

CONSEILS PRATIQUES

RELATIONS AVEC LES MÉDIAS

*Le Réseau des élu(e)s municipales
de la Montérégie Est*

29 novembre 2010

QUELQUES GRANDS PRINCIPES...

LA PSYCHOLOGIE DU JOURNALISTE

Le journaliste n'est pas un opposant, mais il a un travail à faire. Voici quelques grands traits de sa psychologie.

- Le journaliste n'est pas là pour faire vos relations publiques ni pour votre notoriété personnelle.
- Le journaliste représente une entreprise.
- Le journaliste se présente avec un angle déterminé et une hypothèse (une « idée préconçue »).
- Dans le traitement qu'il fera de l'information, le journaliste est tenu par deux contraintes qui excluent toute influence amicale ou personnelle :
 - L'affectation (directeur de l'information, rédacteur en chef, etc.)
 - L'heure de tombée (*deadline*)
- Dans le traitement final de l'information, le journaliste n'est plus seul ; d'autres professionnels interviennent (chef de pupitre, infographiste, etc.).

LIGNE DE CONDUITE À SUIVRE AVEC LES MÉDIAS

- Il faut être discret et prudent : méfiez-vous du « off the record » (il ne procure aucune immunité) et des discussions à bâtons rompus lors d'un cocktail ou d'une rencontre informelle.
- Il faut être bref, concis et concret. Vous ferez de la dentelle historique ou théorique une fois que vous aurez bien fait comprendre votre message principal.
- Une attitude amicale ne peut tenir lieu de stratégie avec les médias.
- Évitez de promettre à un journaliste des renseignements que vous n'êtes pas en mesure de donner.
- Dans le doute, vérifiez avant de répondre.
- Ne jamais mentir ou mettre sur de fausses pistes.

- Évitez les « pas de commentaires ». Expliquer pourquoi on ne peut rien dire pour l'instant.
- Si vous avez à dire non, soyez ferme, mais courtois (certaines informations peuvent être confidentielles et le public n'a aucun droit à les connaître...).
- Respectez les échéanciers (heures de tombée) du journaliste.
- De façon générale, informez régulièrement les journalistes intéressés par votre secteur d'activité et pas seulement en temps de crise ! Mais évitez le surplus d'information ou le harcèlement qui ont le don d'irriter les représentants des médias.
- Il faut être certain que sa position est bien celle de son organisme : pas de contradictions, surtout.
- Il faut traiter l'ensemble des médias de façon égalitaire (sauf exception).

AVANT L'ENTREVUE

QUESTIONS A POSER A L'INTERVIEWEUR (AVANT D'AGREER A SA DEMANDE)

- Sur quel sujet voulez-vous m'interviewer? (c'est-à-dire à quel sujet d'importance cette interview est-elle reliée?)
- Qui d'autre allez-vous interviewer? S'agit-il d'un panel ou d'une entrevue individuelle?
- Quelle forme prendra l'entrevue? Fait-elle partie d'une série?
- Quand sera-t-elle radiodiffusée, télédiffusée ou imprimée?
- Par qui l'entrevue sera-t-elle menée?
- Quel « point de vue » cherchez-vous à faire valoir?
- S'agit-il d'une entrevue de « fond »? (c'est-à-dire, est-il question d'idées, de tendances, de spéculation, etc.)
- Quelle est votre heure de tombée?

PENDANT L'ENTREVUE

L'ENTREVUE TÉLÉPHONIQUE

Presse électronique et écrite en général

- Vous n'avez pas à combler les silences gênés. Les reporters utilisent fréquemment cette technique pour vous amener à continuer à parler. Ne vous sentez pas obligé d'entretenir la conversation : c'est le reporter qui doit s'en soucier et non pas vous.
- Ne vous laissez pas presser dans vos réponses.
- Ne vous laissez pas duper par des questions commençant par « Est-ce que je pourrais vous demander ce que vous pensez personnellement... ». Vous vous exprimez uniquement comme porte-parole de votre groupe. Autrement, ce n'est pas votre point de vue qui fait la une, mais bien le fait que ledit point de vue soit contraire à celui de votre groupe.
- Évitez d'émettre des opinions, de faire des suggestions ou de vous perdre en spéculations. Tenez-vous-en aux faits et à vos réponses.
- Soyez calme et conséquent, surtout, ne vous emportez pas. Rappelez-vous que ce sont le reporter et le rédacteur en chef qui ont le dernier mot.
- Évitez de regarder par la fenêtre ou de parcourir la pièce des yeux. Regardez votre bloc-notes et concentrez-vous.
- Ne vous adressez pas au téléphone, mais bien au journaliste. Imaginez qu'il se trouve dans la pièce.

Entrevue radiophonique par téléphone

- Le reporter radio est à la recherche d'une série de « clips » de 12 secondes pouvant être utilisés aux bulletins d'information. Par conséquent, gardez vos réponses les plus brèves possible.
- Vous n'avez que votre voix pour faire ressortir votre personnalité. En conséquence, simulez une interview avec un partenaire en tentant de parler sur un ton plus énergique et plus intéressant. Utilisez un magnétophone et continuez à pratiquer jusqu'à ce que vous soyez

- persuadé que vos réponses sont intéressantes et qu'elles sont exprimées de façon efficace.
- Évitez les généralités ou le recours aux statistiques, utilisez plutôt des termes précis que l'auditeur peut facilement comprendre.
 - Si vous avez tendance à ponctuer vos phrases de « euh », « tsé » ou autres, exercez-vous à décrire la pièce où vous vous trouvez comme si vous étiez un reporter radio. Essayez de le faire pendant une minute sans prononcer de « euh ». Si vous en laissez échapper un, arrêtez-vous et recommencez jusqu'à ce que vous réussissiez.

