

ENTRE NOUS : Chantal Marti, comédienne, formatrice et membre de l'Arfor depuis 2015

Elle a fondé Diotime, du nom de cette prêtresse de l'Antiquité, mise en scène par Henry Bauchau, qui rencontre Œdipe et l'aide à produire un chant issu du plus profond de son être. A l'image de cette héroïne, aider les autres à dépasser leurs limites à l'oral, mais aussi les conduire à la découverte de nouveaux territoires en eux, telle est la mission que Chantal s'est fixée. Portrait.

Elle se présente: comédienne, formatrice avec brevet, spécialiste en relations publiques. «Indépendante», ajoute-t-elle. Une liberté qu'elle revendique jusque dans ses choix professionnels atypiques. «Il y a quelques années, c'était à n'y rien comprendre: entre une école de communication, un travail en bureau ou dans l'animation socioculturelle, en ONG, le métier de comédienne... Et tout à coup, comme un grand puzzle, toutes les pièces se sont imbriquées pour former un tout qui fait sens.»

Elle est déjà pleinement engagée dans son travail de comédienne quand elle prend la responsabilité d'un important programme de formation chez Philip Morris International. Elle commence à y coacher les formateurs internes et prend conscience de ses compétences pour le faire. Elle se lance alors dans un brevet de formatrice. «C'était parti. Comme une évidence: utiliser les techniques théâtrales pour former en entreprise. Ou comment réconcilier deux activités très différentes qui occupaient ma vie depuis un moment.»

Aujourd'hui, les activités qu'elle propose s'appuient sur les outils du théâtre: des formations – expression orale, confiance en soi, pour les femmes, sur mesure –, des séances individuelles, des jeux de rôle. Sa spécialité: aider les personnes qui doivent parler en public à se sentir plus à l'aise dans cet exercice. Face à ce que chacun apporte, comme parcours, peurs, attentes, elle s'appuie sur son expérience du terrain pour orienter son accompagnement. «Je comprends le monde de l'entreprise pour y avoir participé. Le monde de la communication pour l'avoir étudiée. La créativité, la recherche de sincérité pour les avoir expérimentées avec le théâtre. Du coup, je peux tout autant réagir sur le contenu des présentations que sur la posture physique, la voix ou la confiance en soi.»

Vivre l'expérience de l'intérieur

Elle part du principe que tout le monde peut gagner en aisance à l'oral, que chacun a quelque chose d'unique à offrir. «Mon objectif, c'est de donner aux participants des outils concrets, rendre visible leur potentiel, les aider à dépasser leurs limites et atteindre ce qu'ils recherchent. C'est passionnant, car chaque personne est différente.»

Elle fait l'éloge de la sensibilité. Une valeur souvent décriée, perçue comme une faiblesse, à l'origine d'un trop plein d'émotions dont on ne sait quoi faire. Pourtant la sensibilité permet de se lier aux autres, explique-t-elle, de comprendre ce qu'ils ressentent, d'être attentif à ce qu'ils vivent. C'est une qualité d'ouverture. «Durant les stages, beaucoup de gens se disent timides et sont en fait sensibles. J'essaie de leur montrer que la sensibilité leur permet de gagner en authenticité.»

Car son approche se veut résolument ouverte à la sensibilité: elle ne passe pas par l'intellectuel, mais par l'expérience pratique, par les sensations. D'où son choix de bannir la vidéo dans ses stages, au contraire de la plupart des cours d'expression en public habituels. «La vidéo a un effet direct, car on voit sur l'écran les aspects à améliorer. On s'observe de l'extérieur. Moi, je préfère partir de l'intérieur, travailler sur les ressentis. Pour apprendre à trouver du confort en soi, toucher sa sincérité, son naturel.» Une approche qu'elle partage avec certains américains des plus reconnus.

Travailler la confiance

C'est cette même démarche qu'elle commence à appliquer aux entretiens d'embauche. «Il ne s'agit pas là de former aux techniques de recherche d'emploi, mais bien de travailler la posture, la confiance, l'énergie, ce qu'on dégage. Compte tenu de l'importance du non-verbal, développer sa présence est essentiel.»

Quand on l'interroge sur un conseil utile aux formateurs, eux aussi confrontés à la prise de parole, elle rappelle que face à un public, on peut être très dur envers soi-même. Or nous sommes en général de bien mauvais juges, ajoute-t-elle. Notre idée sur la perception des autres est souvent erronée. Nos «faiblesses» ne sont pas forcément visibles et ce qu'on dégage n'est pas forcément ce qu'on imagine. Un conseil valable pour tous ceux qui vivent la prise de parole comme un exercice périlleux: prendre du recul et remettre en question ce qu'on imagine de soi. Egalement la meilleure chose à faire pour aller à la rencontre de l'autre.

*Propos recueillis
par Isabelle Inzerilli*



info@diotime.ch
www.diotime.ch

- 2000 Diplôme de chargée de comm. à Polycom et brevet de spécialiste en Relations Publiques
- 2002 Écoles d'art dramatique, Cours Florent et Studio 34 à Paris, puis carrière de comédienne
- 2009 Project Leader chez Philip Morris international en parallèle de l'activité de comédienne
- 2015 Création de Diotime – The acting experience
- 2016 Brevet de formatrice pour adultes