

Reconnaissons-le : prendre la parole en public fait peur à la plupart d'entre nous. Pourtant, cet exercice est d'abord l'occasion de partager ses idées et constitue donc avant tout une chance.

1 Pourquoi parler en public effraie

La peur de parler en public a deux explications majeures. D'abord, la prise de parole expose au regard de l'autre. Parler, ce n'est pas seulement être entendu, c'est aussi être vu. C'est également dévoiler sa personnalité : on parle comme on est ! Ensuite, la prise de parole est une discipline de l'instant : à l'écrit, on peut tâtonner, se relire et se corriger, alors qu'il n'y a pas de « deuxième chance » à l'oral.

→ Saisissez toutes les opportunités de prendre la parole ! Il n'y a pas de secret : c'est en vous entraînant régulièrement que vous progresserez.

2 Le « grand oral » : un chemin balisé

D'abord, vous parlerez d'un sujet que vous aurez choisi et étudié. Ensuite, vous aurez vous-même déterminé la forme de votre intervention. Si vous êtes bien préparé, il ne peut rien vous arriver.

→ Choisissez un mode de présentation qui corresponde à votre personnalité : didactique, ludique, interactif, technique, illustré.

3 Comment dédramatiser ?

En famille, en classe, entre amis, vous ne cessez de prendre la parole en public ! La seule différence, c'est que le « grand oral » se déroulera dans un cadre formel. Il vous faudra faire un effort pour soigner la qualité de votre discours. Mais, au fond, ne passez-vous pas l'épreuve orale chaque jour, sans le savoir ?

→ Relativisez : si vous bafouillez, la Terre ne s'arrêtera pas de tourner !

4 Et si, malgré tout, ça se passe mal ?

Personne n'est infaillible et il se peut qu'en dépit de vos efforts, ça se passe mal le jour J. Dans ce cas, faites preuve de lucidité. Arrêtez-vous, respirez et reprenez. Vous pouvez admettre : « je suis perdu dans mes notes, je vais me retrouver », « ce que je dis n'est pas clair, je vais reprendre ». L'oral pourra ainsi repartir sur de bons rails.

Vocabulaire

La **glossophobie** est le terme technique qui désigne la peur de parler en public. On estime qu'environ 3 personnes sur 4 ressentent cette peur.

HISTOIRE VRAIE

Jusqu'en 1902, la classe de terminale s'appelait la **CLASSE DE RHÉTORIQUE**.

On y étudiait les grands discours du passé. Depuis cette date, l'enseignement secondaire consacre une part bien moindre à la prise de parole en public et met davantage l'accent sur la dissertation.

Exercice 1 • Débloquer la parole, seul ou en atelier

Voici quelques questions sur lesquelles vous pouvez faire, chaque jour, dans les transports, en marchant, en classe, un petit discours :

- qu'est-ce qui me rend heureux ?
- de quoi suis-je le plus fier ?
- qu'est-ce qui me révolte ?
- quel est l'objet le plus précieux que je possède et pourquoi ?
- quel est mon plat préféré ?
- quel est l'endroit que je rêverais de découvrir ?
- qui rêverais-je de rencontrer ?
- à quelle époque aurais-je voulu vivre ?

- où serai-je dans dix ans ?
- quel est le don de la nature que je voudrais avoir ?
- quel est mon plus beau souvenir ?
- quel est mon *hobby* ?
- dans vingt ans, qu'est-ce que je dirai de celui/celle que je suis aujourd'hui ?
- si je pouvais changer une chose dans le monde, laquelle serait-elle ?

Exercice 2 • Le débat en classe

La classe est partagée en deux groupes. Chacun des groupes dispose de 15 minutes pour préparer des arguments concernant un sujet défini à l'avance : un groupe prépare les arguments « pour », l'autre groupe les arguments « contre ».

EXEMPLES DE SUJET :

- ➔ pour ou contre un abaissement des limitations de vitesse sur les routes
- ➔ pour ou contre la Saint Valentin
- ➔ pour ou contre l'enseignement des langues régionales

Les élèves se placent ensuite de part et d'autre d'une table et se renvoient les arguments comme on le ferait avec une balle de ping pong.

Le premier groupe qui ne dispose plus d'arguments a perdu !

Exercice 3 • Mots en vrac

Un élève doit raconter une histoire, réelle ou imaginaire. Pour cela, la classe lui fournit des mots à utiliser dans son récit. Soit en les indiquant au tableau avant le début de l'exercice, soit en les inscrivant sur une feuille que les élèves seront autorisés à retourner sur indication du professeur pendant le cours du récit.

Exercice 4 • Improviser en suivant l'alphabet

Deux élèves jouent une scène (deux amis qui cherchent la destination de leurs prochaines vacances, un couple faisant ses courses au supermarché, une personne demandant son chemin à une autre). La première réplique doit commencer par la lettre A, la deuxième par la lettre B, la troisième par la lettre C, etc.

EXEMPLE :

- **A**lors où part-on en vacances l'été prochain ?
 - **B**arcelone, ça te plairait ?
 - **C**ertainement, j'adore Gaudí !
 - **D**'accord, et tu veux partir quand ?
 - **E**n juillet.
- (etc.)

