



ÉTABLIR UN LIEN EN RACONTANT UNE HISTOIRE

PROJET DE NIVEAU 3



TABLE DES MATIÈRES

2	Introduction
3	Votre tâche
4	Évaluez vos compétences
5	Aptitudes
5	La puissance de l'art de raconter une histoire
6	Élaborez votre histoire
8	Présentez votre histoire
9	Révissez et appliquez
9	Effectuez votre tâche
10	Ressources

TOASTMASTERS INTERNATIONAL

www.toastmasters.org

© 2016 Toastmasters International. Tous droits réservés.
Toastmasters International, le logo Toastmasters International et toutes les autres
marques commerciales et droits d'auteur sont la propriété exclusive de
Toastmasters International et ne peuvent être utilisés qu'avec son autorisation.

INTRODUCTION



Le racontage d'histoire a présenté une forme de communication dans toute l'histoire de l'humanité. Les histoires ont été racontées oralement et se sont transmises de génération en génération dans toutes les civilisations du monde. L'importance de savoir raconter une bonne histoire captivante est énorme.

Dans ce projet, vous apprendrez comment mettre en œuvre des techniques de racontage d'histoires et des compétences descriptives pour faire des présentations intéressantes qui parlent à votre auditoire. Vous vous inspirerez de votre propre expérience pour élaborer une histoire et développer un style personnel en la racontant. Vous créerez des histoires qui suscitent l'impact émotionnel désiré sur votre auditoire.

VOTRE TÂCHE

Objectif : l'objectif de ce projet est de vous entraîner à utiliser une histoire dans un discours ou de prononcer un discours qui soit une histoire.

Aperçu : choisissez une histoire existante, une histoire concernant votre vie ou une fiction de votre propre invention. Prononcez un discours de 5 à 7 minutes lors d'une réunion de club.

Remarque : si votre vice-président à l'éducation approuve un événement ou un groupe extérieur au club, votre évaluateur doit être un Toastmaster présent lors de votre discours.

Pour tous les détails et les exigences de votre tâche, consultez la liste de contrôle du projet page 10.



Au cours de ce projet, vous verrez des icônes apparaître dans les marges à côté du texte. Ces icônes signalent des ressources supplémentaires disponibles en ligne.



Vidéo : connectez-vous au Base Camp pour visionner une vidéo qui accompagne ce projet.



Activité interactive : connectez-vous au Base Camp pour effectuer une activité interactive.



Ressource : connectez-vous au Base Camp pour consulter cette ressource en ligne.

ÉVALUEZ VOS COMPÉTENCES

Évaluez votre niveau actuel de compétence en notant chaque énoncé.

Sélectionnez le numéro approprié à vos compétences aujourd'hui :



5 EXEMPLAIRE	4 EXCELLE	3 ACCOMPLI	2 ÉMERGENT	1 EN DÉVELOPPEMENT
Avant-projet				
Déclaration				
Après-projet				
5	4	3	2	1
Je sais que je suis capable de raconter une histoire captivante.				
5	4	3	2	1
Je donne une impression d'enthousiasme lorsque je raconte une histoire.				
5	4	3	2	1
J'emploie des descriptions éloquentes dans mes narrations.				
5	4	3	2	1
Je sais raconter des histoires qui ont un impact émotionnel.				
5	4	3	2	1
Je reconnais comment ce projet s'applique à ma vie en dehors de Toastmasters.				

APTITUDES

Voici une liste des aptitudes que vous apprendrez et mettrez en pratique au cours de ce projet.

- Appliquer des techniques de racontage d'histoire et des compétences descriptives pour faire des présentations intéressantes qui parlent à votre auditoire.
- Comprendre les éléments d'une bonne histoire.
- Employer des descriptions éloquentes et un ton approprié pour raconter une histoire captivante.
- Créer des histoires qui ont l'impact émotionnel désiré sur votre auditoire.

