

Les trucs des pros pour se préparer à enregistrer en radio

Avec Anne de Biran, « voix » de France Culture

PEP'S : retravailler son texte pour le dynamiser

- ▶ **Ponctuer** énormément le texte, pour éviter la lecture plate
- ▶ **Surligner des mots-clés** pour les accentuer pendant la lecture afin d'entretenir l'attention de l'auditoire
- ▶ **Modifier les mots** sur lesquels on butte, ou décomposer

CLAIR : articuler

- ▶ **Répéter** avec un crayon à l'horizontale entre les dents pour articuler
- ▶ **Lire des virelangues** (surtout sur les sons qui nous posent problème)

TEKNIK : se préparer à l'enregistrement

- ▶ **Vérifier les volumes sonores**: faire les niveaux avec la technicienne
- ▶ **Tenir sa feuille derrière le micro**, mais pas à côté (pour que la bouche reste en face du micro)
- ▶ **Éviter les bruits de feuille** : utiliser une tablette, des bostons, un support pour tenir le texte

ZEN : prendre confiance

- ▶ **S'enraciner** : avoir toujours au moins un pied au sol
- ▶ **Se tenir droit**
- ▶ **Prendre une grande respiration ventrale** avant de prendre la parole

RESPIRE : réguler son débit

- ▶ **Respirer** : si je ne respire pas, l'auditeur asphyxie. Si je respire comme d'habitude, que je lis à mon rythme, que je trouve mon confort, l'auditoire est à l'aise.
- ▶ **Faire des pauses** (calculées)
- ▶ **Prendre le temps**: si je butte sur une expression, je fais une pause puis je reprends, tranquillement. Cela sera corrigé au montage.

EYE CONTACT : vérifier la réception du texte par l'auditoire

- ▶ Je m'entraîne à **lever les yeux de temps en temps** pour vérifier si la technicienne me fait des signes pour moduler mon débit.
- ▶ Je vérifie si l'auditoire suit, **je regarde les yeux** pour m'aider à reformuler si besoin, **j' « offre »** mon regard.
- ▶ En cas d'interview ou d'échange avec la présentatrice, **le regard est très important.**

Les trucs des pros pour se préparer à enregistrer en radio

Avec Anne de Biran, France Culture

La radio pour apprendre à gérer le trac

La radio est un excellent exercice de lecture en public pour les élèves, utile pour un oral, un exposé, une soutenance de mémoire ou de thèse ou un discours de mariage !

La radio permet d'apprendre à lire un texte en public et d'arriver au bout de la feuille malgré le trac, et le cœur qui bat à en sortir de la poitrine

Le **trac**, c'est ce qu'affronte toute personne qui va s'exprimer devant un public: une classe, un réunion, une fête de famille, un discours politique ou un animateur à France Inter qui a 6 millions d'auditeurs potentiels.

C' est **chimique**: le cœur qui bat, le souffle qui devient court, la transpiration qui s'invite, les mains qui deviennent moites. Cela peut être paralysant.

A travailler avant de prendre la parole:

- ▶ Comme un alpiniste, accroché à une paroi ne regarde pas « en bas » et se concentre au bout de ses doigts et de ses orteils, à la radio , les professionnels posent chaque mot qu'ils prononcent **au milieu de leur lèvre inférieure**.
- ▶ C' est un effort de **conscience corporelle**: comprendre d'où vient le son, par où il passe, se concentrer sur les mots qui sortent de la bouche et viennent se poser sur les lèvres.
- ▶ **Offrir son regard**: les yeux sont l'autre point de conscience corporelle des professionnels de la radio (pour l'échange spontané et sans notes). On lève la tête et on se met en situation d'échange avec son interlocuteur.

Les trucs des pros pour se préparer à enregistrer en radio

Avec Anne de Biran, France Culture

« Faire les niveaux »: jeu d'impro, niveau 1

Un journaliste, avant de commencer son interview, échange avec son invité pour permettre au technicien de faire les niveaux et mettre l'invité à l'aise. Il peut lui demander, par exemple, comment il est venu jusqu'à la radio, si le trajet n'a pas été trop compliqué ou ce qu'il a mangé au petit-déjeuner...

