

## L'expression du visage

### Le masque : définition



*Pour les gens de théâtre, le masque représente la forme et les traits du visage.*

*Aucun rapport ici avec le masque de déguisement !*

*Y sont associés les muscles des joues, des yeux, du sourire, qui participent plus ou moins à votre expression.*

*Cette masse musculaire, active dans la parole, définit en partie votre personnalité aux yeux de votre interlocuteur.*

*Selon que votre visage est mobile (expressif) ou passif (impassible / inexpressif), votre impact sera différent.*

*Le masque est en fait le miroir de notre état intérieur.*

*Or, il est fréquent de constater qu'entre cet état intérieur et l'image que l'on donne, il peut y avoir divorce. Voire trahison !*

*On peut en effet être tout à fait paisible intérieurement et perçu comme étant « ailleurs », sombre ou préoccupé.*

Le non-dit

Réveiller le masque

Le fond et la forme. L'Interaction

### Le non-dit

La notion de masque intervient dans toutes les situations où un orateur est face à un public.

Ce qui offre matière aux sémiologues et analystes du non-verbal de s'en donner à cœur joie, dans les médias, sur le Web ou à la télé, en décryptant tout ce qui bouge ! Les yeux, les sourcils, les nez que l'on gratte, les oreilles que l'on touche, etc.

Oublions tout cela et pensons simplement à faire vivre notre expression en accord avec notre parole.

### Réveiller le masque

Le matin, les traits du visage sont (logiquement) endormis.

Au milieu de la journée ils peuvent indiquer une concentration, ou avoir accumulés des tensions (longues heures devant l'ordinateur / lecture de dossiers...)

Avant de vous adresser à votre public  
Pensez à faire bouger et à réveiller votre masque !

Pour cela rien de tel qu'un bon massage du visage, bien tonique.

### Le fond et la forme. L'Interaction

J'ajoute qu'une expression vivante et souriante est moteur d'une parole dynamique.  
Donc une capacité à convaincre ou à entraîner l'adhésion, multipliée.

La forme et le fond sont en interaction.  
L'une et l'autre se font la courte échelle pour hisser le résultat vers le haut.  
Combien de fois le fond est perdu à cause de la forme et réciproquement...  
Combien de fois tout est dans la forme !

Complémentaire

Conclusion : Commencez par faire bonne figure. C'est déjà 50% à votre avantage.



*C'est à vous !*

*A tout de suite. On en reparle dans la vidéo.*