PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC.

Lorsque nous prenons la parole en public, nous avons 3 objectifs à accomplir :

* Etre entendu
* Etre écouté
* Etre compris.

Il est aussi important de gérer ses émotions et organiser son discours.

Nous faire entendre.

Nous devons aller jusqu’à l’autre, lui faire parvenir notre message, dans le meilleur état possible. L’action d’entendre est une action passive, mécanique, on ne doit donc pas demander d’effort à la personne qui nous écoute.

Etre écouté.

Nous devons suscité et maintenir son attention pour qu’il nous écoute. L’écoute est une action active, nous devon donc demander un effort aux personnes, obtenir la participation des personnes qui nous écoutent.

Etre compris.

C’est parce qu’il nous aura entendu puis écouté que votre interlocuteur va nous comprendre. Pour nous faire comprendre l’objectif est d’éviter toute interprétation de notre message.

Pour bien s’exprimer a l’oral, il ne faut pas parler comme on écrit. Les temps de silence ne sont pas forcément placés au même endroit. Il faut aider le public à faire le travail d’écoute. Il faut aussi faire attention à notre rythme et au débit de notre parole. Il faut aussi faire attention à ne pas « manger » la fin des phrases. Il faut, pour des personnes « normales », vulgariser le discours.

Et nous observerons que la répétition, à l’oral, peut être utile.

1. Etre entendu.

Pour être entendu, il faut être un émetteur efficace du message. Notre premier souci lorsque l’on prend la parole et que l’on doit se faire entendre sans difficulté. Le public est fainéant et n’aime pas faire des efforts ! Si le public a du mal à nous entendre, il n’a aucune raison de faire des efforts pour nous écouté et il y a peu de chance pour qu’il nous comprennent.

Il faut travailler sur 2 facteurs pour avoir une bonne émission de notre message :

* La voix
* L’articulation.

LA VOIX.

Elle peut être modifiée par l’émotion lors de la prise de parole. On peut avoir une certaine impression qu’on ne maîtrise plus notre voix, qu’elle nous a lâchée. Le soucis et que l’on ne connaît pas notre voix.

1er conseil : Placer notre voix dans le médium. Ni trop haute ni trop basse. Il se situe entre la son le plus grave en prononçant « aahhhhh » et le son le plus aigu en prononçant « iihhhh ».

Il faut savoir se connaître et jusqu’ou on peut pousser notre voix. Il faut connaître la tessiture de notre voix. (Les notes que nous sommes capables d’émettre).

2ème conseil : placer le son dans le masque, c’est-à-dire la bouche et les lèvres en avant. Permet de projeter les sons en gardant le menton à l’horizontal.

3ème conseil : il faut regarder le public, notamment ceux du fond afin de bien placer sa voix. Cela permet d’harmoniser notre force vocale. Notre regard programme directement la force de notre voix afin de s’adapter au lieu, à la situation.

L’ARTICULATION.

4ème conseil : appuyer sur les consonnes. C’est en appuyant sur les consonnes que l’on donne du poids à nos mots. « Appuyez sur les consonnes, ce sont les jambes de devant du cheval, les autres suivront » de Charles Dullin.

Rappel sur la famille des consonnes.

* Consonnes gutturales (gosier) : H, G
* Consonnes palatales (palais) : Q, G, J, CH, Q
* Consonnes nasales (Nez) : M, N
* Consonnes linguales (langue) : L, R, S, Z
* Consonnes dentales (dents) : D, T
* Consonnes labiales (lèvres) : B, P, F, V

5ème conseil : Pour être entendu de loin, il faut élargir les voyelles et élargir les syllabes. C’est en allongeant les syllabes que l’on donne de la largeur et de l’amplitude aux mots. Cela sert à être entendu de loin sans pour autant forcer sur notre voix. C’est en actionnant les muscles circulaires autour de la bouche que nos lèvres vont obtenir la mobilité suffisante.

6ème conseil : Il faut corrigez certains défauts d’articulation. Les défauts peuvent être le « zézaiement » (changer des « se » en « ze »). Ceux-la nécessitent un vrai travail.

Mais il y a des défauts que nous pouvons tous avoir.

Le bredouillement. C’est l’action de ne pas assez détachez les syllabes « De petits trous 🡪 Deux petits trous ». Le bredouillement vient souvent d’un débit trop rapide.