Avec les élèves

Faire raconter l'un ou l'autre (le trajet ou le petit déjeuner) mais selon la règle du jeu suivante : ils doivent planter le décor et très vite rentrer dans un détail par les sens (odeur, saveur, couleur, texture, sensation). Comme s'ils avaient une caméra: planter le décor et resserrer sur un détail.

En écrivant, choisir l'angle:

- du ressenti (qu'est-ce que cela me fait ? Comment je me sens ?)
- De l'authenticité: oser être vrai, s'impliquer et raconter quelque chose qui m'intéresse (si ce sujet est important pour moi, on embarque son auditoire), utiliser le « je » et éviter les banalités et les clichés.

Exemple: *« J'ai pris le RER pour venir et devant moi il y avait une dame qui avait mal mis son rouge à lèvres. C'était un rose fuschia quasi fluo, très brillant qui claquait en contraste avec sa doudoune violette. Je me suis dit que j'aimerais bien une doudoune comme celle-là. La couleur était gaie mais la passagère m'a fait de la peine. Elle avait l'air ailleurs. Cela m'a rappelé... »*

Les trucs des pros pour se préparer à enregistrer en radio

Avec Anne de Biran, France Culture

« Le jour où... » et « Je me réjouis de... » jeu d'impro, niveau 2

Commencer à organiser son propos et à structurer une histoire, en prenant en compte les réaction de son auditoire. Comme un journaliste, être capable d'improviser et de rebondir pour garder son auditoire captivé.

Avec les élèves

Demander aux élèves de raconter un souvenir en commençant obligatoirement par la formule « **Le jour où** » suivi d'un récit authentique ou imaginaire: "Le jour où j'ai mangé du wasabi pour la première fois », « Le jour où mon petit frère est né... », « le jour où j'ai gagné au jeu... L'élève doit être précis, poser le cadre tout en évoquant des détails, des sensations pour rendre vivant le récit et faire participer son auditoire.

C'est ici l'occasion de laisser les élèves exprimer toutes sortes d'émotions (joie, nostalgie, énervement, colère, tristesse...): il faut oser sortir des sentiers battus...

Variantes:

Je me réjouis de... »:

Cette situation permet de laisser s'exprimer les élèves sur un sujet qui les réjouit, qui les enthousiasme... "Aux prochaines vacances, je me réjouis de...": argumenter, rentrer au cœur du détail, du concret en évoquant un maximum de sens, d'images qui déclencheront des représentations, qui évoqueront des univers.

"Mon petit moment..."

Je raconte un moment de plaisir pour moi (un café , une activité, un lieu que j'apprécie, un moment que j'aime)

Dans chacun de ces exercices, il faut être capable de sentir quand on lasse son auditoire et mettre volontairement un point final à son récit.

Les trucs des pros pour se préparer à enregistrer en radio

Avec Anne de Biran, France Culture

«L'interview» jeu d'impro, niveau 3

Les interviews sont un des grands classiques du journalisme. Un exercice parfois périlleux et très préparé: il faut savoir écouter, rebondir, sortir de sa zone de confort et saisir, parfois, les perches ou les non-dits.

Avec les élèves

Par groupe de 5 ou 6, chaque élève se prépare à raconter une histoire vécue (on laisse une dizaine de minutes pour réfléchir et la préparer).

A tour de rôle, en 1 à 2 minutes maximum, chacun raconte son histoire, les autres prennent des notes. Il faut se souvenir de tous les univers différents .

Quand chacun a raconté son histoire, chacun à son tour devient intervieweur et interviewé. Le premier élève désigné doit poser deux questions à son camarade: chaque interviewé doit répondre et devient ensuite l'intervieweur de l'élève suivant.

Important: lors de l'interview, s'appuyer sur le regard de son interlocuteur. Quand on échange autour d'une table (radio ou oral), le filin de sécurité « anti-trac », c'est le regard de l'interlocuteur.