

# Communiquer facilement en public. Faire de vous un parfait orateur ?



Ana FERNANDEZ

■ Par Ana FERNANDEZ > Coach et formatrice, dirigeante du Cabinet Energycoaching

« Le langage est le propre de l'homme ». Certes, mais n'en déplaise à Descartes, nous ne sommes pas tous des orateurs et exprimer sa pensée face à un auditoire relève plus de l'acquis que de l'inné ! Une chose est sûre : être un bon orateur n'est pas le don de quelque ciel clément ou la qualité que vous a attribuée la baguette magique d'une fée bienveillante penchée sur votre berceau. Être un bon orateur s'apprend. La parole facile et percutante est à votre portée, reste à vous donner les moyens de votre ambition. Voici quelques conseils basiques pour vous faire une idée du travail à accomplir sur vous-mêmes pour devenir un parfait orateur.

### ■ Soigner votre apparence :

Peut-être le plus évident et pourtant le moins bien compris, il est impératif de soigner votre apparence. La première chose que les autres vont regarder lorsque vous apparaissez sur la scène de votre prestation, c'est votre costume et la manière dont vous le portez. Tout le monde n'est pas Bill Gates et le cheveu ébouriffé, le jean informe et la chemisette ne feront pas forcément passer le même message sur vous. Accordez-vous quelques temps devant la glace ; imaginez-vous en représentation. Choisissez avec soi vos vêtements et bougez ! Vous devez vous sentir bien, vous sentir en pleine possession de vos moyens. N'essayez pas d'être quelqu'un d'autre ; si c'est à vous que revient la charge de parler en public, c'est que vous en êtes capables. Votre attitude compte beaucoup. L'air décontracté n'est pas toujours approprié mais en revanche, un regard ferme est nécessaire pour captiver l'attention d'un auditeur. Vous ne devez pas être figés : quelques gestes, quelques sourires, des mouvements, pourquoi pas. Un impératif : adaptez-vous à votre public.

### ■ Assurer votre voix :

N'oubliez pas de chercher pas à parler avant d'avoir atteint votre limite ; gardez-vous le temps d'entrer en matière. Si vous avez un modérateur fera votre introduction. Si vous n'avez pas, sachez faire le silence autour de vous avant de prendre la parole. Un simple « bonjour » est bien plus court et risque de passer inaperçu si vous ne le dites pas trois ou quatre fois. Mais c'est votre créativité qui en prendra alors un coup. Préférez lui « bonjour à tous » ou un « Merci de me recevoir » ou encore un « Si je vous ai convoqué aujourd'hui... ». Évitez quelque chose de ferme et qui ait de l'impact. Puisqu'il s'agit avant tout de parler, il va vous falloir dompter votre voix. Eh oui, le stress, s'il ne vous rend pas totalement aphone, a tendance à accélérer le débit verbal. Or, un orateur se doit d'être calme. Votre message doit passer, c'est-à-dire être compris et non battre un record de vitesse !



Pour cela, il ne faut pas négliger l'articulation et la ponctuation dans votre discours. Les silences sont bien venus : apprenez à compter les secondes entre vos différents points d'argumentation parce qu'une chose est sûre : vous ne percevez pas le temps de la même manière que votre public ! Deux trois secondes vous paraîtront un siècle si elles ne sont pas maîtrisées. Enfin, sachez que le secret est dans la préparation : une bonne intervention publique est une intervention travaillée. Vous devez savoir exactement ce que vous allez dire, toute forme d'improvisation est à bannir.

### ■ Travailler votre discours :

Le contenu de votre message doit être très clair pour vous et pour votre auditoire. Soyez motivés, croyez en votre action, mettez de l'enthousiasme, votre discours sera compris. Il n'y a pas de place pour le doute, l'hésitation, la petite phrase inconsciente pétrifiante du genre « mais qu'est-ce que je fais dans cette galère? ». Pour éviter ce genre de doute, il vous faut répéter votre discours et le tester ; pas facile me direz-vous de trouver ne serait-ce qu'un seul auditeur disposé à supporter vos incertitudes, vos bégaiements et vos tics de langage. Vous pouvez vous enregistrer, vous filmer, vous serez toujours plus critique envers vous que n'importe quelle autre personne de votre entourage ! Gardez en tête que c'est vous que tenez les commandes, soyez conscients de l'interaction que vous générez à travers votre discours ; comportez-vous en leader et vous serez perçu comme tel !

### ■ Se connaître soi-même :

C'est le plus compliqué des conseils que je puisse vous donner mais le plus incontournable. Il faut savoir de quoi vous êtes réellement capables. Pour

cela, rien ne se justifie plus qu'un travail sur soi scrupuleux et façonnant. Les questions sont toujours les mêmes mais il vous faudra trouver les réponses avant d'atteindre la sérénité de l'orateur. Qui êtes-vous vraiment ? Quels sont vos atouts ? Que vous faut-il changer ? Où trouver la force d'être le meilleur ? Vous devez être conscients que la confiance en soi est une bataille de tous les jours. Ne forcez en aucun cas votre trait : l'humour n'a jamais été votre truc, évitez de commencer les apartés et les boutades le jour de votre prestation orale. Par contre, si vous êtes du genre décontracté, restez vous-mêmes. Utilisez vos mots, vos phrases, votre intonation naturelle. Même si ce n'est pas vous qui écrivez votre discours, assurez-vous que celui-ci vous ressemble, qu'il passe bien lorsque vous vous l'appropriez, que vous vous sentez à l'aise avec les tournures de phrases et l'enchaînement des idées.

### ■ Faire appel à un coach professionnel :

C'est une pratique courante dans les grandes entreprises que de s'entourer de coachs, quelque soit le niveau des collaborateurs. A un moment donné, il faut savoir se remettre en question pour évoluer. Plus qu'un accompagnateur, le coach saura tirer le meilleur de vous-mêmes et faire de vous l'orateur que vous rêvez d'être. Il vous aidera à être synthétiques et à toucher votre auditoire – sachant que celui-ci ne retiendra de toute façon que 8 % de la totalité de votre discours. Il est très difficile de réussir seul et, savoir bien s'entourer, rentre en ligne de compte dans la stratégie des plus grands !

Et, depuis toujours, une excellente communication verbale et non-verbale, interne et externe, crée de la valeur ajoutée pour l'entreprise et la propulse au sommet du succès à long terme.