

## CHAPITRE 7

Je ne suis pas drôle.

Comment fait-on rire?

Ce texte est extrait du livre de J.A. Gamache

# TRAC pas TRAC

## 77 j'y vais!

77 trucs pour en finir avec la peur de parler en public



truc  
63

### Testez votre humour dans vos conversations

S'exercer tout seul devant un mur ne suffit pas pour qu'une histoire soit drôle dès la première fois où vous la présentez en public. Vous devez la tester auparavant devant plusieurs groupes. Une façon simple d'avoir plusieurs auditoires pour vos exercices est d'insérer votre humour dans votre conversation de tous les jours.

Pour moi, préparer une histoire humoristique, c'est comme relater un récit de voyage.

Imaginez la scène. Vous revenez de vacances et vos amis viennent vous chercher à l'aéroport. Aussitôt débarqué, on vous demande de raconter vos aventures.

Comme c'est la première fois que vous racontez votre histoire, vous faites de petites erreurs. Vous oubliez de mentionner quelques détails. On vous pose des questions pour clarifier une partie de votre récit. Sans oublier votre conjointe qui vous interrompt tout le temps pour rectifier les faits et éviter les exagérations...

En bout de ligne, tout est clair et vos amis sont bien contents pour vous. Mais ça ne s'arrête pas là. Dans les jours qui suivent, vous répétez le même récit à vos parents et à vos amis.

De fois en fois, vous l'améliorez. Vous laissez tomber les détails inutiles. Vous décidez de changer l'ordre dans lequel vous relatez certains faits. Vous vous amusez même à exagérer des détails pour ajouter du piquant dans votre aventure. Si vous êtes comme moi, lorsque vous comprenez qu'une anecdote fait rire, vous avez tendance à amplifier certaines situations et vous rajoutez quelques gestes pour amuser votre auditoire. Vous jouez tous les rôles. En plus

d'imiter la voix de certains personnages, vous modifiez votre physionomie afin de leur ressembler.

Après quelques narrations, vous trouvez la bonne séquence, le bon rythme et c'est un vrai plaisir pour vous de raconter votre aventure autant que pour les autres de l'écouter. Instinctivement, vous testez vos récits de voyage dans vos conversations de tous les jours en y apportant les changements nécessaires afin d'obtenir les effets désirés.

Pourquoi ne pas utiliser consciemment cette même technique pour tester votre humour ?

C'est ce que je vous propose. La prochaine fois que vous préparerez une présentation, expérimentez vos blagues, vos anecdotes et vos histoires humoristiques dans vos conversations avec vos amis. Vous n'avez pas besoin de mentionner que vous vous exercez. Ainsi, si vous ne faites pas rire, personne ne se rendra compte de rien. Vous conversez tout simplement !

Plus souvent vous raconterez la même histoire dans vos conversations quotidiennes, plus vite vous trouverez la meilleure façon de la présenter. C'est un moyen simple de vous préparer et surtout de vous assurer que vos anecdotes seront drôles dès la première fois où vous les proposerez au public.

© 2008 J.A. Gamache, tous droits réservés.



**IMPRIMEZ**  
cette page  
et  
**DONNEZ-LA**  
à vos amis!



J.A. Gamache, 3<sup>e</sup> position en 2001  
championnat du monde des orateurs  
de Toastmasters International

Pour recevoir plus de trucs GRATUITS, abonnez-vous à mon magazine électronique  
au [www.jagamache.com](http://www.jagamache.com). Le livre est disponible au [www.tracpastrac.com](http://www.tracpastrac.com).