fiche d'inscription](#)

[Télécharger](#)
