

<https://eluardvenissieux.etab.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article759>

CORDEE LYON 3 : COMMUNIQUER A L'ORAL (16 DECEMBRE 2021)

- CORDEES DE LA REUSSITE - 2021-2022 -



Date de mise en ligne : jeudi 13 janvier 2022

Copyright © Collège Paul Eluard, Vénissieux - Tous droits réservés



Le 16 décembre a eu lieu notre première séance dans le cadre de la Cordée de la Réussite Lyon 3. Elle a été animée par Fabien Lafay, du Pôle Réussite de l'Université Lyon 3. Au cours de cette séance, nous avons beaucoup parlé et appris notamment sur la communication orale. Nous utilisons la communication orale chaque jour donc il est important de savoir comment l'exploiter.

Parmi les choses importantes, il y a la manière de regarder une personne : le regard est essentiel. Il permet de maintenir l'attention de l'auditoire et de vous appuyer sur lui. Il offre aussi la possibilité de percevoir les réactions du public et de les utiliser. Pour apprendre nous avons fait un petit exercice, l'intervenant a fait le tour des tables en nous regardant chacun de haut en bas ce qui nous a déstabilisé. Nous avons mis deux chaises face à deux autres puis quatre personnes se sont assises comme si nous étions dans le métro. Si quelqu'un ne respecte pas une certaine distance et vient mettre son bras juste au dessus de nous, comment allons-nous réagir ?



Ensuite, il faut faire attention à la manière de se tenir, la gestuelle : maîtriser sa posture, maintenir le contact visuel, adopter une gestuelle ouverte et éviter les signes de nervosité.

L'intervenant nous a montré plusieurs postures : par exemple, marcher avec un dos droit montre que vous avez du sérieux alors que si votre dos est plié, vous donnez une impression de fatigue.

Enfin, nous avons vu comment parler : il faut faire preuve d'empathie, choisir ses mots, structurer sa pensée, filtrer ses émotions, utiliser l'intelligence émotionnelle.

Grâce à ces petits exercices on a pu comprendre comment faire attention à notre communication dans la vie de tous les jours. C'est l'intérêt de la Cordée de la Réussite de nous apprendre à nous développer dans la vie.

Eden Chtir