

Idées

LIVRES

Oral

« On ne peut associer systématiquement la confiance en soi à la parole et le doute au silence. Il y a autant de différences chez les parleurs qu'il y en a chez les silencieux. » Malgré cette défense des silencieux, l'auteur de ce livre est prolix quand il s'agit de dévoiler les rudiments de l'art du parler. Il apprend à maîtriser son trac lorsqu'on doit s'exprimer en public. Après avoir pris connaissance des « cinq actions majeures pour oser parler et savoir dire », on est incité à passer aux travaux pratiques en commençant par ne plus se refuser à dire « je t'aime ».

Oser parler et savoir dire, communiquer avec authenticité,

Arnaud Riou. Les Éditions de l'Homme

280 pages, 20 euros.