Un autre défaut que tout le monde peu avoir c’est le bafouillage. C’est lorsqu’on ne trouve pas le mot que l’on souhaite utiliser. C’est aussi lorsqu’on pense au mot après avoir essayer de le dire. Il faut prendre le temps de respirer.

7ème conseil : Il faut maîtriser les liaisons. Il faut bien faire les liaisons ou bien faire les silences.

Les liaisons interdites sont les liaisons avec H aspiré.

Les liaisons particulières : D à la place de T

Les liaisons dangereuses : Répétitions de sons.

1. Etre écouté.

Il faut en fait passer du récité au parler pour être écouté ! Deux situations de communications sont à distinguer :

* + Le dialogue entre amis, qui est souvent très vif, rapide, car cette conversation est un entraînement quotidien.
	+ Parler face à un public. Il faut argumenter, défendre un point de vue, répondre à des questions. Il faut s’interroger sur quelle expérience on a de cette situation. A quel cadre de référence on peut se raccrocher ? Cette situation est utilisable par exemple à l’école.

Nous avons comme qui dirait une « culture de la récitation ». C’est-à-dire qu’on nous à toujours demandé plus de réciter une leçon plutôt que de dire ce que l’on sait. A partir de cette culture de la récitation, dans une circonstance où il y a un fort enjeu, souvent, on récite par réflexe, et surtout de vouloir boucher les trous par crainte du silence. C’est pour cela que l’on essaye de combler par des « euuhhh » ou d’autres mots parasites. Il y a dans ce « euh » l’intention d’expliquer que nous savons ce que nous faisons.

Au fil du temps, nous avons perçu le silence comme un non savoir, l’expression d’un trou de mémoire. Or le silence est la base de toute expression verbale de qualité. Il faut aussi revoir la « culture de la dictée ». C’est grâce à cela que nous avons appris les règles de la ponctuation. Le problème est que c’est une ponctuation écrite. Règle de la ponctuation à l’écrit :

* Marquer un silence surtout a niveau des points.
* Baisser le ton de sa voix à la fin des phrases. (au niveau du point).

Le problème est que cette technique valable à l’écrit créé de la monotonie à l’oral.

« Le texte, disait un acteur Louis Jouvet, c’est avant tout une respiration ». Tandis qu’a l’oral, la respiration orale se sont principalement les silences.

Il faut réhabiliter la répétition. La répétition est bannie à l’écrit. (Juste les écrivains en ont le droit …). Au contraire c’est une vraie qualité à l’oral, car c’est la répétition qui va favoriser la mémorisation de notre discours. A l’oral, la répétition est un moyen très efficace pour marquer l’importance des mots. En résumé, l’oral est plus riche que l’écrit.

* Il permet d’appuyer sur certains mots (C’est la technique de la scansion)
* de laisser en suspens d’autres mots (en plaçant de façon intelligente nos silences)
* de rythmer son expression

Tout cela on l’obtient en sortant du carcan de la ponctuation écrite.

Il faut varier notre rythme de voix. Pour maintenir la conversation.

TECHNIQUES A MAITRISER A L’ORAL.

1. L’ATTAQUE.
* Il faut soutenir nos attaques. C’est-à-dire que les premiers de notre conversation ou lorsque l’on reprend à un endroit, il faut soutenir ce début de prise de parole.
* Il faut démarrer franchement. L’intérêt de démarrer franchement donne une impression de clarté, de compétence et de détermination. Dès le départ nous donnons une bonne impression.
* Pour démarrer une intervention, il faut soutenir nos premiers mots par une force vocale légèrement au dessus de la norme et tout de suite marquer un silence. C’est la meilleure façon d’attirer l’attention au lieu de s’égosiller.
1. LA PONCTUATION PARLEE.
* On doit apprendre à dé-ponctuer notre discours pour le re-ponctuer avec les règles de la ponctuation orale. (Prendre l’habitude de ne pas toujours mettre de silence à la fin de nos phrases, de ne pas toujours baisser le ton de notre voix à la fin des phrases). Nous devons personnaliser la façon de prononcer notre discours. Le jeu des acteurs est de re-ponctuer à leur manière un discours. Une ponctuation parlée s’est progressivement mise en place.
	+ L’enjambement : On peut prendre des respirations où nous le souhaitons et justement pas nécessairement à la fin d’une phrase. Nous pouvons relier 2 phrases sans s’arrêter au point. Ex : « Je vais vous présenter mon projet. Il s’agit d’un produit multimédia innovant ».
		- On peut utiliser l’enjambement pour accrocher une idée nouvelle à celle que nous voulons exprimer.
		- On peut utiliser l’enjambement lorsque nous voulons changer de rythme, notamment avec des conjonctions de coordinations.
		- On peut utiliser l’enjambement lorsque nous nous obligeons à respirer autre part qu’au niveau d’un point, à décaler le silence traditionnel.

