

# LA VOIX DU LEADER

## PROGRAMME DE DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES POUR L'EXPRESSION ORALE DE SON LEADERSHIP



**Jean SOMMER**

Jean Sommer est coach de la voix et de la prise de parole en public. Il intervient pour les entreprises et les particuliers. Il conseille les cadres et les dirigeants dans leurs prestations orales ou leur propose un suivi sur mesure dans leur ascension jusqu'au plus haut sommet de la hiérarchie ou de l'état.

### Quelques références

Radio France, SNCF, Disney, MMA, Ag2r, Ministère de la Justice, Crédit Mutuel, Bouygues, les Mines, Club Med. Iliad, Xavier Niel...

Il est intervenu dans les médias pour : Le Monde, France Culture, Le Point, RTL, Eur1, Challenges, Le Parisien.

## Objectifs pédagogiques

### Public

Vous êtes cadre, manager, chef d'entreprise, ingénieur, responsable de service ou de département, vous avez à cœur d'améliorer votre expression orale pour la prise de parole en public.

Vous êtes attendu sur votre capacité à incarner une posture, une représentation, un leadership.

**Je vous accompagne personnellement.**

### Objectifs

- ✓ Incarner son autorité naturelle avec une voix qui porte sans forcer
- ✓ Cultiver une élocution confortable pour soi et pour l'écoute
- ✓ Se défaire des défauts parasites : débit rapide / monotonie / voix perchée / respiration contrariée...
- ✓ Étoffer sa voix en activant les fréquences graves de la résonance osseuse
- ✓ S'approprier l'espace physique et acoustique (avec ou sans micro)
- ✓ Assumer sa posture de leader, élever sa valeur perçue
- ✓ Gérer ses émotions au service d'un meilleur vécu avec le public
- ✓ Maîtriser son image en ligne, en visio, en vidéo...
- ✓ Adapter la structure de son pitch au sujet traité et au public concerné

**Prérequis** - Aucun

**Durée** – 12 heures échelonnées sur 1 mois « intensif »  
+ 6 mois de veille. Disponibilité d'écoute et de conseil.

**Tarif** – 3200 euros HT

**Modalité d'accès** : Par prise de RDV  
**Accompagnement individuel**

### Planning

- Première partie : la demi journée en présentiel (4 heures)
- Deuxième partie : les RDV qualifiés en distanciel (8 heures)
- Troisième partie : la veille de 6 mois

Planning établi d'un commun accord

# LA VOIX DU LEADER

**Jean SOMMER**  
se fonde sur une  
pratique de plus  
de 20 ans.

## Pédagogie

Sa méthode à l'intention des leaders est plus qu'une compilation de techniques. Elle demande un véritable engagement. Elle est une expérience vécue.

Cette pédagogie utilise les outils de la scène et l'expérience du coach vocal au service des meilleurs. PDG, Cadres, Entrepreneurs...

Elle s'inscrit dans une ambition haute et sur la durée pour aboutir à la transformation.

Dans le respect des valeurs de la personne : authenticité, alignement et pouvoir.

## Conditions pratiques



- ✓ La salle est réservée par le formateur



- ✓ Un livret pédagogique est remis à chaque participant



- ✓ Chaque leçon en vidéo est enregistrée et disponible sans limite de temps pour le stagiaire

## Programme

### Première Partie : La demi-journée en présentiel (4h)

Durant la première rencontre en présentiel nous établissons ensemble, le contenu et le déroulé de la formation.

#### A partir d'un état des lieux :

- ✓ Les attentes / les défis / les non-dits
- ✓ Le niveau de connaissance ou de pratique de la prise de parole
- ✓ La qualité de l'expression actuelle : élocution, phrasé...
- ✓ Les formats, les situations de prise de parole (conférences / pitch / exposés...)

#### Une mise en pratique. Techniques appliquées

- ✓ La voix : Libération de la puissance. Placement des sons.
- ✓ L'élocution : diction / modulation / intonation / phrasé
- ✓ Les qualités structurelles : posture et respiration
- ✓ La dimension corporelle : gestuelle et prise de l'espace / charisme
- ✓ Les qualités interactives : relation avec le public
- ✓ La posture de leader : confiance / légitimité / rayonnement

Une vidéo est produite qui servira ensuite de base de comparaison pour la suite du déroulement en ligne.

### 2ème partie : les rendez-vous qualifiés (1h)

Nous avons établi ensemble un **planning de rendez-vous en ligne** sur un mois. A raison de **deux séances Zoom** par semaine. Soit 8 séances d'1h.

Chaque séance consiste à mettre en place un exercice simple. Facile à appliquer et progressif. Le but est de créer une pratique au quotidien, pour l'inscrire dans la durée jusqu'à en faire une routine.

#### A partir :

- ✓ Des exercices repris de la première demi-journée
- ✓ Des exercices extraits du livret
- ✓ Des exercices spécifiques en rapport avec l'avancée du stagiaire
- ✓ Des mises en pratiques pour des actions réelles. Prise de parole / Vidéo / exposé / pitch...

Une première rencontre en direct permet d'établir le contact et de faire un diagnostic.

Une vidéo est produite qui servira ensuite de base de comparaison pour la suite du déroulement en ligne.

# LA VOIX DU LEADER

## Accessibilité

Les personnes qui rencontreraient des difficultés pour cause de situation de handicap, même léger, même provisoire, sont priées de bien vouloir nous consulter au moment de leur inscription, afin de nous permettre d'évaluer ensemble un dispositif d'adaptation de notre formation. Lors de sessions en présentiel, nous disposons d'une salle accessible aux personnes à mobilité réduite. Merci de nous avvertir pour que nous puissions la réserver.

En cas de situation de handicap, merci donc de le signaler et remplir l'annexe accessibilité avec le lien ci-dessous : <https://jean-sommer.fr/wp-content/uploads/2022/01/annexe-accessibilite.pdf>

## Modalités d'évaluation

- ✓ **Avant de commencer.** Questionnaire de prise de contact
- ✓ **A la fin de la formation :** questionnaire d'auto-évaluation.
- ✓ **Vidéo** en début et en fin de formation.

## En résumé

*Cette formation est elle faite pour moi ?*

### Vous avez l'impression que :

- ✓ Votre voix ne porte pas, vous manquez de puissance
- ✓ Ou bien ce n'est pas la puissance mais ce ton monocorde qui génère l'ennui
- ✓ Quand vous haussez le ton la voix devient criarde
- ✓ Vous êtes sûr(e) de pouvoir faire beaucoup mieux... D'impacter plus ! Mais comment ?

### Vous aimeriez que :

- ✓ Donner à votre posture la prestance et le charisme d'un leader naturel
- ✓ Maîtriser votre voix au service d'une écoute confortable et qualifiée qui donne envie de vous suivre ou de vous acheter
- ✓ En quelques jours, élever la qualité de vos prestations orales : pitch, présentations, conférences...

Si ce n'est pas déjà fait

## Je prends rendez-vous

<https://jean-sommer.fr/formation-voix-du-leader/>



SARL - LA VOIX DEBOUT - JEAN SOMMER -

14 rue Duhesme - 75018 Paris - 06 15 93 78 01 - [contact@lavoixdebout.com](mailto:contact@lavoixdebout.com)

RCS Paris - NAF 8559A - TVA intracommunautaire : FR 54 482 732 930

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro **11 75 398 60 75** auprès du préfet de la région d'Ile de France.

La VOIX DEBOUT - Jean SOMMER est certifié Qualiopi depuis le 21/01/2022 dans la catégorie Actions de Formation