

# Parler en public et Agir avec la parole

Repères, appuis, entraînement  
et exercices



**dates** - du mercredi 25 au vendredi 27 novembre 2020

**durée** - 19h30 sur 3 jours

**horaires** - 9h30/12h30 & 14h/17h30

**lieu** - Villeurbanne

**formatrice** - Laurence Cernon

## objectifs pédagogiques - compétences développées

- Nouer, renouer avec sa propre parole, se réconcilier si besoin avec elle.
- Acquérir des éléments de méthode pour analyser la parole et les discours qui viennent à nous, et ceux que nous produisons.
- Repérer les enjeux de pouvoir et de domination à l'oeuvre, les phénomènes de censure et d'auto-censure.
- Développer son expression orale, s'entraîner et adapter à ses besoins les outils proposés, pour de futures prises de parole.
- Tester des usages, des propositions et voir comment elles peuvent favoriser l'égalité de parole.

## introduction

Parler. On parle. On parle devant un auditoire ou un groupe, on parle en public, on parle en famille, on parle à un\*e proche ou à des collègues. La parole est l'un de nos principaux moyens de rencontre et d'élaboration avec les autres. Mais sous son air d'évidence elle recouvre de nombreux enjeux. Et il est probable que ce soit à cause de certains de ces enjeux – passés sous silence mais que nous sentons à juste titre comme très agissants – que l'on est parfois mal à l'aise, et souvent peu ou mal préparé\*es à faire face à des situations pourtant importantes pour nous. Nous parlons mais nous n'arrivons pas toujours à "prendre la parole"...

Ces circonstances de prise de parole nous renvoient à la fois à notre responsabilité et à notre solitude. Nous craignons d'être jugé\*es, et, si nous acceptons ce jugement, nous ne savons pas toujours sur quels critères il se fonde. Est-ce sur des qualités supposées d'orateur/rice, un registre d'expression, une connaissance du sujet traité, l'air, l'attitude que nous avons ? Est-ce que ça ira parce que je montre que j'ai compris les codes en vigueur, que je me conforme à ce qui est attendu ?

Nous sommes soumis\*es à des messages contradictoires : d'un côté "Allez ! Exprimez-vous franchement, dites ce que vous avez à dire...", et de l'autre "Attention ! Parler en public, c'est difficile, c'est pas donné à tout le monde...". Et dans les groupes auxquels nous participons, que faisons-nous quand il faut choisir un\*e porte-parole ? Nous nous tournons le plus souvent vers la même personne, celle que le groupe a désigné, implicitement, quelquefois depuis le premier jour de sa constitution, comme étant "celle qui parle bien" et qui saura faire. Et nous sommes bien peu disposé\*es à écouter ses doutes ou ses protestations : cela ne nous arrangerait pas... Parler dans ces contextes est rarement relié à de l'enthousiasme. Et, si malgré tout nous y prenons un certain plaisir, nous hésiterons à le dire.

Un des enjeux de notre travail sera de nommer, de s'expliquer avec précision ce qui nous inquiète, nous déplaît, ce qui nous fait peur, au-delà des formules d'usage : "je m'embrouille, je n'ai pas d'esprit de synthèse, je ne vais pas savoir gérer mes émotions"...

### **La formation est construite sur un certain nombre de questions :**

Qu'est-ce que j'ai à dire, à qui, qu'est-ce que l'on attend de moi ? Quel est ce "on" ? Et moi, qu'est-ce que j'attends de moi ? Mais aussi : quels sont les différents enjeux selon les situations ? Quelles sont ces personnes qui nous écoutent ou avec lesquelles nous sommes sensé\*es dialoguer ? Comment puis-je réduire ou donner une nouvelle place à ma solitude de locuteur, de locutrice ? De quoi ma propre parole est-elle porteuse ? Comment aller vers un "dire bien" comme expression d'une intention, comme manifestation de soi ... et se défaire d'un "parler bien" réservé à quelques-un\*es ? Comment mettre notre parole davantage du côté de la puissance d'agir ?

## contenu et déroulement : qu'est-ce que nous allons faire ?

Nous situerons le fait de parler dans une continuité qui traverse notre vie, notre quotidien. Beaucoup de situations où se jouent des choses importantes pour nous n'impliquent que quelques personnes (réunions, discussions...), et la notion de public est alors plus en retrait.

