

## Le Stand-up pour améliorer l'oral !!!

Pour la deuxième année consécutive, les étudiants de BTS SAM première année, ont fait appel à l'association Ouhlala lors des ateliers de professionnalisation (AP) pour intégrer du stand-up.



On a vu émerger le stand-up, importé des Etats-Unis, il y a peu de temps en France. A Lyon, cette notion de théâtre d'improvisation par l'humour est arrivée il y a environ 5 ans dans les classes de maternels, en MJC (maison des jeunes et de la culture) ou dans les maisons de l'enfance et dans certains collèges.

Au lycée Colbert à Lyon 8, Mme Lassoued, Professeure d'Economie Gestion a intégré le stand-up dans le cursus des études supérieures, comme levier pour améliorer la communication verbale et non verbale. Les professeurs des autres sections de BTS commencent également à y réfléchir sérieusement face au public de jeunes de plus en plus changeant.

Avec l'arrivée des baccalauréats professionnels en BTS, de nombreuses difficultés sont soulevées et les classes sont hétérogènes ce qui ne facilite pas toujours l'apprentissage de l'oral qui occupe une place importante sur les matières de spécialité. Alors, afin d'encourager les étudiants et d'accroître l'homogénéité, les BTS SAM ont opté pour le stand-up.

En demi-groupe, le professionnel du stand-up fait travailler les étudiants en suivant trois étapes. L'étape une est un moment de détente et de bien-être permettant de lâcher prise et de stimuler le corps. La deuxième étape commence par des jeux collectifs pour créer une cohésion de groupe, développer l'écoute active pour apprendre à s'écouter, et valoriser son groupe afin de donner confiance en l'autre (estime et confiance en soi). La dernière étape se concentre sur de la mise en scène du théâtre d'improvisation, en lâchant le mental. Cela permet de maîtriser sa peur d'être ridicule. Le professionnel nous explique que notre deuxième cerveau est l'estomac/ventre et qu'il faut le détendre en arrivant à se faire confiance et en faisant confiance aux autres.



Ces trois étapes sont travaillées sur quelques séances de 2h par demi-groupe et la progression de la communication orale et paralangage sont spectaculaires pour certains étudiants. Les plus timides et les introvertis progressent malgré tout mais à leur rythme. Ils disent eux-mêmes sentir une progression et ils en sont très fiers !

Lors des épreuves orales de spécialité en cours, on observe très rapidement que la communication non verbale est différente et contribue à donner un sens au message tout autant que la communication verbale. L'oral n'est plus un frein pour aller chercher la bonne note !

*Le stand-up, un nouvel outil d'amélioration de la communication verbale et non verbale qui servira à nos étudiants aussi bien dans le milieu professionnel que personnel !*