



Toastmasters International
Club 778487 District 59



Heureux qui communique avec Expressions

Expressions

22 février 2010 n° 101

Le mot du Président

Parler en public est une vraie thérapie contre la timidité. Je viens de lire l'histoire de Xavier, un lycéen affligé d'une timidité malade. Durant l'année scolaire, il devenait tout rouge quand les profs l'interrogeaient ; tétanisé, il répondait à côté de la question posée ; en un an, il n'avait pas une seule fois trouvé la force d'aller au tableau. Il lui était même arrivé de quitter la salle rouge de honte. Sa timidité et sa peur panique de parler devant les autres le handicapaient tellement qu'il décida de prendre des cours pour apprendre à parler en public. Il était motivé et, au fil des mois, on l'a vu changer. Petit à petit, il recherchait toutes les occasions de parler devant des gens. Sa confiance en lui augmentait de semaine en semaine et, à la fin de l'année, il a pris la parole devant une assemblée de 400 lycéens, réunis dans le gymnase pour un concert. Son discours fut profond et envoûtant, et le tonnerre d'applaudissements qui a suivi lui a laissé un souvenir impérissable.

Xavier n'est pas un cas isolé ! Nous avons tous en nous un petit Xavier timide qui ne demande qu'à s'exprimer : libérons-le et osons le possible à l'approche des beaux jours !

Jean N.



La pensée du jour

Il ne se faut jamais se moquer des misérables :
Car qui peut s'assurer d'être toujours heureux ?
Jean de la Fontaine, Le lièvre et la perdrix.

Compte-rendu de la réunion du 22 février 2010

A l'heure, **Jean N.** ouvre la séance. Il annonce que c'est une séance particulière où les improvisations vont être remplacées par une formation sur les évaluations. Ensuite, il donne la parole aux invités : la première invitée s'appelle Nadège, elle a connu notre club grâce à notre site Internet ; ensuite, Nicolas, qui revient pour la seconde fois parce que notre club lui a plu ; Sébastien, le président du club d'Angers ; André, le gouverneur du secteur A2 qui nous explique brièvement l'organisation TM en secteurs, et Odile Pétrus, membre du club Agora 75.

Sans tarder, Jean appelle l'animateur de la soirée Jean K. qui répète la particularité de la soirée : la formation sur les évaluations. Ensuite, il appelle **Nicole**, la grammairienne pour présenter le mot du jour.

Nicole nous rappelle le rôle du grammairien qui consiste à proposer un mot du jour à employer le plus souvent possible. Aujourd'hui ce sera l'expression « **que nenni** » qui signifie « pas du tout ». De plus, elle sera à l'écoute du bon usage du français, repérera les erreurs de français et aussi les belles expressions.

Formation à l'évaluation

Ensuite, Jean K. nous présente l'agenda de la soirée et appelle **Odile P.** pour la session de formation à l'évaluation.

Odile P. constate que notre club compte 13 nouveaux membres, que faire des évaluations est un exercice difficile et qu'il est important de préparer les concurrents pour le concours d'évaluation. Cette

formation est donc utile pour nous tous. Pourquoi pratiquons-nous l'évaluation ? C'est ce qui permet à l'orateur de savoir ce qu'il a fait. Il obtient un retour sur ce qui était bien et ce qui est à améliorer. Pour l'évaluateur c'est un exercice difficile, car il doit pratiquer en même temps l'écoute et l'observation. Qui peut évaluer ? Il n'y a pas de règle stricte chez TM, mais il vaut mieux avoir prononcé au moins trois discours et avoir écouté trois sessions d'évaluation pour avoir une idée de ce qu'est une évaluation de discours. Pourquoi pas de réponse de la personne évaluée ? C'est pour des raisons pratiques. TM veut limiter le temps d'une réunion. Il ne reste pas de temps pour la discussion. L'orateur peut discuter avec son évaluateur après la réunion, car ce dernier n'a donné que sa seule opinion. Comment évaluer un discours ? La première qualité est l'écoute. Mais n'oubliez pas de bien regarder l'orateur, sinon vous perdez deux tiers du discours. Que devons-nous évaluer ? Nous aurons une grille d'évaluation à notre disposition à la fin de la formation. Odile nous conseille d'en faire des photocopies pour la réutiliser en réunion. L'évaluateur doit évaluer la structure, donc l'introduction, le développement et la conclusion. Ensuite, le contact avec le public, les variations de la voix. Est-ce qu'il fait des pauses ? Est-ce que les gestes soulignent les propos ? En plus, chaque discours répond à un objectif qui doit être validé. Et ensuite, il y a les objectifs personnels de chacun, donc un contact préalable est nécessaire. Et ne pas oublier que l'évaluation orale ne dure que