LA PUISSANCE DE L'ART DE RACONTER UNE HISTOIRE

Une histoire est une narration conçue pour intéresser, distraire ou éduquer votre auditeur. Les histoires ont la capacité de souligner les moments et les souvenirs importants. Elles peuvent vous permettre de créer des liens avec les autres grâce à l'empathie et au partage d'expériences.



Raconter une histoire peut être plus intéressant pour un auditoire qu'un discours ou une présentation classiques. Lorsque les auditeurs sont absorbés dans l'histoire de quelqu'un d'autre, leur réaction émotive entraîne le cerveau à créer des souvenirs. Les meilleurs formateurs mêlent l'apprentissage avec un racontage d'histoire marquant pour aider leurs élèves à se rappeler les faits et les informations importants.

Les histoires ont un puissant impact, qu'elles constituent le principal élément d'un discours ou qu'elles soient une petite partie d'une présentation plus importante. Il revient à l'orateur de décider comment incorporer au mieux une histoire dans un discours pour obtenir le meilleur effet.



ÉLABOREZ VOTRE HISTOIRE

Chaque histoire est le reflet de celui qui la raconte et de ses expériences. Alors que vous préparez une histoire pour un discours ou une présentation, il y a plusieurs éléments importants à prendre en compte.

OBJECTIF

Dans un discours, les histoires peuvent avoir plusieurs buts. Elles peuvent vous aider à créer un lien avec votre auditoire, à surmonter une résistance et créer une connexion qui vous permet d'enseigner une leçon importante ou d'expliquer un concept difficile.

Les histoires ouvrent la porte à une communication significative. En tissant des histoires dans une présentation, vous pouvez aider les auditeurs à se rappeler des faits et des informations qu'ils peuvent oublier en l'absence d'une histoire mémorable pour référence.

TON

Soyez attentif au contexte et à votre auditoire lorsque vous déterminez le ton et le contenu émotionnel de votre histoire. Quel que soit le contexte, racontez une histoire qui parle de manière positive à votre auditoire. Une histoire racontée lors d'un mariage ou d'un enterrement peut être émouvante, drôle ou les deux à la fois. Ce qui compte le plus dans le choix de votre sujet est le fait qu'il ait un lien avec votre auditoire et avec l'événement.

DESCRIPTIONS ÉLOQUENTES

Un langage éloquent crée des images mentales. Lorsque vous racontez une histoire, des mots bien choisis évoquent une imagerie spécifique pour illustrer votre point. Les descriptions éloquentes d'un bon narrateur peuvent transporter son auditoire dans un autre lieu et une autre époque.

Lorsque vous écrivez votre histoire, pensez au temps qui vous est réservé pour la raconter à votre auditoire. Par exemple, si vous choisissez de raconter une histoire à propos d'une amie et de sa fabuleuse vie en décrivant un repas que vous avez pris ensemble dans un lieu magnifique, l'objectif est de parler de votre amie. Même si les arbres et la vue sont superbes, certains de ces détails devront peut-être être éliminés afin de raconter l'histoire essentielle qu'est la vie remarquable de votre amie.

Utilisez un dialogue expressif dans votre histoire. Au lieu de raconter à votre auditoire ce qui a été dit, racontez le vrai dialogue. Rédigez-le sous la forme d'un script, où les personnages disent les répliques. Les meilleurs narrateurs jouent plusieurs rôles lorsqu'ils racontent une histoire.

Pour des informations plus spécifiques concernant l'emploi d'un langage descriptif dans votre narration, consultez le projet optionnel « Utiliser le langage descriptif » disponible en ligne.

CRÉEZ UN PLAN

Un plan constitue le cadre de votre histoire, de la même manière que pour la rédaction d'un discours ou d'une autre présentation. La planification fait toute la différence lorsque vous faites une présentation devant un auditoire.

Votre plan doit inclure des informations sur l'introduction, le conflit et l'action de votre histoire.

INTRODUCTION

- Résumez le point principal de votre histoire en une phrase.
- Fixez le contexte de votre histoire, notamment le temps et le lieu.
- Faites la liste des personnes ou des personnages impliqués.