L’utilité de l’enjambement est de relancer la conversation avec une idée nouvelle.

* + Le silence : Il faut cesser de penser que le silence est un blanc, un trou de mémoire, un erreur. Le silence est d’abord une respiration, qui nous sera utile pour garder la maîtrise, et utile pour le public, pour bien intégrer ce qui vient d’être dit. Le code de ponctuation pour le silence c’est une barre oblique pour un silence de 2s, 2 barres pour un silence moyen de 4s et 3 barres pour un silence long de 6s. Le principal est d’assumer nos silences en les chargeant de sens et de réflexion. Pour prendre l’habitude de prendre des silences, il faut faire comme si nous allions raconter une histoire. Lorsque l’on raconte une histoire à un enfant, on fait de nombreux silences pour laisser courir son imagination. Néanmoins, quelque soit le silence, celui-ci nous parait toujours plus long à nous qu’a notre public. Le silence doit être bien vécu pour être efficace. Le silence est aussi le moyen de maîtriser le problème de la vitesse de la parole. C’est la peur du silence qui nous fait le plus souvent multiplier les mots parasites. Le silence est nôtre amis voyons …
1. LA SCANSION.
* Il faut faire des scansions pour donner du relief à nos propos. C’est une sorte d’accent tonique que l’on peut placer selon son ressenti, sur une expression, sur un mot, sur une syllabe. Ex : « Je te dis, Non !». « C’est impossible ! ». « C’est à toi de le faire ». La scansion permet de mettre en avant le terme souhaité. Elle est d’autant plus efficace que vous l’utiliser sur des mots outils (Articles, pronoms, prépositions …)
	+ Il ne faut pas abuser de la scansion car si nous valorisons tout, plus rien ne va ressortir de notre discours.
	+ La scansion permet de changer le sens de notre phrase. Parfois cela permet de donner un autre sens à la phrase. « J’ai le meilleur produit ». Chaque scansion donne un sens différent à cette phrase.
1. LE DEBIT ET LE RYTHME DE PAROLE.
* Il faut maîtriser notre débit en lui donnant des rythmes différents et contrastés. C’est un peu comme en musique, nous devons jouer sur des ruptures de rythme pour en fait colorer notre expression. Le code de ponctuation pour le débit est une ondulation avec une flèche pour montrer que c’est une période où nous voulons accélérer. La flèche avant la vaguelette étant pour un temps où nous parlons plus lentement. Ce qu’il faut comprendre c’est qu’il n’y a pas de rythme moyen à atteindre. Et le bon débit est un débit dans lequel nous avons varié le rythme. Nous pouvons changer le rythme sur une phrase complète, un ensemble de mots …
1. Etres compris.

La compréhension des mots dépend de la personne qui nous écoute. Néanmoins, il existe des éléments techniques pour favoriser la compréhension. Lorsque nous n’entendons pas la fin d’une phrase, il est difficile d’en comprendre le sens. Naturellement le vocabulaire reste le support principal de la compréhension et il fait choisir des mots simples et surtout adaptés à notre public. Pour être sur que certaines choses ont bien été mémorisées, il faut utiliser l’arme de la répétition.

Logiquement la compréhension passe par l’organisation de notre discours, la structuration de nos arguments et des illustrations que nous en donnons.