deux à trois minutes : il faut faire des choix ! C'est un exercice passionnant. Il ne faut jamais faire de « critique sèche », c'est-à-dire sans proposer une solution. Il faut s'exprimer avec empathie, chaleur humaine et tact. « Je pense... », « J'ai ressenti... », pas : « Tu as fait cela » sur un ton accusateur ! Il faut être sincère : les éléments qui méritent une amélioration doivent être dits, mais avec tact. En outre, l'évaluateur doit être humble. Il n'est pas là pour briller devant le public, mais pour aider l'orateur. Il ne faut jamais faire rire l'auditoire aux dépens de l'orateur. Non, nous sommes là pour l'aider. Et notre évaluation doit être structurée, donc introduction, corps et une conclusion positive et motivante. Le but c'est de faire progresser l'orateur et le motiver à faire son prochain discours. Odile répète que l'évaluation est le rôle le plus passionnant et le plus délicat en même temps.

Maintenant, la deuxième partie, sur le concours d'évaluation. Premièrement, en situation de concours, il y a un discours cible, qui n'a pas d'objectif exprimé. Mais les concurrents peuvent découvrir eux-mêmes un objectif en fonction de leurs impressions. Deuxièmement, il faut évaluer l'ici et maintenant. Pas de possibilité de faire allusion au passé de l'orateur. La feuille des juges, qu'Odile P. passe à la salle, porte sur quatre points essentiels : l'analyse, les suggestions, la méthode et la conclusion. L'analyse ne doit pas paraphraser le discours, mais donner les points forts et faibles du discours. Les suggestions doivent être précises et pratiques. La méthode, c'est la façon de faire passer les suggestions. Et enfin, la conclusion, qui doit en une phrase résumer ce que vous avez dit et cela d'une façon **positive**. Odile conseille aux concurrents d'écrire introduction et conclusion au moment de la préparation pour ne pas les oublier.

Pour terminer, nous dit Odile, si nous n'avions pas d'évaluations, la méthode TM n'existerait pas. C'est magnifique car nous n'avons pas de professeurs, uniquement ces retours. Alors attachez à vos évaluations la plus grande importance.

Intronisation

Accueil officiel de Joël-André par notre vice-présidente adhésions, **Isabelle**, qui nous dévoile que Joël est un ancien TM. Joël le confirme. Il a été membre du club Forum des Rives de Seine, puis du club Les Ailes. Pourquoi alors l'adhésion au club Expressions ? Parce que le club est sympa et de bonne qualité. Il confirme, que pour lui le rôle le plus difficile est celui d'évaluateur. Il a déjà fait dix discours mais nous promet de refaire son Briser la glace. Isabelle demande le vote du club qui accepte l'adhésion de Joël à l'unanimité. Isabelle appelle le parrain de Joël, **Jean K.**, qui promet de l'aider en permanence. Isabelle remet le badge à Joël la remercie en lui souhaitant « Bonne fête ! » (c'est en effet la sainte Isabelle).

Les discours préparés

1. Jean K. annonce le premier discours. Il s'agit du Briser la glace de **Laurent**. Il nous rappelle son objectif, qui est de parler de soi. Laurent commence en disant qu'il s'appelle Laurent. Cela l'amène aux questions suivantes : Qui ne s'est pas déjà interrogé sur son nom ? Est-ce que le nom a une réelle signification ? Il trouve que son nom lui correspond. Son nom est d'origine lyonnaise. Cela tombe bien, car il associe Lyon à la bonne gastronomie et bien manger est essentiel pour lui. Ses parents viennent de la Corrèze. Dans le sud de cette région on parle l'occitan. C'est un endroit pierreux, d'où son nom de famille

« Peyrat ». En effet, il a un lien avec les pierres et les vieux châteaux. De plus, il aime l'escalade, qui lui permet de se dépasser physiquement et mentalement. Ensuite, le prénom. Une fiche astrologique a dit : passionné par les arts. En effet, il aime la musique électronique. Il a fait des études en économie, et de longs séjours à l'étranger, l'Inde entre autres, qui lui a donné une « claque culturelle ». Après le retour en France, il s'occupe d'associations. Pour conclure un mot sur sa taille. En arrivant au pupitre, il avait l'impression de ne mesurer que quelques centimètres, mais à la fin de son discours, il peut annoncer avec joie qu'il mesure 1m83 !

