

Et vous, où en êtes-vous avec votre voix ?

Merci d'avoir téléchargé le test VOIX

Depuis combien de temps vous n'osez pas prendre la parole en public, persuadé que votre voix n'est pas belle ?

Il vous est alors difficile de faire passer vos messages malgré leur pertinence.

Qu'avez-vous fait pour résoudre ce problème ?

Si vous êtes vraiment décidé à vous réconcilier avec votre voix :

- à la mettre au service de votre quotidien professionnel
- à prendre toute votre place dans un groupe

nous vous invitons à répondre aux 10 questions du test page suivante.



Indiquez votre degré d'accord ou de désaccord avec les propositions suivantes (notez le nombre de points dans la case correspondante à votre choix)

| | | Pas du tout (1 point) | Pas vraiment (2) | Oui, je pense (3) | Oui certainement (4) | Oui parfaitement (5) |
|-----------|--|--------------------------|---------------------|----------------------|----------------------------|----------------------------|
| 1 | Connaissez-vous les capacités de votre voix ? | | | | | |
| 2 | Connaissez-vous l'effet qu'elle produit sur votre public ? | | | | | |
| 3 | Avez-vous remarqué que votre voix peut être différente selon les circonstances ? | | | | | |
| 4 | Pensez-vous la maîtriser en toutes circonstances ? | | | | | |
| 5 | Savez-vous identifier les attitudes et postures qui pénalisent l'émission du son ? | | | | | |
| 6 | Est-ce facile pour vous de gérer votre souffle ? | | | | | |
| 7 | Vous faites-vous entendre lorsque vous avez un message à faire passer à votre auditoire ? | | | | | |
| 8 | Connaissez-vous les différentes techniques qui réduisent l'impact de vos émotions sur votre voix ? | | | | | |
| 9 | Connaissez-vous les trois éléments qui donnent de l'énergie à votre voix ? | | | | | |
| 10 | Vous mettez-vous en condition avant toute intervention ? | | | | | |
| | TOTAL par colonne | | | | | |

Total général :

Découvrez vos résultats

De 10 à 22 points : Niveau 1 **Effacé**

Persuadé que votre voix n'est pas belle, vous ne prenez la parole en public que lorsque vous y êtes contraint(e). Trop timide pour vous affirmer, vous parlez d'une voix sourde et monocorde. C'est alors très difficile pour vous de vous faire entendre et de faire passer vos messages.

De 23 à 32 points : Niveau 2 : **Prise de conscience**

Votre rôle vous impose aujourd'hui d'animer des réunions auprès de vos équipes. Envahi par les émotions, votre voix peut vous trahir. Le souffle vous manque, vos propos ne sont pas toujours audibles et vous parlez d'une voix saccadée.

De 33 à 42 : Niveau 3 : **Posé**

Vous avez gagné en confiance et parlez d'une voix posée. Vous connaissez bien les sujets que vous exposez, pourtant, vos auditeurs sont parfois distraits et vous perdez l'attention de certains d'entre eux.

De 43 à 50 : Niveau 4 : **Confiance**

Vous parlez avec aisance, vous restez concentré et atteignez ainsi vos objectifs auprès de votre auditoire. Toutefois, vous allez devoir intervenir devant un public plus important et vous devez vous assurer que celui-ci restera attentif.

Pour maîtriser et prendre de l'aisance avec votre voix, développer votre charisme, prendre votre place et optimiser vos interventions auprès de vos clients et de vos équipes, contactez-nous pour rejoindre notre prochaine session de formation.

Utilisez le formulaire de contact du site [mavoixcmoi](http://mavoixcmoi.com) ou bien appelez-nous dès maintenant aux N° indiqués :

Odile Capra 06 20 79 24 42 - Catherine Launay 06 87 14 89 80