**Fiche d'exercices sur la communication non verbale**

**Exercice sur la voix et le ton - Sentiments**

1. Sentiment de doute
2. Sentiment d’exaspération
3. Sentiment de bonheur
4. Sentiment de colère
5. Sentiment d’inquiétude
6. Sentiment de confusion
7. Sentiment de questionnement
8. Sentiment de sarcasme
9. Sentiment de surprise

10. Sentiment de tristesse

**Exercice sur la voix et l’intonation – Sincère ou non ?**

**Déclaration**

1. Magnifique, tout simplement magnifique.
2. Je le savais.
3. C'est un beau manteau.
4. Tu n'as pas changé du tout !
5. Tu as cuisiné ça toi-même ?
6. C'est un enfant si charmant.
7. Bien sûr, ce n’est pas toi qui l’as fait
8. Je m’y mets tout de suite.
9. Oui, je te crois.
10. Passe une bonne journée.
11. Vous plaisantez, ça a l'air tellement vrai.
12. Merci de votre appel.
13. Je vous rappelle demain.
14. Tu as reçu une augmentation ?
15. C’est une super idée.
16. Bien entendu.
17. Je suis sûr qu’il peut le faire.
18. Excusez-moi !
19. Allons déjeuner.
20. Vraiment ? J'ai toujours voulu en avoir un.
21. Un autre morceau de gâteau ?
22. Comme c'est gentil !
23. Félicitations !
24. Elle a vraiment le sens de la formule.
25. Oui, c'est vrai.
26. Quelle voix !

**Exercice de lecture**

1. Issue de cinq mille gorges, une unanime clameur jaillit.

Elle roule dans la vallée, elle fait frémir les verts taillis,

Elle percute le flanc des montagnes, résonne dans les vallons

Car Casey, le grand Casey va s’avancer au bâton.

Élégant, très à l’aise Casey marche et prend position.

Il sourit, assure une pose de complète décontraction,

Ajuste son couvre-chef sous un tonnerre d’acclamations.

Plus de doute dans le moindre esprit : Casey est au bâton.

*Casey at the bat*,Ernest Lawrence Thayer

2. Il y a un temps pour tout, un temps pour toute chose sous les cieux.

Un temps pour naître, et un temps pour mourir ; un temps pour planter, et un temps pour tuer, et un temps pour guérir ; un temps pour abattre, et un temps pour bâtir ;

Un temps pour pleurer, et un temps pour rire ;

Un temps pour se lamenter, et un temps pour danser.

*Ecclésiaste 3:1-8*

3. Un optométriste explique à un nouvel employé comment facturer un client. « Pendant que vous ajustez ses lunettes, s’il demande combien elles coûtent, dites “75 dollars”. Si ses yeux ne clignent pas, dites “Pour la monture. Les verres sont à 50”. S’il ne bronche toujours pas, ajoutez “Chacun”. »

*Mamie Brown*

4. Avec une célérité née d’une longue pratique, elle rassembla tout l’attirail nécessaire : vases, eau, pique-fleurs. « Si seulement nous pouvions avoir des lys », se dit Bunch. « J’en ai tellement marre de ces chrysanthèmes miteux ».

*The Idol House of Astarte,* Agatha Christie

5. Nous irons jusqu’au bout, nous nous battrons en France, nous nous battrons sur les mers et les océans, nous nous battrons avec toujours plus de confiance ainsi qu’une force grandissante dans les airs, nous défendrons notre Île, quel qu’en soit le coût, nous nous battrons sur les plages, nous nous battrons sur les terrains d’atterrissage, nous nous battrons dans les champs et dans les rues, nous nous battrons dans les collines ; nous ne nous rendrons jamais.

*Discours prononcé par Winston Churchill le 4 juin 1940   
 à la Chambre des communes*

6. Les bois sont jolis, sombres et profonds.

Mais j’ai des promesses à tenir,

Et des kilomètres à parcourir avant de dormir,

Et des kilomètres à parcourir avant de dormir.

*Stopping by Woods on a Snowy Evening*, Robert Frost

7. Ma fille de six ans dessinait sur le siège arrière de la voiture. « Maman, voici une photo de toi », dit-elle en tendant à ma femme un dessin au crayon, avant d’ajouter : « Attends, j’ai oublié les oreilles. ». Puis, après une courte pause : « Finalement, c’est pas grave. Tu n’écoutes pas de toute façon ! »

Philip Coleman

8. Les responsables de la défense civile ont ramené vendredi à sept le nombre de personnes décédées en raison du fort tremblement de terre qui a secoué le centre de l’Équateur. Selon un porte-parole de cet organisme, ses agents auraient jusqu’à présent confirmé moins de la moitié des 19 morts initialement signalés.

*Ottawa Citizen*

9. Mes nerfs étaient hypertendus quand le vent froid, de vastes espaces sombres et nus de chaque côté de la route étroite m’avertirent que nous étions sur la lande. Chaque tour de roue, chaque foulée de nos chevaux nous rapprochaient de la conclusion de notre aventure.

*Le chien des Baskerville,* Arthur Conan Doyle

1. Guenièvre, debout, contemplait cette vision si belle qu’elle semblait presque irréelle. Un large lac d’argent brillait à la lueur d’une lune croissante. Émergeant de l’eau sur la rive opposée, les tours de la ville de Camelot scintillaient de mille feux.

*First Knight*, Elizabeth Chadwick

11. En route vers la jungle pour son premier safari, le visiteur canadien était sûr de pouvoir faire face à n’importe quelle urgence. Il se rapprocha du guide indigène expérimenté et déclara d’un air suffisant : « Je sais que le fait de porter une torche éloigne les lions. » « C’est vrai », lui répondit le guide. « Cependant, tout dépend de la vitesse à laquelle vous portez la torche. »

*Reader’s Digest*

12. Parfois, la pioche frappait le roc avec tant de force que des étincelles jaillissaient et qu’une onde de choc remontait le long du manche et lui vibrait dans les mains.

Il sentait que des ampoules étaient en train de se former sur ses paumes, et cela lui était égal ; pourtant, en temps ordinaire, il était, comme beaucoup de médecins, excessivement soucieux de l’état de ses mains.

*Pet Sematary*, Stephen King

13. Au fond d’un trou vivait un hobbit. Non pas un trou immonde, sale et humide, rempli de bouts de vers et de moisissures, ni encore un trou sec, dénudé, sablonneux, sans rien pour s’asseoir ni pour se nourrir : c’était un trou de hobbit, d’où un certain confort.

*The Hobbit*, J.R.R. Tolkien

14. Il était environ huit heures et le soleil s’était couché. Quoique l’atmosphère fût toujours étouffante, il aspirait avidement l’air poussiéreux,

empoisonné par les exhalaisons pestilentielles de la ville. Il éprouvait un léger vertige ; ses yeux enflammés, son visage amaigri et livide exprimaient soudain une énergie sauvage.

*Crime et châtiment*, Fiodor Dostoïevski