

Capsule 11 : Briser la glace

Fidèles lecteurs, j'entreprends cette semaine une nouvelle série de dix capsules qui va porter sur les dix discours du manuel du communicateur compétent. En quelque sorte, elles sont complémentaires aux différents projets du livre. Mes commentaires porteront essentiellement sur les objectifs à atteindre dans chaque projet.

Nous commencerons donc ce parcours par le premier discours du volume : le brise-glace. Un pas immense à franchir pour certaines personnes, une formalité pour d'autres. Tout dépend du bagage et de l'expérience de chaque orateur. Peu importe notre facilité à parler en public, il faut être tout de même conscient d'une chose : prendre la parole pour la première fois devant un groupe d'individus que nous connaissons à peine n'est facile pour personne. Même les orateurs les plus expérimentés ont toujours des papillons dans l'estomac avant de prononcer un discours. Ce qui n'est pas normal pour un orateur, c'est justement de ne pas avoir le trac. Ce dernier est le signe que nous avons à cœur de livrer une présentation de qualité. Si nous ne ressentons aucun trac, c'est que nous avons perdu cette capacité d'autocritique essentielle à tout orateur. Avoir le trac, c'est avoir le souci de notre auditoire, c'est porter en soi le désir de le rejoindre, de l'émouvoir, de le faire rire, de le convaincre, de l'informer, bref, de lui transmettre quelque chose qui lui permettra de grandir. Si pour ce premier discours le trac vous paralyse, dites-vous que c'est normal. Et vous verrez, avec le temps ce trac deviendra votre allié le plus précieux.

Un discours, trois objectifs

En effectuant votre brise-glace, vous serez évalué en fonction de trois objectifs : Prendre la parole en public pour la première fois, déterminer vos besoins en tant qu'orateur et vous présenter aux autres membres du club.

Objectif 1 : Prendre la parole pour la première fois en public

Cet objectif porte un peu à confusion. Depuis mes débuts chez Toastmasters, je n'ai jamais vu d'orateurs qui n'avaient jamais parlé en public avant de faire son brise-glace. Vous avez tous déjà pris la parole en public, ne serait-ce que dans votre groupe de travail, dans les exposés oraux que vous avez faits à l'école ou encore en animant une discussion entre amis autour d'un repas bien arrosé. La seule nouveauté ici est que vous le faites devant un groupe d'inconnus et que ce groupe va vous évaluer sur ce que vous allez dire et sur la manière dont vous allez le dire. Le fait de savoir que vous serez évalué vous ajoute sans doute un stress supplémentaire. Mais en même temps, vous savez que les évaluations sont rigoureuses, minutieuses, mais surtout, toujours positives. Vous pouvez livrer votre discours sans crainte, car vous savez que vous ne serez pas démolé par la critique. De plus, votre carrière n'est pas en jeu, alors ça ne sert à rien de paniquer. Allez-y simplement avec ce que vous êtes et voyez le club Toastmasters comme un laboratoire où il est permis de vous tromper et même de vous casser la gueule sans trop de conséquences.

Objectif 2 : Déterminer ses besoins en tant qu'orateur

Cet objectif est très vaste. La personne qui est la plus apte à déterminer vos besoins en tant qu'orateur, c'est vous-même. Par contre, il arrive aussi que les autres nous permettent de prendre conscience de certains besoins que nous ne pensions pas avoir. En choisissant de devenir membre du club, vous étiez sans doute conscient de vos lacunes au niveau de la communication orale et vous vous étiez sans doute fixé des objectifs personnels à atteindre. Il est important que la personne qui évaluera votre discours connaisse ces objectifs et ces lacunes afin de vous aider à les améliorer par ses commentaires constructifs. Votre évaluateur jugera votre présentation en fonction des critères mentionnés à la fin de chaque projet, mais il peut également noter des choses qui sont en lien avec vos objectifs personnels.

En tant qu'orateurs, nous avons aussi des besoins que je qualifierais d'inconscients et qui ne peuvent qu'être découverts qu'en effectuant un discours. Ils sont liés au confort et à l'aisance que vous avez de vous retrouver devant un public. Il peut s'agir des éléments suivants :

- Le lutrin et la table. Sont-ils utiles ou nuisibles?
- Vos notes. Jusqu'à quel point êtes-vous capable de vous en détacher?
- Votre discours. Sentez-vous le besoin de le rédiger en entier ou bien de noter juste les grandes lignes?
- Comment votre corps réagit-il (jambes molles, tic nerveux, balancement, etc.)? Ce sont tous des points à travailler.
- Le contact visuel et le balayage (pouvez-vous regarder les gens en parlant sans être intimidé et sans perdre le fil de vos idées?)

Il vous sera difficile d'être conscient de tous ces éléments en prenant la parole pour la première fois. Votre attention sera portée sur le contenu que vous souhaitez nous transmettre. Avec le temps, vous apprendrez à découvrir et à apprivoiser l'espace qui vous est alloué en tant qu'orateur. Vous deviendrez plus attentifs à la manière dont votre corps se comporte et réagit lorsque vous livrez votre discours. Parler tout en étant conscient de vos tics deviendra naturel et vous pourrez consciemment corriger ces derniers tout en livrant votre discours. Pour vous aider, prenez le temps de bien lire les évaluations et les commentaires des autres membres. Ils sont révélateurs et nous aident à prendre conscience de nos forces comme de nos limites. Tenez-en compte pour préparer votre second discours.

Objectif 3 : Vous présenter aux autres membres du club

Le sujet du brise-glace, c'est vous-mêmes. C'est donc le seul discours où on ne peut pas vous reprocher de ne pas maîtriser votre sujet... Parler de soi est toujours intimidant. Par crainte de passer pour un vantard, on a tendance à minimiser ses exploits plutôt qu'à les mettre en valeur. Et bien pour votre brise-glace, sachez que les excès d'amour-propre sont permis. Gardez toujours en tête en préparant votre discours que vous n'êtes pas n'importe qui et que le monde a besoin de connaître, qui vous êtes. Ayez une attitude positive. Peu importe les aspects que vous avez choisi d'aborder : (réalisations professionnelles, formation, loisirs, famille, passe-temps, traits de personnalité, etc.), parlez-en avec fierté.

Sachez également mettre en valeur vos habiletés naturelles. Si vous avez un bon sens de l'humour, n'hésitez pas à insérer quelques anecdotes humoristiques dans votre discours. Si vous êtes quelqu'un de structuré, soignez le contenu et l'organisation des différentes parties de votre discours. Si vous avez une voix qui porte, mettez-la en valeur. Ainsi, vous serez déjà en confiance et en possession de vos moyens.

Conclusion

Je dirais en terminant qu'il est capital que vous lisiez attentivement le contenu de votre manuel avant de vous lancer dans l'écriture de votre discours. Vous y trouverez des conseils et des trucs pratiques qui vous aideront grandement dans votre rédaction. Sachez également que vous pouvez aussi choisir un mentor parmi les membres du club. Cette personne pourra vous conseiller au besoin, et vous aider à structurer vos idées.

Nous avons hâte de vous connaître.

Robin Plourde, ACB
Club Toastmasters Olympia