



LA VOIX



ivasoundstudio.com

Comment maîtriser sa voix ?

Pour animer vos émissions, vos chroniques comme un pro, qu'est-ce qu'il vous faut ?

- Un texte structuré et une bonne présentation
- Savoir lire le texte ou l'interpréter comme si vous parliez à votre audience (ne lisez pas !) en restant vous-même, naturel et sincère, mais en respectant la règle : sourire, enthousiasme, conviction
- Un logiciel de montage audio : Audacity
- Avoir une gestuelle calme et assurée
- Parler avec passion en étant convaincu et sincère
- Et surtout savoir maîtriser votre voix ! C'est l'élément essentiel de votre animation !

Gagnez en confiance, gérez vos émotions, votre stress et votre énergie par le contrôle de votre respiration. Libérez vos poumons, tenez-vous droit.

La respiration contrôlée vous libère l'esprit et vous permet de penser plus à votre contenu qu'à la forme. Elle vous permet d'être plus rassurant, de contrôler même vos gestes et votre débit... Enfin, la respiration est la partie la plus importante pour vous aider à gagner en confiance...

La voix est le reflet de votre personnalité.

Elle part du centre de votre corps, c'est à dire votre ventre. C'est de là que partent toutes vos émotions... Si vous contrôlez cette respiration, vous contrôlez votre vie. Si vous êtes monocorde ou triste, vous montrez une image molle. Si vous êtes trop énergique et trop rapide, vous ne rassurez pas, vous survendez ! Vous pouvez faire peur. Si vous êtes stable, vous paraissez rassurant et donc crédible. Votre expertise n'est pas mise en doute si vous savez comment placer votre voix. Vous serez plus persuasif, rassurant et professionnel. Vous pouvez adoucir votre voix en faisant quelques gargarismes avec de l'eau à température ambiante, en prenant une cuillère de miel (ou un bonbon au miel) avant l'enregistrement ou le direct.

75 % de l'impact de **votre message** dans les 30 premières secondes dépend de votre voix et de votre manière de parler.

D'après une étude scientifique menée par un psychologue de renom aux Etats-Unis, Albert MERHABIAN, on a pu estimer que seulement 7 % de la communication était véhiculée par les mots.

38 % le seraient par les aspects analogiques de la voix (timbre, volume, intonation, rythme).

Et 55 % par le langage corporel (gestes, postures, expression faciale). L'expression faciale n'est pas à négliger en radio.

Les mots ne sont qu'une minime partie de nos messages.

Et dans les 30 premières secondes d'un speech, c'est votre voix qui, associée aux gestes et au langage non verbal, influence le jugement positif ou négatif de votre audience... Même à la radio.

Imaginez quand vous êtes au téléphone : votre voix représente 90 % de l'impact de votre message.

Vous devez sourire, même pendant un enregistrement radio. Le sourire s'entend quand vous parlez.

Quand vous **maîtrisez votre voix**, vous savez comment être plus convaincant et sincère pour influencer positivement vos prospects. Vous savez comment interpréter votre texte en étant naturel et sans avoir l'air de le lire... Vous savez comment changer de rythme pour relancer l'attention de votre audience. Vous parlez moins vite, vous savez sourire sur mesure et comment magnifier les mots en leur donnant un sens réel. Vous savez prendre du recul sur le texte et gérer votre intention clairement.

Encore une fois, vous restez focalisé sur votre contenu, pas sur votre forme. Vous êtes détendu et en accord avec vous-même, vous avez l'habitude de vous entendre.

Comme vous avez confiance en votre contenu et votre expertise, vous êtes convaincu et vous parlez sincèrement à votre public.

Vous savez interpréter votre texte sans donner l'impression de le lire comme un robot.

La maîtrise de votre voix donnera une image positive et dynamique de vous-même et de votre entreprise, de votre blog, site ou autre...

Vous serez transformé et vos présentations seront plus efficaces.

Fini les « heu » et les « hum hum donc » et les présentations molles et sans saveurs car vous vous assumerez avec vos forces, vos qualités et vos défauts... Et surtout, vous êtes un acteur. Peu importe que vous ayez passé une sale journée, vous devez quoi qu'il arrive, sourire au micro. Le micro est votre ami. Vous devez apporter de la chaleur aux auditeurs.

Vous connaîtrez **les techniques vocales** nécessaires pour être précis, pour bien articuler et pour jouer de votre propre charme...

Vous ne vous laisserez plus déstabiliser par le micro, vous serez plus décontracté, plus stable et serein.

En fait, vous n'essayerez plus d'être, vous serez tout simplement.

N'hésitez pas à exagérer votre bouche quand vous parlez. Agrandissez la pour parler face au micro. Vous articulerez mieux et serez plus clair pour vos auditeurs. Entraînez-vous avec quelques exercices de diction (cf ci-dessous).

Pour conclure, voici ce que vous devez retenir.

Trouver et comprendre votre voix intérieure vous permet de :

Contrôler vos peurs

Vous concentrer sur l'essentiel, c'est à dire, VOUS et sur ce que vous avez à dire.