CONFLIT

Chaque histoire comporte un problème qui doit être résolu ou un conflit entre deux forces opposées. Définissez la difficulté à surmonter. Le conflit peut être :

- Entre une personne et la nature. Vous avez été pris dans une averse en rentrant chez vous.
- Entre deux personnes. Vous et une autre personne voulez tous les deux le dernier gâteau dans la vitrine d'un pâtissier.
- Entre une personne et une organisation. Vous voulez envoyer une lettre et la poste ferme cinq minutes avant que vous n'arriviez.
- Entre une personne et un objet. Votre chaussure est prise dans la porte.

ACTION

- Les histoires progressent lorsque les personnages s'efforcent de surmonter les difficultés auxquelles ils font face.
- Faites la liste des principaux événements et intrigues de votre histoire.
- Donnez à votre histoire une introduction, un corps et une conclusion clairement définis.

PRÉSENTEZ VOTRE HISTOIRE



Vous devez garder plusieurs points clés à l'esprit en présentant votre histoire.

LA NARRATION EST UN SPECTACLE

Il est important de répéter lorsque vous vous préparez à prononcer un discours, mais le racontage d'histoires peut nécessiter plus de temps. Si vous intégrez un dialogue, répétez les différentes voix dans votre histoire. Cela ne signifie pas que vous deviez être spécialiste de la création de personnages. Même une légère variation de ton peut donner l'impression qu'il s'agit d'un orateur différent.

Pensez à revoir « Comprendre la variété vocale », « Un langage corporel efficace » et d'autres projets optionnels disponibles en ligne pour des conseils sur la manière de présenter des discours de manière efficace.

UTILISEZ LE LANGAGE CORPOREL ET LA GESTUELLE

En plus de garder une posture d'orateur confiant (voir le projet optionnel « Un langage corporel efficace »), utilisez votre corps pour vous aider à raconter votre histoire. Les expressions du visage et la gestuelle permettent de mieux définir les personnages et donnent de la vie à votre histoire.

PARLEZ À LA PREMIÈRE PERSONNE

Quand vous racontez votre histoire, faites-le depuis votre propre perspective. Plus votre auditoire est proche des personnages de votre histoire, plus celle-ci devient réaliste. Par exemple, au lieu de dire « Un de mes amis a vu », dites « J'ai vu... » En parlant à la première personne, vous entraînez votre auditoire avec vous dans l'aventure.

RYTHME

Utilisez le rythme de l'histoire pour soutenir l'attention de votre auditoire. Par exemple, parlez plus rapidement pour montrer l'action ou l'excitation durant les moments adéquats. Marquez une pause pour ajouter au drame d'une partie spécifique ou pour donner à votre audience le temps d'assimiler les éléments importants. Un silence au moment opportun peut avoir un impact puissant sur un auditoire.

RÉVISEZ ET APPLIQUEZ

Avant d'effectuer cette tâche, prenez le temps de lire les questions que vous voyez ici. Si vous ne pouvez pas y répondre facilement, revoyez le projet.

- Quelles techniques de narration allez-vous utiliser pour faire une présentation intéressante et qui parle à votre auditoire ?
- Comment votre plan peut-il être utilisé pour vous aider à ajouter des détails ?
- Quelles descriptions éloquentes allez-vous ajouter pour créer une histoire plus captivante ?
- Comment la description et le dialogue vous aident-ils à atteindre l'impact émotionnel désiré sur votre auditoire ?

EFFECTUEZ VOTRE TÂCHE

Maintenant que vous avez pris connaissance du projet, planifiez et préparez votre discours ou votre rapport.

Réviser : revenez à la page 3 pour réviser votre tâche.

Organisez : utilisez la liste de contrôle du projet en page 10 pour revoir les étapes et ajouter les vôtres. Ceci va vous aider à organiser et préparer votre tâche.



Planifiez : planifiez votre discours avec le vice-président à l'éducation.

