

Résumé de l'intervention

« Impact de la voix dans le leadership »

2 cordes vocales horizontales mises en vibration par un flux d'air sous-glottique. Ce flux est géré directement par le cerveau et ne doit pas être augmenté par une respiration volontaire. **RESPIRER = SOUFFLER**

Je ne respire pas pour parler, mais pour gérer le corps, l'émotionnel.

Ne jamais parler sur une apnée successive à une inspiration.

Toujours souffler avant de parler.

La voix résonne dans le corps, ne jamais la projeter.

Chercher l'amplification du son, la résonance, dans la cage thoracique et le long de la colonne vertébrale.

Parler c'est affirmer sa présence physique, en plus de ses idées.

La voix doit véhiculer la densité du corps. C'est le matériau qui est impactant.

Parler, c'est établir un rapport à soi

Dire, c'est établir un rapport à l'autre

L'implication physique de l'orateur (posture, gestuelle consciente) va déterminer le degré d'attention de l'auditeur.

Il est fondamental de baser l'efficacité de son allocution, autant sur la forme que sur le fond.

L'**implication** physique, dont la voix est un des véhicule, agit sur l'**attention** de l'autre.

Le **discours** agit sur l'**intérêt** de l'autre.

Prendre la parole = attirer l'autre à soi. Ne pas laisser son discours se diluer dans l'espace entre soi et l'autre.

Il est indispensable de s'entraîner à « allumer » sa voix le plus souvent possible afin de s'habituer à demander cet outil en situation d'enjeu.

Parler, c'est incarner sa pensée.

Véronique Bicheray
www.bicheray.com