

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

Tout le monde peut parler et briller

A. Introduction	9
B. Art ou science	10
1. La science	10
2. L'art	11
3. Quand l'art s'exprime scientifiquement	12
C. Parler c'est quoi ?	13
1. La parole	13
2. Prendre conscience de la parole	14
3. De la parole inconsciente à la communication consciente	15
D. Un peu de technique	16
1. Un peu d'anatomie	17
a. La soufflerie	18
b. Le vibreur	19
c. Les résonateurs	19
d. Les articulateurs	21
e. Le système nerveux central	22
2. La respiration	

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

	23
a. Inspiration	23
b. Expiration	24
3. Physiologie de la voix	25
4. Travailler sa voix	27
a. S'échauffer et se détendre	27
b. Poser sa voix	30
c. L'intensité et la projection	31
d. L'émotion et le feedback	34
5. Réverbération, puissance et amplification	35
6. Projecteur, ordinateur et écrans	36
E. Le seul conseil à suivre	40
1. Sans répétition, pas de perfection	40
a. La répétition dans l'intimité de votre bureau	40
b. La répétition devant un coach/metteur en scène	41
c. La répétition sur le lieu de la présentation	41
2. Regarder les grands discours et présentations	42
3. Répéter, corriger et répéter	47
4. Répéter en dix minutes une présentation d'une heure	48

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

Quel outil pour quel message et quelle audience ?

A. Introduction	51
B. Logiciels, matériels et accessoires	52
1. De Harvard Graphics à Canva, ou la fin des « transparents »	52
2. Ordinateur, projecteur et cliqueur	57
a. Ordinateur	57
b. Projecteur	58
c. Cliqueur	64
3. Web ou pas	66
C. Les différents types d'outils	67
D. Logiciels propriétaires ou gratuits, de présentation ou pas...	68
E. Microsoft, Apple, Google	70
1. Microsoft PowerPoint	70
2. Apple Keynote	71
3. Google Slides	72
F. Prezi, Sway, Canva	74
1. Prezi Next	74
2. Microsoft Sway	74

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

3. Canva	76
	78
G. PDFs, Evernote, OneNote	80
1. Adobe Portable Document Format	80
2. Evernote	83
3. Microsoft OneNote	86
H. Tous les autres	89
I. Comment choisir	89
Construire son message - Vous en avez plus à partager que ce que vous croyez	
A. Introduction	95
B. Qu'avez-vous d'unique ?	96
C. Jeter ses idées mode storyboard/mindmapping	97
1. Prezi Next	98
2. PowerPoint	105
D. Trier, couper, arranger - Se centrer autour de l'idée-force que vous voulez que votre auditoire retienne	111

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

E. Une présentation, c'est comme un film d'Hollywood	113
1. Un, l'histoire	114
2. Deux, la couleur	115
3. Trois, l'image (pour stimuler l'imagination)	118
F. Utiliser les « cliffhangers »	120
G. Utiliser les fonctionnalités du logiciel à votre avantage (sans les utiliser toutes)	121
1. Le plus est l'ennemi du moins	121
2. La charte graphique, la charte graphique et encore la charte graphique	124
3. L'effet « Wahou ! »	134
H. L'histoire ne fait pas tout, c'est vous qui faites l'histoire	136
I. Pensez aussi au support papier/électronique	137
1. PowerPoint	138
2. Keynote	140
3. Canva	142
4. Prezi	142
J. La révision, l'ordre et le contenu des diapositives	143

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

Devant l'ordinateur, il y a vous : respirez !

A. Introduction	147
B. Respiration	147
1. Quelques exercices respiratoires	148
2. Respiration et relaxation	150
3. Respirer et parler en même temps, quelques astuces simples	152
a. Heuuuuuu	152
b. Le sifflement dans le micro	153
c. Bonchoir madame, bonchoir monsieur, plop !	153
C. Le corps en résonance	154
1. Le son ne sort pas que de la bouche	154
2. Tiens-toi droit ! Ça ne vous rappelle rien ?	155
3. Utiliser son corps pour faire passer son message	156
a. Les pieds	156
b. Les mains et les bras	156
c. Le sourire	158
d. Les déplacements	158
D. La projection du son	159

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

1. Mes bien chers frères, mes bien chères sœurs... 159
2. Appeler, parler, parler fort et hurler 160
3. Le dernier rang, ou parler pendant des heures sans fatigue 161