* Les finales.
	+ Il faut soutenir les finales de nos phrases. En français, la finale d’une phrase est généralement l’aboutissement de la pensée. Et malheureusement c’est cette finale qui tombe lamentablement à l’oral. A l’oral on peut fermer le sens d’une phrase sans perdre le tonus vocal. En soutenant nos finales, on soutient notre argumentation jusqu’au bout. Le code de ponctuation pour la finale, c’est un point avec une flèche vers le haut. Et pour le point final, il faut un point avec  . Le point final c’est généralement un trou dans lequel viennent tomber les derniers mots de notre discours. La fin de notre intonation s’entend de loin car le tonus de notre voix baisse progressivement. Il ne s’agit pas de monter la voix a l’approche du point final mais de soutenir la force vocale jusqu’au bout.
* Le vocabulaire.
	+ Notre vocabulaire doit être simple et adapté à notre public. Il est conseillé d’utiliser un parler simple. Pour arriver a la simplicité il faut parfaitement maîtriser son sujet sinon le public l’entend très bien à travers certaines hésitations, certains changements d’intonations, là où l’argumentation est fragile. Eviter le plus possible les mots techniques ou sinon nous devons les expliquer
	+ Il faut utiliser un parler court. Il faut faire attention aux structures de phrases compliquées, notamment avec des subordonnées qui viennent se greffer a des phrases principales, et se méfier des paraphrase ou des périphrases, qui en fait ne clarifie pas du tout notre discours. Il vaut mieux répéter que reformuler.
	+ Utiliser un parler illustré. Pour rendre clairs nos propos, rien ne vaut un bon exemple. Une anecdote pour refléter notre propos vaut toujours mieux qu’une démonstration logique. L’analogie (comparaison) nous permettra d’être mieux compris plutôt que de faire une longue démonstration. Il faut bien sur prendre une image qui est dans le champ de référence de notre public. Il faut plus utiliser une image qu’une démonstration.
* La répétition.
	+ N’hésiter pas à répéter la même phrase plusieurs fois. Si la répétition est un défaut à l’écrit, c’est une vraie qualité à l’oral. La répétition souligne ce qui est important. C’est ce que nous appelons une répétition volontaire. C’est celle que nous décidons de faire pour mettre en valeur un élément de notre phrase que nous jugeons important. La répétition va favoriser la mémorisation. Répéter un mot ou une expression ne signifie pas pour autant de faire un écho. Notre répétition doit se faire en variant le ton. Et justement puisque nous répétons, nous en profitons en plus pour faire une scansion. Si nous lisons nos notes ou notre support de présentation, la répétition permet de décrocher le regard de ce support.
	+ La répétition relance l’argumentation. C’est ce que nous appelons une relance de construction. C’est souvent lorsque nous voulons produire un effet. C’est une manière d’enfoncer le clou !

« Je dis que je vais le dire, je le dis, je dis que je l’ai dit » de Jean Guitton.

* + La répétition permet de pallier aux trous de mémoire. C’est un bon moyen pour improviser.
1. Face au public.

Comment gérer vos émotions pour bien commencer ?

Comment organiser notre discours ?

Comment préparer ses fiches ?

* Gérer ses émotions
	+ Le traque c’est lé défense naturelle de l’organisme pour attirer notre attention. C’est un mal nécessaire … Mais il ne faut pas que cela soit abusé. Il faut réapprendre à respirer. Il faut utiliser la respiration ventrale. Il suffit de placer sa main en bas du ventre pour sentir. Il faut aussi penser à l’air qui rentre dans notre corps et qui y circule. Il faut dans un temps se relaxer et se motiver ensuite.

**LA PRESENTATION**

Pour présenter quelqu’un, ou même se présenter soi même, il faut savoir ce qu’on dit, mais surtout comment le dit-on ? C’est ce que nous allons voir dans les lignes qui suivent.

CE QU’ON PEUT DIRE :

Afin de se présenter, nous devons tout d’abord présenter notre **situation**, en précisant notre nom, prénom, âge et même racines. Nous devons aussi préciser le **cadre** de notre présentation : en quoi sommes nous ? Il est aussi utile de préciser son **parcours**, scolaire ou même professionnel. La présentation de nos **compétences** peut être tout aussi utiles. Nous pouvons aussi préciser nos **objectifs**, préciser nos attentes, pourquoi avoir choisi tel ou telle formation, et surtout pourquoi avoir choisi tel ou tel endroit (Pourquoi Montbéliard ? et pourquoi avoir quitter Belfort …). L’évocation de nos passions est aussi une solution possible.

