11. [복식호흡] 생동감 있는 목소리

- 자신에게 맞는 효율적인 호흡훈련을 통해 생동감 있는 목소리를 만들 수 있다.
- SAS 법칙을 적용한 리듬스피치를 통해 나 자신을 어필할 수 있다.

1. 자신에게 맞는 효율적인 호흡훈련

- 호흡은 말의 체력이다, 좋은 발음과 발성을 가지고 있어도 말의 체력이 작으면 오랫동안 이야기 하기가 어렵다.
- 숨을 가득 채운 다음 20초, 30초, 40초 순으로 숨 참기 연습을 통해 호흡을 길게 하는 훈련을 해야 한다.
- 앞에 나가서 발표를 하다 보면 호흡이 더 올라가는 경우가 있는데, 이를 방지하기 위해 호흡을 길고 오래 들이마시는 연습을 꾸준히 해야 하다.

2. 리듬 스피치로 말에 생명력을 불어 넣어라

- 리듬스피치를 하면 호흡을 아낄 수 있고 말의 전달력이 올라간다.
- 핵심단어, 숫자를 나타내는 수사, 수식어 등은 강하게 말하고, 어려운 표현은 천천히 강하게 말해주는 연습을 해야 한다.
- 리듬스피치의 S(쪼개기)-A(악센트)-S(노래하듯이) 법칙을 익혀 말에 생명력을 넣어준다.