

LES SECRETS D'UNE BONNE **DICTION**

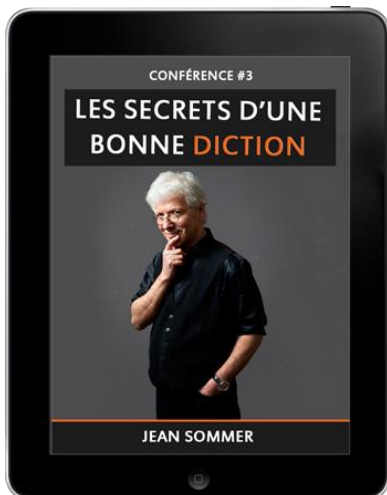
Bienvenue

Dans cet atelier conférence en vidéo, vous allez apprendre à maîtriser les règles cachées **d'une diction vivante et captivante**. Une diction qui accroche l'oreille.

En effet il ne suffit pas de savoir bien énoncer son message... Il faut surtout le rendre **attrayant, rythmé, varié, coloré**. S'affirmer avec précision et empathie.

Votre diction est le reflet direct de votre personnalité.

Cet enregistrement a été réalisé en direct, en interaction avec les participants présents en ligne qui faisaient les exercices et posaient leurs questions.



Objectifs

- ☛ **Faire autorité** par la parole
- ☛ **Accrocher l'attention** sans forcer
- ☛ Avoir une **expression convaincante**
- ☛ Avoir les outils d'un discours rythmé et structuré
- ☛ Associer le mot, le visage et le geste pour convaincre

Télécharger le cours complet
47 euros



Structure et contenu

Vidéo 1 – 23' 10 –

DICTION ET COMMUNICATION

- ☛ La diction – Votre signature vocale
- ☛ Les questions à vous poser sur l'efficacité de votre expression
- ☛ Comment êtes-vous perçu par les autres ?
- ☛ Quel type de diction : incertain ? Affirmé ? Hésitant ? Flou ?...

- ☛ Construire une diction claire et tonique

Vidéo 2 – 10' 47 –

PETITS ÉCHAUFFEMENTS

- ☛ Avoir un visage expressif et ouvert
- ☛ L'Échauffement indispensable
- ☛ La détente de la mâchoire, clé d'une parole fluide
- ☛ Détendre les lèvres et la gorge (larynx)
- ☛ ☐Le sourire qui réchauffe

Vidéo 3 – 11' 47 -

LA RESPIRATION DE DICTION

- ☛ ☐Le secret d'une bonne respiration de soutien.
- ☛ ☐☐Souplesse et tonicité dans la gestion des émotions
- ☛ ☐☐La part du mental dans la maîtrise de la respiration
- ☛ ☐La vision de la colonne d'air, en soutien de l'élocution

Vidéo 4 – 18' 02 –

PLACEMENT DES VOYELLES

- ☛ Définir les sons de la parole : voyelles et consonnes
- ☛ ☐Les voyelles : musicalité et modulation
- ☛ Les voyelles : affirmation de sa puissance vocale
- ☛ Les voyelles qui donnent de la couleur à notre parole

Vidéo 5 – 17' 25 –

CONSONNES ET VIRELANGUES

- ☛ Les Consonnes : définition et efficacité (autorité / pouvoir)
- ☛ Exploration musculaire de l'attaque en bouche de chaque consonne
- ☛ Training tonique sur une liste de mots
- ☛ ☐Un exercice efficace : le crayon.
- ☛ ☐Le phrasé qui fait la différence (impact de la parole)

**Télécharger le cours complet
47 euros**

TEMOIGNAGES

Super formation comme d'habitude Encore merci. Maintenant il ne reste plus qu'à pratiquer un peu chaque jour. Ce sont des choses qu'on devrait apprendre à l'école mais bon passons. En tout cas, il n'est jamais trop tard pour apprendre et prendre de bonnes habitudes. Tam

*Une conférence dynamique très utile et très intéressante. Merci
Grâce à la conférence, j'ai pu apprendre à sentir ma voix, les voyelles et consonnes. Trouver des exercices intéressants pour se préparer à prendre la parole et se détendre. De plus, je trouve que c'est ludique et pratique. Je dois prendre la parole devant 300 personnes la semaine prochaine et ça me rassure. Bastien MARTIN*

