

## 1- Bien se représenter ses tableaux, ou son intrigue

Se « promener dedans » en imagination.

**Raconter ce que l'on voit, perçoit et entend** au moment où l'on raconte. Comme on raconte, par exemple, ses vacances en tenant compte des personnes à qui l'on s'adresse.

 Voir aussi :

Fiche 9 - Intrigue et enjeu par Anne Faisandier  
Fiche 11 - Construire sa racontée

## 2- Savoir par cœur les titres de ses tableaux ou de ses épisodes

Mais ne pas réciter, ne pas chercher à redire "les belles phrases" que l'on a pu essayer de mémoriser. Même si... « pour se sentir plus en sécurité, c'est bien de savoir par quelle phrase on commence son conte et par quelle phrase on termine. Ça évite les surprises. »

## 3- Se raconter l'histoire plein de fois

On peut le faire dans sa tête (pendant une insomnie) mais il faut **absolument avoir raconté à HAUTE VOIX 2 ou 3 fois** avant de se lancer.

## 4- Donner une couleur à chaque tableau

Mais oui ! Un moyen mnémotechnique qui peut vous convenir.

**Exemple avec Exode 1** : *contexte/beige, le problème pour pharaon/violet, solution 1/couleur brique, solution 2/rouge sang, solution 3 génocide très noir...*

## 5- Il est possible aussi de s'enregistrer pour s'écouter

Se filmer et se critiquer. **La fluidité du récit vient avec la répétition et la concentration.** Un mot nous manque, un autre vient et le film de notre racontée continue. Soyons présent avec nos personnages du début jusqu'à la fin en suivant le fil de notre enjeu.

Le grain de sel de Claire Le Floch

*On pourrait aussi dire qu'il est possible de mémoriser sa racontée sous forme d'un diaporama.*

**Un diaporama composé des différents tableaux de notre racontée.** C'est important de bien les avoir composés, visités, au préalable.

**Ensuite, il faut savoir par où on entre dans chaque tableau, par où on en sort et qui on y rencontre.** Peu importe le chemin qu'on aura parcouru à l'intérieur. Il se mettra en place assez naturellement.

### Et si on a un trou de mémoire ?

Parler d'inspiration et non de mémoire !

On ne peut pas avoir un trou de mémoire si on raconte un tableau dans lequel on est présent (en imagination) et donc spectateur et auditeur !

Donc s'exercer à **la véritable oralité** qui mémorise des tableaux.

 Fiche 12 - Conseils de conteurs

Avec cette technique, le passage ou le personnage oublié ressortira sûrement à un autre moment.

Et il suffira de s'exclamer : « *ah, mais voilà untel qui s'est fait oublier jusque-là...*

*OU ... il faut dire aussi qu'il y a...* »

 Fiche 23 - Trucs et astuces

Le grain de sel de Mireille Godinot

« Pour les trous de mémoire (uniquement dus à l'âge 😊😊) accepter de laisser tomber nos si belles trouvailles écrites, se laisser "déposséder" lâcher prise... Par contre savoir son entrée et sa sortie sur le bout des doigts, il faut, il faut ...

Une panne ? Une conteuse de chez nous (Besançon) un jour de trou monumental, se mit à chanter dans sa langue. Ça a duré et... c'est revenu... Comme si la racontée était dans le chant... Elle chante plutôt comme une casserole mais qu'importe ?

Chantonner... inventer un geste pour retrouver son fil... Mettre le doigt et dire voilà ! Tourner les pages du Livre par exemple... Oser son truc, mettre sa main en visière et dire « *Vous les voyez ? Moi oui, ils sont... ils font/disent... etc* »

Ou musiquer 2 ou 3 notes sur son instrument... »