2. Jean K. nous rappelle l'objectif du discours de **Cécile**, qui est de travailler sa voix. Le titre de son discours est « **Service qualité, bonjour !** ». Cécile commence son discours en jouant une scène de « Bonjours ! » en nous expliquant que c'est depuis que nous sommes tout petits que nous avons appris à dire Bonjour. Ce sont les règles de politesse de la vie en société. Malheureusement, ces règles ont été oubliées dans certaines entreprises. En effet, au cours de ses démarches administratives, Cécile rencontre beaucoup de « mal politesses ». Par exemple, elle tombe sur un serveur vocal interactif pour prendre RDV chez un médecin. « Tapez 1... tapez 2 ». « TUT ». C'est agaçant. Même scénario à la banque postale. Tout cela crée des irritations et des incompréhensions. Elle devient malgré sa nature polie, un client malpoli et dont on cherche à se débarrasser. Elle souhaiterait que les règles de base de la politesse soient appliquées plus souvent. Mais le soi-disant « Plus de service » a des conséquences désastreuses sur notre qualité de vie et entraîne également des coûts pour la productivité. Elle finit par dire que c'est l'écoute qui est indispensable à la communication entre humains.

3. Nous passons au discours suivant de **Nathalie**. Jean K. nous annonce que l'objectif de son discours est d'aller à l'essentiel. Le titre de son discours est « Une **journée entre les hommes de l'ombre et de la lumière** ». Elle fait un signe « bonjour » en langage des sourds. Nous avons l'occasion de passer avec elle un jour dans une association qui aide les SDF. Elle dit bonjour à tout le monde pour simuler l'accueil. Elle joue la préparation des salades comme elle le fait pour les SDF. Dans cette association il y a des bénévoles venant de tous horizons. Au début elle avait un peu peur, parce qu'elle n'avait eu que l'image des SDF du métro et elle craignait qu'ils soient agressifs. Et finalement, ce n'était pas si difficile que cela. Elle mime la distribution des plats, la vaisselle. Ensuite, comment parler avec les SDF : sourire, gestes. Ensuite, les émotions : nous avons donné au SDF le sourire du cœur. Un quart des SDF ont moins de 24 ans et parmi eux, il y a beaucoup de femmes.

4. Jean K. annonce le prochain discours (même objectif que Nathalie) qui sera prononcé par **Jean-Jacques**. Le titre « **Révois !** ». Halte à la grisaille et au froid ! Nous prenons l'autoroute vers le sud ouest, vers l'océan atlantique où se trouvent le Cap Ferret et le bassin d'Arcachon, qu'il souhaite nous faire découvrir. D'un côté du bassin d'Arcachon il y

a de larges plages sauvages et des dunes. Cette région est peu urbanisée. De l'autre côté du bassin, un plan d'eau calme. On y trouve une succession de petits villages et des espaces protégés. Le contraste est saisissant. On passe du calme au royaume du vent. Accès seulement par une route. Marée haute et marée basse. De nombreuses activités sont possibles, notamment des activités nautiques comme le surf. Mais également des balades sur les plages de sable ou du vélo sur les nombreuses pistes cyclables. Et pour se reposer du sport, il a y aussi le shopping. Le plus impressionnant est la Dune du Pilat, qui s'élève à plus que 100 m avec une vue magnifique. On se croit en montagne. A ne pas oublier : le plaisir gustatif. On y mange bien ! Moules, huîtres, fruits de mer etc., mais aussi des glaces et des crêpes. Bref, cette région est riche en contrastes entre sauvage et urbanisé. C'est un urbanisme raisonné, multiple et divers. La ville d'été et la ville d'hiver. Pour finir, il nous invite à fermer les yeux pour rêver à ce magnifique endroit.

