



*Christine
Abadie
coaching
individuel*

COMMENT TRAVAILLER SON VOCABULAIRE ?

Notre façon de communiquer détermine qui nous sommes et révèle l'univers dans lequel nous évoluons. Enrichir son vocabulaire permet de mieux s'exprimer tant à l'oral qu'à l'écrit, de se cultiver et facilite nos relations avec les autres.

« Quel que soit votre dominante sensorielle, vous pouvez à chaque instant travailler votre vocabulaire »

Communiquer...

Transmettre des informations, vendre un produit ou un service, raconter une histoire, inciter à l'action, débattre ou encore convaincre nécessitent l'utilisation d'un vocabulaire étoffé. Manier les bons mots facilite et précise grandement la communication qu'elle soit sous la forme orale ou écrite. Encore faut-il posséder un vocabulaire suffisamment riche pour éviter les répétitions. Et cela se travaille. Que vous ayez 20 ans ou 80 ans, il est toujours possible d'enrichir son vocabulaire. C'est une question d'entraînement.

Quelque soit la profondeur et l'intelligence de votre contenu, les « euh », « genre », « donc », « en fait », « alors » à répétition, vont polluer votre communication, empêcheront définitivement la bonne compréhension de votre message et témoigneront d'une sémantique pauvre et sera associé à un manque de culture. Diversifier son vocabulaire permet d'écrire et de parler avec plus de facilité. Mais aussi de renouveler les verbes pauvres qui sont majoritairement utilisés tels que les verbes être, faire et avoir que l'on utilise à toutes les sauces. Par exemple : Je fais à manger sera remplacé par je cuisine, ou encore on veut partir en Guadeloupe cet hiver gagnera en clarté et en élégance en utilisant : on planifie de partir en Guadeloupe cet hiver. La langue française est une des plus riches au monde et en connaître ses subtilités permet de raviver son vocabulaire.

Rappelons que nous choisissons notre langage lors de notre enfance par rapport à plusieurs paramètres : notre éducation, nos valeurs, notre culture mais aussi de l'image que nous avons de nous-même et bien sûr de notre dominante sensorielle. En effet, nous possédons cinq sens et au fur et à mesure que nous grandissons, nous privilégions un canal sensoriel plutôt qu'un autre qui influence considérablement notre sémantique personnelle. Ainsi, un individu visuel – dont le sens dominant est la vue – emploiera des phrases du type : je vois ce que vous dites ou bien comment voyez-vous les choses ? un auditif – dont le sens dominant est l'ouïe dira : j'entends bien ce que vous dites ou bien je vous écoute, que dites-vous de cela ? et enfin un kinesthésique dira : je sens ce que vous me dites ou comment ressentez-vous cette situation ?

Quel que soit votre dominante sensorielle, vous pouvez à chaque instant travailler votre vocabulaire.

Le premier outil est de lire. Il ne s'agit pas de se forcer à lire des romans philosophiques de plus de 1000 pages. De lire ce qui vous procure du plaisir que ce soit des livres, des magazines, des journaux, des biographies, des articles. Lisez un peu chaque jour en choisissant un rythme de lecture qui vous convient (dans les transports, le soir avant de vous endormir, le matin). En plus de travailler votre vocabulaire, vous enrichirez votre culture générale.

Au même titre que lorsque vous apprenez une langue étrangère, vous vérifiez les mots inconnus pour en connaître la traduction, en français, c'est la même chose. Dès que vous lisez un mot que vous ne comprenez pas, cherchez-en la définition pour élargir votre sémantique personnelle. Libre à vous d'insérer dans votre livre, une feuille blanche sur laquelle vous noterez tous les mots qui vous sont étrangers. Fixez-vous l'objectif d'apprendre trois nouveaux mots par semaine dans un premier temps. Lorsque vous voyagez, attendez dans une file d'attente, sortez votre feuille et révisez les mots nouveaux. Une technique consiste à écrire ces mots et leur définition sur des Post-it que vous collerez sur le miroir de votre salle de bains, sur la machine à café ou dans un endroit que vous fréquentez quotidiennement.

Le second outil est de vous inscrire sur un site de dictionnaire en ligne afin de recevoir « le mot du jour ». Apprenez-le quotidiennement.

Le troisième outil est de retrouver le plaisir des jeux de société en famille notamment en jouant au Scrabble. Ce jeu existe aussi sous forme d'application sur votre smartphone. Ou encore les mots fléchés, codés ou croisés qui assurément vous apprendront de nouveaux mots.

Le quatrième est de vous procurer la liste des marqueurs logiques tels que mais, et,

or, par conséquent pour lier vos paragraphes oraux et écrits. Cela ajoute une structure à votre parole qui facilitera la compréhension de votre interlocuteur. D'ailleurs, il est important de porter à votre connaissance que les structurations de phrases, les verbes et les mots de liaison résonnent dans le cerveau gauche de votre interlocuteur (raisonnement logique et rationnel) et que les adjectifs, adverbes et tout ce qui qualifie et colore l'expression stimule son cerveau droit (intuitif et émotionnel). Par conséquent, parler de façon à agir sur les deux hémisphères du cerveau de votre auditoire vous assurera une totale compréhension de votre message.

Le cinquième outil est d'identifier les mots que vous utilisez souvent, voire trop souvent et d'en chercher les synonymes. Une fois que vous trouvez celui qui vous convient, commencez à l'utiliser dès le lendemain.

De plus, lorsque l'on ne possède pas le bon langage, on parle trop ou l'on écrit trop. On dit en 3 phrases ce que l'on pourrait exprimer en une, par manque de vocabulaire. Prenez la décision à partir d'aujourd'hui de moins parler mais de mieux parler, de moins écrire mais de mieux écrire. Pour cela, il est nécessaire de choisir le bon mot, juste et adapté pour gagner en synthèse. Vous impacterez beaucoup plus si vous parlez moins et écrivez moins et vous faciliterez ainsi la compréhension de votre message. Ne tombez surtout pas dans le piège de l'utilisation de mots pompeux ou complexes.

Travailler son vocabulaire ne présente que des avantages. Comme tout apprentissage, la volonté, la régularité du travail est la clé.

*Article écrit par
Christine Abadie*



CHRISTINE ABADIE

Coach

Accompagne les dirigeants et managers dans leur communication orale en formations en entreprise et en coaching individuel.

Christine est issue d'une formation en psychologie, commerciale et transactionnelle. Après avoir assuré la direction d'un groupe immobilier, elle crée consécutivement 2 structures spécialisées dans l'immobilier haut de gamme.

Christine Abadie a suivi la formation H.E.C 2012, Executive Coaching, Expertise et Perfectionnement ainsi que la formation M.B.S.R, et elle rejoint l'É.N.A en 2016 pour se former à la rédaction des discours.

Forte de ces expériences, elle publie un ouvrage « Et si on arrêta de se la raconter, pour être nous-mêmes ! Manuel pour une bonne prise de parole en public »

Son site : <https://www.christineabadie.com/>