Préparez : préparez-vous pour votre évaluation. Consultez les ressources pour l'évaluation de la page 12 à 14 et communiquez les ressources à votre évaluateur avant votre discours. Pensez à communiquer vos ressources pour l'évaluation en ligne.



LISTE DE CONTRÔLE DU PROJET

Établir un lien en racontant une histoire

Objectif : l'objectif de ce projet est de vous entraîner à utiliser une histoire dans un discours ou de prononcer un discours qui soit une histoire.

Aperçu : choisissez une histoire existante, une histoire concernant votre vie ou une fiction de votre propre invention. Prononcez un discours de 5 à 7 minutes lors d'une réunion de club.

Ce projet comprend :

- Un discours de 5 à 7 minutes

Vous trouverez ci-dessous les activités que vous devez accomplir pour ce projet. Rappelez-vous que ce projet vous est propre. Vous pouvez modifier la liste ci-dessous pour y inclure toute autre activité nécessaire à votre projet.

☐ Comprenez les éléments d'une bonne histoire.

☐ Choisissez l'histoire que vous souhaiteriez raconter.

☐ Planifiez votre discours avec le vice-président à l'éducation. Si votre vice-président à l'éducation approuve un événement ou un groupe extérieur au club, votre évaluateur doit être présent lors de votre discours.

☐ Rédigez votre discours.

☐ Répétez votre discours.

- ☐ Une fois que vous avez effectué toutes les parties de votre tâche, y compris vos discours, revenez à la page 4 pour évaluer vos compétences dans la section après-projet.

Remarques supplémentaires :

FICHE D'ÉVALUATION

Établir un lien en racontant une histoire

Nom du membre _____ Date _____

Évaluateur _____ Durée du discours : de 5 à 7 minutes

Titre du discours

Présentation de l'objectif

Objectif : l'objectif de ce projet est que le membre s'entraîne à utiliser une histoire dans un discours ou à prononcer un discours qui soit une histoire.

Remarques destinées à l'évaluateur

Le membre effectuant ce projet a pour objectif d'utiliser des histoires dans un discours ou de rédiger un discours qui soit une histoire. Le membre peut utiliser tout type d'histoire : histoire personnelle, fiction très connue ou une histoire qu'il invente lui-même.

Soyez attentif à ce que le discours soit bien structuré et qu'il soit une histoire ou comprenne une histoire.

Commentaires généraux

Vous avez excellé à :

Vous pouvez vous améliorer concernant :

Pour progresser :

Pour l'évaluateur : en plus de votre évaluation verbale, veuillez remplir cette fiche.

5	4	3	2	1
EXEMPLAIRE	EXCELLE	ACCOMPLI	ÉMERGENT	EN DÉVELOPPEMENT

Clarté : son expression orale est claire et facilement compréhensible 54321	Commentaire :
Variété vocale : utilise sa vitesse d'élocution, le ton et le volume de sa voix comme outils 54321	Commentaire :
Contact visuel : utilise efficacement le contact visuel pour engager son auditoire 54321	Commentaire :
Gestuelle : utilise une gestuelle efficace 54321	Commentaire :
Conscience de l'auditoire : fait preuve de sa conscience du degré d'engagement et des besoins de son auditoire 54321	Commentaire :
Niveau d'aisance : semble à l'aise face à son auditoire 54321	Commentaire :
Intérêt : engage son auditoire avec des contenus intéressants et bien construits 54321	Commentaire :
Impact : l'histoire a l'impact désiré sur l'auditoire 54321	Commentaire :
Synthèse : le rythme améliore la présentation de l'histoire et du reste du discours. (Évaluez cette compétence uniquement si le membre intègre une histoire dans un discours plus long.) 54321	Commentaire :

CRITÈRES D'ÉVALUATION

Établir un lien en racontant une histoire

Cette liste de critères indique les objectifs et les attentes spécifiques de ce discours. Veuillez consulter chaque niveau pour vous permettre d'effectuer l'évaluation.