Jean K. nous libère pour savourer la **pause** (offerte par **Brigitte**) en toute convivialité. **Brigitte** porte un **toast** à Leonardo da Vinci et **deux mots d'humour d'Elisabeth** et de **Béatrice** nous divertissent fortement.

Les évaluations

Isabelle, qui est notre évaluatrice générale, interrompt très fermement la pause. En effet, le buffet était délicieux et convivial, ce qui ne facilite pas le retour à nos places ! Isabelle appelle le premier évaluateur de la soirée :

1. **Alain**, qui évalue le discours de Laurent. Ce dernier a témoigné pour ce premier discours de beaucoup de qualités : un charme indéniable s'appuyant sur son sourire et un certain sens de l'humour. Alain a également apprécié un discours parfaitement structuré, l'occupation de l'espace devant le pupitre, ce qui témoigne d'une bonne confiance, et une excellente préparation qui s'est traduite par un usage restreint des notes. Peut-être la diction était-elle par moment un peu hachée et la main gauche dans la poche un peu relâchée... Mais, Laurent, rassure-toi : tu ne mesures pas que quelques cm comme tu le craignais : dans le domaine de l'art oratoire, tu viens de prendre un place plus que respectable et qui ira en grandissant.

2. **Marcel** évalue le discours de Cécile. Pour ce faire, il essaie de respecter la politesse en commençant par Bonjour. Il trouve que le sujet était bien choisi pour l'objectif et que la structure était bonne. C'est une bonne idée de commencer par des exemples que nous connaissons tous. Cela nous met en situation. Il regrette un peu que la dernière partie ait été un peu courte. Les gestes étaient calmes et il n'y avait pas de gestes parasites. Attention aux mouvements trop en avant. En ce qui concerne l'objectif, la voix, Marcel fait remarquer que Cécile a parlé lentement et elle a été bien compréhensible sauf tout au début. Elle a utilisé des pauses. Cela a créé du suspense mais parfois il y en avait trop. Il a aimé qu'elle ait essayé de jouer avec sa voix. Mais où étaient l'agacement et la colère après tant d'impolitesse ? Marcel crie pour montrer comment exprimer la colère. Il finit par encourager Cécile à forcer davantage sur la voix tout en gardant ses qualités d'oratrice.

3. **Véronique** évalue le discours de Nathalie. Elle la remercie parce que son discours était plein de générosité. La structure était claire. Mais il ne faut pas vouloir tout y

mettre. Des sourds et des SDF à la fois c'est trop. Il vaut mieux choisir. Véronique trouve la conclusion belle. Elle apprécie la manière émotionnelle de décrire le quotidien. En même temps, Véronique était parfois un peu perdue. De qui parle Nathalie quand elle emploie un « nous » ? C'était confus. L'impact s'en trouvait amoindri. Elle aurait préféré un « je suis ». Elle suggère à Nathalie de s'engager personnellement, de se montrer aussi dans la posture corporelle. Il ne faut pas se cacher. Elle finit par dire « Donc, vas-y ».

4. **Sébastien** évalue le discours de Jean-Jacques, qu'il remercie de nous avoir emmenés en vacances. Selon lui, nous avons bronzé à travers son discours. Il trouve que la structure globale du discours était bonne, que la voix était agréable et le regard de Jean-Jacques a toujours été dirigé vers le public. De plus, le sujet était très captivant. Dommage, que Jean-Jacques ait regardé trop souvent ses notes. Sébastien regrette que le développement du discours ait légèrement manqué de structuration. Il le remercie aussi pour l'humour et pour la bonne conclusion du discours. Il suggère de quitter d'avantage le pupitre pour mieux utiliser l'espace devant soi. Il finit en lui souhaitant une bonne continuation.

Isabelle ne reste pas longtemps au pupitre. Elle donne la main à la grammairienne Nicole.

Nicole, constate que mot du jour « *que nenni* » a eu du succès. Elle trouve qu'Odile utilise un peu trop de langage familier : « ça » pour « cela », « il est pas » au lieu de « il n'est pas » etc. Cela diminue l'impact. En revanche, elle a aimé « en plus de cela », ainsi que les expressions « critique sèche » et « exercice excitant ». Elle a aimé d'Isabelle le mot « performant ». Jean K. utilise trop de répétitions « donc donc ». Elle aime « comme des enfants sauvages » de Cécile. Jean-Jacques utilise aussi beaucoup de contractions. Son vocabulaire était riche et agréable. Elle trouve l'accent de Marcel charmant et lui suggère de ne pas trop chercher à le corriger ! Et elle a aimé la manière de s'exprimer de Véronique et trouve que Sébastien a utilisé un peu trop de « peut-être ».

