

Ne soyez plus disqualifié à cause du temps

par J.A. Gamache, Champion 2001, 3e position Championnat du monde des orateurs de Toastmasters International



Déjà vécu la frustration d'être disqualifié à cause du temps lors d'un concours? Voici trois stratégies pour vous assurer de finir à temps.

1- Calculez votre débit

Chaque personne a un débit qui lui est propre lorsqu'elle parle. Savez-vous combien de mots vous prononcez par minute? Voici comment calculer votre débit. Lisez un texte à haute voix et arrêtez au bout d'une minute pour compter le nombre de mots. (La fonction « statistique » de votre logiciel Microsoft Word vous donnera la réponse instantanément)

Par exemple, en français mon débit est de 150 mots par minute. Cependant il n'est que de 105 mots par minute lorsque je fais un discours en anglais. Donc si je ne veux pas excéder 7 minutes lors d'un concours anglophone, mon texte ne doit pas contenir plus de 735 mots!

Lorsque vous connaissez votre débit il vous est facile de savoir durant votre performance si vous êtes ou non en danger de disqualification. Comment? Grâce à votre débit, vous pourrez estimer à quelle phrase vous devriez être rendu à la lumière verte, jaune ou rouge. Si vous êtes en retard dans votre texte lorsqu'une lumière s'allume, vous n'avez qu'à accélérer votre rythme pour finir à temps.

2- Découvrez votre style de présentation

Lorsque vous pratiquerez votre discours, rendez-le de la même façon que le jour du concours. Chaque changement à votre style de présentation modifiera la durée de votre discours. Si vous répétez les mêmes intonations de voix avec le même niveau d'énergie et le même rythme, votre discours aura toujours la même durée. Maintenant que vous avez découvert votre façon de performer, il ne vous reste qu'à préparer une conclusion écourtée.

3- Préparez une version écourtée de votre conclusion

Grâce à votre débit, vous avez calculé la bonne longueur de votre texte. Vous avez rendu votre discours de la même

façon qu'en pratique. Durant votre performance, les gens ont ri et vous ont applaudi. Pourtant vous avez quand même dépassé votre temps. Pourquoi? Les gens ont peut-être applaudi et ri plus que vous ne l'aviez prévu. Saviez-vous qu'un rire pour une foule de plus de mille personnes peut prendre jusqu'à 10 secondes de votre temps? Quoi faire? Deux choses. Premièrement, prévoyez un coussin. Personnellement, je me donne un coussin de 45 secondes pour les rires durant les concours. Et deuxièmement, préparez toujours une version écourtée de votre conclusion au cas où.

Vous devriez avoir en main les outils pour éviter la disqualification à cause du temps lors des trois étapes de votre préparation de concours.

Lorsque vous écrivez votre texte, le calcul de votre débit vous évitera les textes trop longs. Lors de vos pratiques, vous adopterez toujours le même style de présentation. Et lors du discours, vous aurez en poche une version écourtée de votre conclusion ... au cas où.

©MMX J.A. Gamache www.jagamache.com. Tous droits réservés.

Vous avez la permission de reproduire cet article

en partie ou en entier si une copie de la reproduction est envoyée à J.A. Gamache à info@jagamache.com après sa publication et si cette note et le paragraphe suivant apparaissent à la fin de la reproduction :

Cette reproduction a été autorisée par J.A. Gamache, conférencier international. Pour vous abonner à son magazine électronique GRATUIT ou pour en savoir plus sur ses présentations, visitez : <http://www.jagamache.com>

À propos de J.A. Gamache, conférencier :

Bachelier en administration des affaires, J.A. Gamache est un conférencier bilingue (français et anglais) de Montréal, Canada.

Fier membre Toastmasters depuis 1993, J.A. Gamache est le seul Québécois à avoir remporté un podium (3e position en 2001) au Championnat du monde des orateurs de Toastmasters International et il a été un des 10 finalistes à ce même concours en 2005 et 2007. Plus de 35 000 concurrents participent à ce prestigieux concours à chaque année.

En 2003, il a été le président de la section montréalaise de l'association canadienne des conférenciers professionnels (CAPS).

Son magazine électronique gratuit « Parlez en public avec J.A. » est lu dans presque 60 pays par plus de 3000 lecteurs. Son livre à succès, « Trac pas trac, j'y vais! 77 trucs pour en finir avec la peur de parler en public » en est à sa deuxième édition.

Invitez J.A. Gamache à votre prochain événement! - www.jagamache.com - info@jagamache.com - 450-962-4342