**Pendant ces trois jours, nous articulerons différents aspects et séquences :**

Nous nous appuierons dès le début de la formation sur un cadre pédagogique et des notions que nous mettrons aussitôt en pratique : **modalités de la circulation de la parole et de l'écoute**, (parole située, inter-compréhension...). Et cela afin de favoriser confiance et entraide à l'intérieur du groupe de stagiaires.

**Nous apprivoiserons des éléments de méthode**

- Définition, explicitation collective de termes et de notions : puissance d'agir, parler, dire, écouter...trac, émotion...rhétorique.... rapports de domination...
- Utilisation d'une cartographie du discours : fait – point de vue – aspect – explication/ hypothèses – statut et rôle des différents interlocuteurs/rices.

**Nous articulerons ces éléments de méthode à des éclairages provenant des sciences humaines**, par exemple : Roland Barthes autour de la censure, de la rhétorique, Vincianne Despret avec "Ces émotions qui nous fabriquent", Michel Foucault et son travail sur "un parler vrai". Nous arpenterons des extraits de textes ensemble, qui, dans notre enquête, nous aideront à nous positionner, et à aller vers des choix - A quoi ça sert de parler, ce que je crains et ce que je fais ou peux faire quand je parle.

Tout au long de la formation **nous nous entraînerons et ferons des exercices pratiques de prise de parole**, collectifs et individuels :

- Pour voir comment nous pouvons agir avec la parole sur des situations insatisfaisantes, injustes. Nous nous intéresserons aux conditions qui favorisent ou peuvent restaurer une égalité de parole dans les échanges.
- Pour expérimenter des façons de cerner nos idées, de structurer nos prises de parole, de développer un contenu, afin de gagner en singularité et en estime pour notre propre parole.
- Lors d'échauffements quotidiens, nous ferons également des exercices vocaux et corporels pour repérer ensemble comment la voix prend appui dans le corps.

Le travail sera très concret. Les stagiaires seront encouragé\*es à proposer des situations vécues, celles-ci constitueront le matériel avec lequel nous travaillerons.

De façon générale, les savoirs et compétences de chacun\*e seront sollicités tout au long du travail.

Nous alternerons éléments théoriques et exercices dans une dynamique de tissage. Il y aura des temps de travail en grand et petits groupes et des temps individuels.

Chacun\*e partira avec des objectifs et des points/aspects à travailler en lien avec des situations à venir.



## publics concernés – pré-requis

Cette formation est destinée à toute personne que ce soit à titre professionnel, bénévole, militante, citoyen, personnel. Vous êtes salarié\*e, au chômage, en reconversion... Votre participation peut faire écho à un ou plusieurs enjeux :

- Vous désirez vous exprimer davantage dans différentes situations, dans des groupes, dans des discussions, des débats...
- La parole est au coeur de vos pratiques mais vous considérez que vous manquez de recul, vous ressentez le besoin d'analyser avec distance les discours qui viennent à vous.
- Vous êtes animateur/rice, enseignant\*e, éducateur/rice, travailleur/euse sociale, bénévole, étudiant\*e, coordinateur/rice de projet... Vous êtes amené\*e à animer des réunions, des débats...
- Vous êtes animé\*e par un désir d'égalité dans les échanges pour vous-même et pour les différents acteurs et actrices de la situation.
- Vous souhaitez être plus en maîtrise, davantage à l'initiative dans diverses situations de parole où se jouent des rapports hiérarchiques, des rapports de domination et de pouvoir.

### la formatrice

**Laurence Cernon - Animatrice et formatrice du Crefad-Lyon depuis 2007.**

Titulaire d'un Beatep jeunes en milieu urbain (actuel BEPEJPS), elle a travaillé dans différentes structures (enfance, jeunesse, handicap), animé des ateliers avec des groupes de femmes en insertion professionnelle (arts plastiques et écriture). Elle a participé activement à l'aventure du café-lecture où elle a créé l'Orchestre de lect(eur)rices. Côté voix, elle a développé une pratique vocale avec le chant (polyphonie, jazz vocal, rock). Formée à la méthode de l'entraînement mental, elle crée des propositions mêlant l'écrit, le son, la lecture, la parole. Formée à des dispositifs du théâtre forum, elle s'inspire plutôt des exigences politiques du théâtre de l'opprimé\*e, comme contexte pour proposer, habiter pédagogiquement des exercices. Elle anime régulièrement des formations sur la prise de parole en public, par exemple, avec des éducateurs et des éducatrices de la Protection judiciaire de la jeunesse, des bénévoles d'associations, des conseiller/ères citoyen/nés.