Clarté

- 5 – Est un orateur exemplaire qui est toujours bien compris
- 4 – Excelle dans sa communication orale
- 3 – Son expression orale est claire et facilement compréhensible
- 2 – Son expression orale est relativement confuse ou difficile à comprendre
- 1 – Son expression orale n'est pas claire ou n'est pas facilement compréhensible

Variété vocale

- 5 – Utilise à la perfection les outils que sont sa vitesse d'élocution, le ton et le volume de sa voix
- 4 – Excelle dans l'utilisation de sa vitesse d'élocution, du ton et du volume de sa voix comme outils
- 3 – Utilise sa vitesse d'élocution, le ton et le volume de sa voix comme outils
- 2 – Son utilisation de sa vitesse d'élocution, du ton et du volume de sa voix doit être améliorée
- 1 – Utilisation inefficace de sa vitesse d'élocution, du ton et du volume de sa voix

Contact visuel

- 5 – Utilise le contact visuel pour communiquer son émotion et susciter une réaction
- 4 – Utilise le contact visuel pour évaluer la réaction et la réponse de son auditoire
- 3 – Utilise efficacement le contact visuel pour susciter l'attention de l'auditoire
- 2 – Le contact visuel avec son auditoire doit être amélioré
- 1 – Entretient peu ou aucun contact visuel avec son auditoire

Gestuelle

- 5 – Intègre pleinement sa gestuelle au contenu pour présenter un discours exemplaire
- 4 – Utilise sa gestuelle comme outil pour souligner son discours
- 3 – Utilise une gestuelle efficace
- 2 – Utilise une gestuelle quelque peu distrayante ou limitée
- 1 – Utilise une gestuelle très distrayante ou aucune gestuelle

Conscience de l'auditoire

- 5 – Engage son auditoire complètement et devance ses besoins
- 4 – Est pleinement conscient de l'engagement/des besoins de l'auditoire et y répond efficacement

- 3 – Fait preuve de sa conscience du degré d'engagement et des besoins de son auditoire
- 2 – L'engagement de l'auditoire ou la conscience que l'orateur a de son auditoire doivent être améliorés
- 1 – Fait peu ou aucun effort pour susciter l'intérêt de l'auditoire ou répondre à ses besoins

Niveau d'aisance

- 5 – Semble absolument sûr de lui face à son auditoire
- 4 – Semble entièrement à l'aise face à l'auditoire
- 3 – Semble à l'aise face à son auditoire
- 2 – Ne semble pas à l'aise face à son auditoire
- 1 – Semble très mal à l'aise face à son auditoire

Intérêt

- 5 – Engage pleinement son auditoire avec des contenus exemplaires et bien construits
- 4 – Engage son auditoire avec un contenu passionnant et bien construit
- 3 – Engage son auditoire avec des contenus intéressants et bien construits
- 2 – Le contenu est intéressant, mais pas bien construit ou il est bien construit mais pas intéressant
- 1 – Le contenu n'est ni intéressant, ni bien construit

Impact

- 5 – L'histoire captive l'auditoire et constitue le complément idéal au contenu du discours
- 4 – L'histoire met le discours en relief et augmente l'intérêt de l'auditoire
- 3 – L'histoire a l'impact désiré sur l'auditoire
- 2 – L'histoire a un certain impact sur l'auditoire
- 1 – L'histoire a peu ou aucun impact sur l'auditoire

Rythme (évaluez cette compétence uniquement si le membre intègre une histoire dans un discours plus long.)

- 5 – L'histoire s'inscrit parfaitement dans le contenu global pour faire de la présentation un discours exemplaire
- 4 – Le rythme contribue beaucoup à l'efficacité de l'histoire et au discours en général
- 3 – Le rythme améliore la présentation de l'histoire et du reste du discours
- 2 – Le rythme de l'histoire perturbe le rythme du reste du discours
- 1 – Le rythme de l'histoire détourne l'attention de la présentation du discours



www.toastmasters.org