

# Donner du relief à sa parole

*Ou se faire comprendre encore mieux !*

Un message oral comporte 20% de verbal (les mots) et 80% de non-verbal (la voix, la gestuelle, les mimiques et le regard) !

## Le verbal (les mots)

- Bien les choisir, avoir du vocabulaire ;
- Bien les organiser (syntaxe, logique, cohérence...)

## Le non-verbal :

### La voix

- Le volume (fort, moyen, faible) ;
- La hauteur (aigue, médium, grave) ;
- Le débit (rapide, moyen, lent) ;
- Le rythme (les variations du débit) ;
- L'articulation (claire, déformée) ;
- L'intonation (les variations de la hauteur) ;
- Les pauses, les silences ;
- La respiration (lente, rapide, saccadée).

### La gestuelle

- Les mains, les pieds, le corps, la tête.

### Les mimiques et le regard

- Les mouvements du visage : la bouche et les yeux.

Pas besoin de mots pour comprendre :

