

## Mois 9 - Communication orale

Vous pouvez être la personne la plus intelligente au monde, si vous ne pouvez pas exprimer votre intelligence, vous aurez du mal à le faire savoir. La bonne nouvelle, c'est que la communication et la capacité à prendre la parole en public peuvent être apprises par n'importe qui. Ce mois-ci vous apprendrez à prendre la parole en public.

### SEMAINE 1:

Esquissez un discours de 5 minutes sur un sujet qui vous est important. Rappelez-vous, le déroulement général d'un bon discours repose généralement sur:

- Expliquer ce que vous vous apprêtez à dire.
- Le dire.
- Expliquer ce que vous venez de dire.

Cela semble simple n'est-ce pas? L'exemple ci-dessous ira (un peu) plus loin dans le détail, remplissez-le pour compléter l'esquisse de votre discours.

### Titre du discours :

**Introduction :** L'introduction met en place le sujet (ci-dessus) et présente les points suivant.

### **Point Un :**

### **Point Deux :**

## **Point Trois:**

**Conclusion :** Récapitulez les points principaux.

Vous avez désormais une esquisse de base de votre discours.

## **SEMAINE 2:**

Il est temps d'écrire votre discours dans son intégralité. En utilisant l'esquisse ci-dessus, écrivez un discours de 5 minutes sur le sujet que vous avez choisi. *Un espace d'écriture est fourni ci-dessous, mais je vous suggère d'utiliser une autre feuille de papier ou un document Word.*

Prenez la semaine pour le perfectionner.

### SEMAINE 3:

OK, c'est ici que cela devient amusant. Maintenant que votre discours est écrit il est temps de vous entraîner. Vous pouvez commencer à vous exercer dans votre tête, mais vous aurez aussi à le faire en réel. Parler à voix haute vous aidera à définir votre propre rythme, ainsi qu'à vous habituer à la cadence normale d'un bon discours. Votre dernière séance d'entraînement devrait se dérouler devant un miroir. Pratiquez ce discours au moins 5 fois cette semaine.

Notez les dates et heures ci-dessous:

Date d'entraînement n°1:	Heure:
Date d'entraînement n°2 :	Heure:
Date d'entraînement n°3 :	Heure:
Date d'entraînement n°4 :	Heure:
Date d'entraînement n°5 :	Heure:

### SEMAINE 4:

Il est TEMPS. Présentez votre discours à des personnes réelles. S'il est vrai qu'elles représentent une audience très à l'écoute, vos peluches ou animaux de compagnie ne feront pas l'affaire. Exercez-vous en face de quelqu'un, un ami ou un membre de votre famille. Si vous ne trouvez personne avec qui vous entraîner, enregistrez-vous et mettez la vidéo en ligne sur Youtube!

Ceci sera beaucoup plus stimulant que vous ne le pensez.