### le Crefad-Lyon - l'Atelier d'éducation populaire

**Le Crefad-Lyon est une association d'éducation populaire, créée en 2001.**

L'éducation populaire, telle que nous la pratiquons, vise l'apprentissage, la transmission, le développement de l'esprit critique, l'émancipation, la réflexion éthique, pour et par tout\*es, tout au long de l'existence, partout. C'est une invitation à se situer pour mieux se déplacer, à construire des connaissances sur sa situation, à transformer sans se conformer, à agir collectivement.

Ses moyens : des ateliers, des formations, l'accompagnement de structures et de collectifs, la création de contextes (café-lecture, résidence d'auteur, voyages d'étude, S'maine de Juin, Lectures Vives...).

Le Crefad-Lyon, issu du mouvement Peuple et Culture, est membre du "réseau des Crefad".

plus d'infos - [www.crefadlyon.org](http://www.crefadlyon.org)

## évaluation et suivi de l'action de formation

**Des temps quotidiens collectifs** sont prévus pour que les stagiaires puissent revenir sur les contenus proposés, poser des questions et exprimer d'éventuelles difficultés.

**Un bilan final** permettra une évaluation avec les stagiaires. Les critères utilisés pour le bilan : acquisition et appropriation des outils, des dispositifs, des démarches méthodologiques selon les projets et les contextes professionnels des stagiaires et les applications concrètes envisagées.

**Une attestation de suivi de formation**, précisant notamment la nature, les acquis et la durée de la session, sera remise au bénéficiaire à l'issue de la prestation.

**Les feuilles d'émargement** sont signées par demi-journée, par les stagiaires et le/la formateur/rice.

### par temps de covid ...

Nous appliquons une organisation adaptée à la prévention des risques et à l'information des personnes, et prenons un ensemble de mesures pour assurer une protection collective, selon les recommandations du Ministère du Travail. Information complète et régulièrement mise à jour sur notre site.

**Dans une première phase, limitation du nombre d'inscriptions à dix personnes, ce nombre pourra augmenter si la situation revenait à la "normale".**

## coût & financement

Le Crefad-Lyon est un organisme de formation référencé au Datadock. Il est possible d'obtenir une prise en charge.

Durée - 19,5 heures réparties en 3 journées

**Tarif professionnel** - 585€ TTC soit 30 €/heure TTC

(financé par l'employeur, plan de formation, CIF, AIF - pôle emploi, ...)

Nous sommes là pour vous aider à faire le point sur les possibilités de financements.

**Coût personnel** - 175€ TTC - possibilité de régler en plusieurs fois - calendrier fixé ensemble

### PENSEZ-Y !

Nous sommes conscient\*es des difficultés que peuvent rencontrer les structures et les personnes. Nous souhaitons faire au mieux pour que l'argent ne soit pas un frein.

#### Petits budgets des personnes

Si le montant du coût dit personnel est la raison pour laquelle vous ne vous inscrivez pas, et/ou parce que les frais de déplacement sont trop importants, contactez-nous.

**Nous réservons des places dans toutes nos formations à des personnes à faibles revenus ou rencontrant une difficulté passagère (sans justificatif, il suffit qu'elles nous le disent), sur un principe de "montant à fixer ensemble".**

#### Petits budgets des structures

Les dossiers présentant des financements partiels sont recevables.

Plusieurs de vos membres souhaitent s'inscrire à une session de notre programme, nous pouvons adapter le coût.

**N'hésitez pas !**

Nous pouvons également nous déplacer jusqu'à vous et réaliser cette formation en revisitant son format, construire une proposition, une intervention sur mesure, adaptée aux contextes et aux enjeux.

Pour toutes questions concernant la pertinence de la formation par rapport à vos projets, des infos pratiques ou un problème de financement, contactez :

**Laurence Cernon - 06 65 13 82 04**  
- [crefadlyon@gmail.com](mailto:crefadlyon@gmail.com)  
[www.crefadlyon.org](http://www.crefadlyon.org)