Si vous maîtrisez votre respiration, vous maîtrisez votre voix.

Vous serez alors plus à l'aise pour vous concentrer sur votre contenu, vous affirmer et vous exprimer en toute confiance devant un micro.

Voici quelques exercices de diction. Le but est d'apprendre à mieux articuler, et à gérer sa respiration.

Répétez ces quelques phrases plusieurs fois chacune, lentement, puis le plus rapidement possible sans vous trompez, ou recommencez jusqu'à les prononcer sans faute et de manière audible et articulée.

N'oubliez pas les liaisons. Vous trouverez facilement d'autres exercices de diction sur le net.

– Je veux et j'exige d'exquises excuses.

– Un ange qui songeait à changer son visage pour donner le change, se vit si changé, que loin de louer ce changement, il jugea que tous les autres anges jugeraient que jamais ange ainsi changé ne rechangerait jamais, et jamais plus ange ne songea à se changer.

– Ciel ! Si ceci se sait, ces soins sont sans succès.

– Lise et José, lisons ensemble et sans hésiter les usages des honnêtes indigènes de Zanzibar.

– Bonjour madame Sans Souci, combien sont ces six cent six saucissons-ci ? Ces six cent six saucissons-ci sont six sous. Six sous, ces six cent six saucissons-ci ! Si ces six cent six saucissons-ci sont six sous, ces six cent six saucissons-ci sont trop chers.

– A califourchon sur son canasson un bachi-bouzouk achète un vieux bouc à six mamelouks assis dans un souk.

– Un jour Kiki la cocotte demande à Coco le concasseur de cacao de lui offrir un caraco kaki avec un col de caracul. Coco le concasseur de cacao voulu bien offrir à Kiki la cocotte le caraco kaki mais sans col de caracul. Or vint un coquin qui conquiert le coeur de Kiki la cocotte. Il offrit à Kiki la cocotte le caraco kaki avec le col de caracul ! conclusion : Coco le concasseur de cacao fut cocu.

– La pie niche haut, l'oie niche bas, mais où niche l'hibou ? L'hibou niche ni haut, ni bas, l'hibou niche là.

– Supercalifragilistique expialidocious, Supercalifragilistique expialidocious, Supercalifragilistique expialidocious...

– César laisse, un soir, sécher chez Sachée, sur son sachet, ses six chaussettes et ses chaussons saucés.

– Un pâtissier pâtissait chez un tapissier qui tapissait. Le tapissier qui tapissait dit au pâtissier qui pâtissait : «Pourquoi, pâtissier, viens-tu pâtisser chez un tapissier qui tapisse ?». Le pâtissier qui pâtissait répondit au tapissier qui tapissait : «Un pâtissier peut aussi bien pâtisser chez un tapissier qui tapisse, qu'un tapissier peut tapisser chez un pâtissier qui pâtisse.

– Le Dalaï Lama a la dalle à Lima et casse la dalle à Dallas. Du Lima au Mali et du Mali au Lima il lit mal, le Dalaï Lama. La lame de la lime limant l'aimant qui le lie à la lie de l'ami de Lima qui l'aima qui l'eut dit : c'est dali en lama l'ami du Dalaï Lama de l'Himalaya.

– Tonton toto, ton thé t'a t-il ôté ta toux? Tout étant à tenter, toto, pour que tout aille, ta tante et ton tonton t'ont ôté tour à tour, ta toque et ton tutu, atout de ta beauté...tant tentant son ton teint et ta tête et ta taille !

– Sage chasseur âgé aux yeux chassieux, sachez chasser sans chien chose aisée, ce chat chauve caché sous ces six chiches souches de sauge sèche.

– C'est l'histoire d'un gars qui s'appelle Paul, qui meurt de froid en pleine région polaire, dans un amas de vêtements divers et décolorés, recherchant vainement une pierre précieuse avec un outil inapproprié, alors que sa fiancée tarde à lui téléphoner depuis sa voiture allemande. Moralité : Paul se pèle au pôle dans une pile de pulls et de polos pâles. Pas plus d'appel de la poule en Opel que d'opale dans la pelle à Paul.

– « Voilà ! Vois en moi l'image d'un humble vétéran de vaudeville, distribué vicieusement dans les rôles de victime et de vilain par les vicissitudes de la vie. Ce visage, plus qu'un vil vernis de vanité, est un vestige de la vox populi aujourd'hui vacante, évanouie. Cependant, cette vaillante visite d'une vexation passée se retrouve vivifiée et a fait vœu de vaincre cette vénale et virulente vermine vantant le vice et versant dans la vicieusement violente et vorace violation de la volition. Un seul verdict : la vengeance. Une vendetta telle une offrande votive mais pas en vain car sa valeur et sa véracité viendront un jour faire valoir le vigilant et le vertueux. En vérité, ce velouté de verbiage vire vraiment au verbeux alors laisse-moi simplement ajouter que c'est un véritable honneur que de te rencontrer. Appelle-moi V. » – Citation de V pour Vendetta.