COMMENT DOIT-ON LE DIRE :

La façon de dire les choses se reposent sur 5 principes fondamentaux, a savoir :

1. **Ouvrir sa gestuelle**. (Comme se toucher les mains afin de se rassurer, mais ce qu’il faut éviter en face d’un public). Il faut donc faire attention à la façon de positionner ses mains et ses bras. Il faut avoir une attitude ouverte, et la gestuelle permet d’appuyer des paroles. Les gestes de réassurance, de repli, sons plutôt a bannir. La position du nudiste (les mains devant le paquet …) ou du fusiller (les mains derrière).
2. **Avancer vers le public**. C’est la chose à faire avant de démarrer une conversation. On peut faire un pas en avant, afin de montrer notre volonté de vouloir entamer une conversation avec le public. Il faut par contre éviter de reculer devant le public, ne pas avoir peur … et aussi éviter toutes les positions « peu équilibrées ».
3. **Regarder vers le fond**. L’intérêt de cette « manœuvre » est de pouvoir placer sa voix par rapport à la distance de la personne la plus éloignée dans la salle. Cette attitude ouvre correctement une conversation.
4. **Respirer profondément**. Il faut se dire que l’air que nous respirons est comme le carburant d’une voiture, c’est vital pour nous. Partir avec un manque de ce côté-là peut déjà être handicapant.
5. **Sourire**. Le meilleur moyen pour commencer une présentation est de sourire avant de démarrer, afin de se donner une bonne image.

C’est en travaillant sur le corps que à force, la présentation devient quelque chose de normal, de banal. Il faut jouer sur le corps afin de se faciliter la tâche.

Les fiches.

Préparer ses fiches.

* Ce n’est pas une antisèche.
* C’est un guide de notre présentation

Etapes pour préparer ses fiches ?

1. Ecrire notre Intervention.

Mettre une marge.

Indiquer les mots clés.

Cacher le texte et on vérifie qu’a la seule lecture des mots clés on peut se remémorer nos textes.

1. Rédaction de la fiche.

Noter les mots clés (pas de phrases écrites)

1. Réserve

Les utiliser !

Improvisation guidée.

Elle n’est utile que si on la regarde.

Prendre le temps de réellement la regarder.

La tenir dans le creux de la main.

Tenir à hauteur de la taille.

PRESENTATION ORALE de la semaine prochaine.

Mettre en avant les points que nous souhaitons.

Il y a obligatoirement :

* Réflexion sur le nom et le prénom
* Réflexion sur nos projets N+2
* Réflexion sur un événement majeur.
* Présentation d’une qualité ou d’un défaut, et celui-ci doit être illustré.

Conseils :

* Il faut travailler l’accroche.
* Être original
* Chaque point doit être argumenté.

NOTATION :

* Qualité de notre réflexion. /8
* Choix de l’argumentation. /8
* Qualité de l’expression. /4

Présentation d’un site web

Expérience d’usage d’un site.

1. INTRO.
	* Accroche
	* Interet personnel pour le site
	* Présentation générale du site
	* Public visé
2. Présenter l’arborescence et le contenu du site.
	* L’arborescence
	* Les différentes parties
	* Une partie spécifique.
3. Argumentaire graphique.
	* Ambiance graphique
	* Gabarit
	* Couleurs
	* Polices
	* Outils d’interactivité
4. Interactivité
	* Idée directrice
	* Choix ergonomique
5. Ecrans emblématiques.
6. Conclusion.
	* Retour sur l’intérêt et les points forts du site.

Argumentation.

FAITS :

* Chiffres
* Anecdotes
* Exemple
* Il faut obtenir un accord.

OPINIONS :

* Arguments.
* Points pour justifier de votre choix.

SENTIMENTS :

* Ressenti
* Vécu

INTENTIONS D’ACTION :

* Solutions préconisées.

RESONANCE :

* Bilan
* Résultat.

Présentation du site Gamekult.com.

1. INTRODUCTION.

Comme beaucoup de personnes le savent, je suis un fan de jeux vidéos. C’est d’ailleurs pour cela que je vais vous présenter le site Français Gamekumt.com, site généraliste sur les jeux vidéos.

J’ai choisi de vous présentez ce site pour plusieurs raisons :

Tout d’abord, en ayant fait le tour de la plupart des sites français, il me paraît comme étant le plus complet et le plus pertinent de tous. Par exemple, il est très rare de voir des « rumeurs ». En général TOUTES les informations du site sont vérifiées. Et je pense que c’est le sérieux de ce site qui a fait sa notoriété.

Ensuite, j’utilise beaucoup ce site car je trouve que la navigation y est très agréable ... mais cela … je m’y attarderai un peu plus tard.

1. PRESENTATION DE L’ARBORESCENCE ET DU CONTENU DU SITE.

 Le site, dans sa généralité, utilise des colonnes pour présenter leur contenu … Par exemple, la page d’accueil est composé de 3 colonnes, le calendrier est composé de 2 colonnes …