David rapporte les hésitations et les gaffes. Pour ce faire, il résume son rôle. Un membre est arrivé en retard et le public a applaudi avant la présentation de Marcel par Isabelle. Ensuite, il compte les euh de chacun.

Et maintenant le rapport de temps par **Eva**. Elle trouve ce rôle stressant. Elle énumère ceux qui ont dépassé le temps : Odile, 20 minutes, Cécile 7 :31, Jean-Jacques 7 :38, Marcel 3 :57, Véronique 4 :03 et Nicole 5 :08. Mais bon, elle présume que cela n'est pas facile de dire tant de choses dans le temps imparti. Les autres ont bien respecté leur temps.

L'évaluation générale d'Isabelle. La soirée était tranquille. Elle a été surprise que Jean K. n'ait pas toute suite annoncé le programme. Les évaluateurs étaient à la hauteur et Isabelle a beaucoup apprécié qu'ils remercient les orateurs. Isabelle remarque une incohérence dans les comptages d'euh de David et rappelle Jean K. au pupitre.

Jean remet les récompenses.



Ruban bleu du premier discours : **Laurent**
Ruban bleu roi du meilleur discours : **Nathalie**
Ruban rouge de la meilleure évaluation : **Véronique**

Jean N. remercie Brigitte pour la pause et Odile pour la formation. Ensuite il demande pardon pour les dépassements de temps. Les invités ont maintenant l'occasion de s'exprimer.

Odile Pétrus annonce le **cinquième anniversaire du club Agora le 17 mai** dans un resto du XIIème et nous invite à participer à cet événement. Une invitation officielle nous parviendra sous peu.

Pour finir, **André**, le gouverneur de notre secteur, explique qu'il a accepté cette charge entre autres pour visiter les clubs, pour y rencontrer une multitude de gens différents. Il nous invite à en faire autant, car c'est enrichissant pour tout le monde. Il y a des manifestations en dehors du club. Par exemple, la **conférence du secteur A2 à Orléans le 10 avril prochain** – concours d'évaluation et de discours - où nous sommes tous invités. Ensuite, il y aura la **conférence de division le 24 avril à Paris**. La prochaine **formation des bureaux nouvellement élus à Orléans le 29 mai**. Et du 4 au 6 juin, la conférence de district (toute l'Europe continentale) à La Haye Pays-Bas. Avant de clôturer la réunion, Jean rappelle que nos deux prochaines séances vont être réservées aux **concours du club : 8 mars, concours d'évaluation ; 22 mars, concours de discours.**

Prise de notes : **Marcel** – Edition : **Odile P.**
Mise en page et diffusion : **Alain**

Prochaine réunion

Lundi 8 mars 2010

Inscrivez-vous en ligne pour le rôle de votre choix:

Tapez dans votre navigateur : docs.google.com
Ensuite entrez les identifiants
email : clubexpressionsparis
mot de passe : [montgallet](#)

Président de soirée	Jean K.	Mot d'humour	Joël-André
Intronisation :			
Improvisations	Jean-Jacques	Evaluation des impros	Odile C.
Discours	////////////////	Evaluation	////////////////
Concours d'évaluation dirigé par : Jean K. Discours cible : Véronique			
Juges : Alain Odile P. Huissier :		Concurrents : Cécile Marcel Isabelle Jean N. Bruno Brigitte Loïc	
Evaluation générale	Alain	Grammaire	Jérôme
Hésitations et gaffes		Temps	Joël-André
Prise de notes pour 'Expressions' : Pause : Isabelle Toast :			

« Expressions »

Directeur de la publication : Jean Nasr
Rédactrice d'Expressions : Odile Pétillot
Mise en page et édition : Alain Pétillot
Les réunions du Club Toastmasters International
« *Expressions* » se tiennent le
deuxième et le **quatrième lundi** de chaque mois,
à **19 heures**,
1 place Maurice de Fontenay - 75012 Paris
Métro: Montgallet

Site web : expressions.district59.org