E. La voix

1. Raconter une histoire implique de jouer avec le ton. Comment ? 162
 - a. Le ton, c'est bon ! 163
 - b. Changer de vitesse ! 164
 - c. Les mots manquent aux émotions ! 164
2. Silences pleins et silences creux, sachez vous taire ! 165
3. Votre auditoire est là pour vous écouter ! 166

Cent fois sur le métier... - Répéter et finaliser votre présentation

A. Introduction

171

B. Quoi répéter ?

172

1. Écrire introduction et conclusion 173
 - a. Une excellente introduction 174
 - b. Une fantastique conclusion 175
2. Les mots-clés, les transitions et la fluidité des diapositives 176
 - a. De l'introduction à la première diapositive de contenu 177

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

b. De diapositives en diapositives	178
c. De la dernière diapositive à la conclusion	180
3. La pile, le cliqueur et le vidéoprojecteur	180
4. Les outils logiciels du présentateur	183
a. Pointeur, stylet et surligneur	184
b. Aller directement à une diapositive donnée	185
c. Zoom et écran noir	186
C. Avec qui répéter ?	186
1. Cultiver son jardin et être ami avec Pangloss	187
2. Il y a des chances que votre ordinateur ait caméra et micro !	187
3. Vos enfants, votre conjoint et vos amis	189
D. Où répéter ?	190
1. En toute intimité	190
2. Face au miroir	191
3. Sur le lieu du crime	191
E. Quand répéter ?	192
1. Pendant l'écriture de la présentation	192
2. Une fois tout terminé	195
3. La veille ou le matin de bonne heure	

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

- 4. Dix minutes avant de monter sur scène 195
- 196

F. Profiter des répétitions pour transformer votre présentation en vidéo YouTube ! 196

- 1. Les fonctionnalités d'enregistrement 196
- 2. Transformer une présentation live en présentation en ligne 200
- 3. Votre chaîne YouTube ! 204

G. Pourquoi répéter ? 205

- 1. Les neurones et vous 205
- 2. Parce que mes enfants croyaient que Koh Lanta était en direct ! 206
- 3. Présenter, c'est un spectacle, que vous le vouliez ou non ! 206
- 4. De quoi se souviendra votre audience ? 207

Sauter comme Van Halen et débriefer pour progresser !

A. Introduction 211

B. On n'apprend pas à faire du vélo dans un livre 211

- 1. C'est en présentant qu'on devient présentateur 212
- 2. Rien ne sera parfait, quand s'arrêter ? 213
- 3. Se préparer à la loi de Murphy 214
- 4. La loi des dix mille heures

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

	214
C. Où se mettre ?	215
1. Assis, debout ? Derrière ou devant le pupitre ?	215
2. Chassez ces tics que ne je saurais voir !	216
D. Utiliser l'audience	217
1. Regardez-moi dans les yeux !	217
2. Faire rentrer l'audience dans l'histoire, une leçon chez Guignol !	219
3. Poser des questions comme Socrate, y répondre comme Einstein	221
a. Faire réfléchir	221
b. Faire venir l'auditoire à soi	222
c. Faire souffler	222
4. Le rire, Bergson et vous !	223
E. Savoir terminer sa présentation	224
F. La psychologie de l'échec	226
1. Échouer vite, échouer souvent, la loi des startups	227
2. Il y aura toujours mieux, la loi de l'insatisfaction	228
3. Que celui qui n'a jamais pêché lance la première pierre, la loi du courage	229
G. Impossible de plaire à tout le monde	230

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

1. Vous devenez meilleur chaque jour, quoi que vous en pensiez	231
2. Si Churchill avait dû être populaire, Hitler aurait peut-être gagné	231
H. L'analyse post-mortem	233
1. L'objectif principal est-il atteint ?	233
2. Y'a-t-il eu un ou plusieurs incidents à noter ?	233
3. Que s'est-il bien passé ?	234
4. Que s'est-il mal passé ?	234
5. Sur quoi se focaliser la prochaine fois ?	234
Conclusion	
A. L'histoire sans fin	237
B. Les avantages de parler en public	238
C. Et pour finir...	239
Bibliographie	241
Index	

Parler et faire une présentation en public en toute confiance

Apprendre, s'entraîner et exceller !

243