L'ENTREVUE TÉLÉVISÉE

Conseils pour la réussite d'une interview télévisée

- Si l'interview n'est pas en direct, pensez à un clip de 12 secondes qui résume le message que vous désirez communiquer.
- Il est essentiel d'adopter une attitude énergique pendant l'interview. Si vous semblez vous ennuyer, le téléspectateur se désintéressera de ce que vous dites. Si vous semblez sur la défensive, il croira que vous avez quelque chose à cacher et que vous manquez d'assurance.
- Si vous avez tendance à parler trop vite, ralentissez votre débit. Un débit trop rapide peut vous faire perdre conscience de votre maintien et de votre force. Vous pouvez également vous retrouver hors d'haleine et vulnérable. Une question épineuse peut alors vous forcer à arrêter et à penser – le contraste peut avoir un effet dévastateur.
- Si vous avez tendance à parler trop lentement ou à utiliser des phrases compliquées, vous serez ennuyeux et monotone. Soyez plus énergique, servez-vous d'exemples intéressants et d'analogies simples que le téléspectateur peut comprendre.
- Si l'intervieweur a de la difficulté, aidez-le - ne soyez pas condescendant. Vous projetez alors l'image d'une personne obligeante et honnête.
- Ne laissez pas l'intervieweur vous mettre les mots dans la bouche. Si vous n'êtes pas d'accord avec la prémisse sur laquelle repose une question, discutez poliment, mais fermement. Rappelez-vous que personne ne peut vous faire dire ce que vous ne voulez pas dire.

- Évitez les questions hypothétiques. Elles sont l'occasion de gros titres qui, neuf fois sur dix, vous désavantagent. Souvent, l'intervieweur ne s'attend pas à ce que vous répondiez, mais il se croise les doigts et espère que vous mordrez à l'appât.
- Enfin, rappelez-vous que les auditeurs et les téléspectateurs ne sont pas stupides. Ils apprécient l'honnêteté et la sincérité. Alors, si vous n'êtes pas en mesure de répondre à une question, dites-le.

DIFFICULTES POSSIBLES (QUESTIONS-PIEGES)

- Que conseilleriez-vous à....?
- Supposez que ceci se soit produit...?
- Que feriez-vous si...?
- La rumeur circule que...?
- Ne pensez-vous pas que...?
- N'aurait-il pas mieux valu de...?
- Quelle est votre opinion...?
- Selon certains experts...?

CHARNIERES

- « Replaçons l'événement dans une perspective plus vaste ? »
- « Une autre façon de voir les choses est... »
- « Il existe un problème plus important, celui... »
- « Avez-vous considéré la question plus importante de... »
- « Ce n'est pas tout à fait là que se situe le vrai problème. Le vrai problème est... »

- « Mettons cet argument de côté et examinons la question sous un angle différent... »
- « Sans vouloir vous offusquer, il me semble que cette question est à côté du vrai problème... »

COMMENT SE VÊTIR À LA TÉLÉVISION

1. Hommes

- Assurez-vous que votre cravate touche à peine votre pantalon. Le nœud doit être bien ajusté au col.
- Évitez de porter des complets trois-pièces de couleur sombre – ils donnent un air collet monté et stéréotypé. Par ailleurs, aucun homme ne semble vraiment à l’aise lorsqu’il porte un gilet.
- Évitez de porter des chemises blanches – elles ont un reflet éblouissant à la caméra. Portez plutôt des teintes pastel clair ou du beige. Il faut aussi éviter les complets noirs – ils inspirent un sentiment de méfiance et il suffit d’un simple rideau noir placé derrière vous pour que vous disparaissiez.
- Portez un veston de coupe et de couleur sobres. Les tons de gris moyen en particulier et les bleus mettent l’image en valeur. En général, le bleu marin est la couleur la plus avantageuse. Elle reflète la force et la confiance en soi.
- Si vous portez une cravate ou une chemise rayée, assurez-vous que les rayures ne soient pas trop foncées, sinon elles créeront un effet d’arc-en-ciel à l’écran.
- Évitez les styles excentriques – épaulettes, larges poches, revers ou cravate excessivement larges ou étroits. Ils peuvent distraire l’auditoire et amener les gens à s’attarder à votre manque de style plutôt qu’à votre message. Optez toujours pour un style sobre et discret.

2. Femmes

- Les extrêmes sont aussi déconseillés dans le cas des femmes. En conséquence, vous devriez éviter de porter des jupes à fentes prononcées, de grands décolletés, etc. Par contre, un costume bien taillé et un chemisier sobre projettent une image professionnelle.

- Portez le moins de bijoux possible. Ils peuvent attirer l'attention et créer des reflets dans la caméra. De plus, un trop grand nombre de bijoux dénote de la richesse, de l'insécurité et de la vanité.
- Une robe qui, sans être du dernier cri, est élégante et d'un style classique n'entravera pas votre message. Optez toujours pour des vêtements de coupe discrète sans avoir l'air sévère.

3. Hommes et femmes

- Portez des vêtements confortables. Si vous portez une nouvelle tenue, l'intervieweur peut sentir que vous n'êtes pas tout à fait à votre aise.
- Si vous le pouvez, ne portez pas vos lunettes pendant une interview. Les lunettes nuisent à l'établissement d'un bon contact visuel et elles vous rendent plus « difficile d'accès » au téléspectateur. Si vous devez porter des lunettes, évitez le style « aviateur » ou les montures de taille démesurée. Choisissez des lunettes généralement neutres avec des verres antireflet.
- Enfin, rappelez-vous que le téléspectateur ne remarquera probablement pas que vous êtes bien vêtu, mais il se souviendra certainement si vous êtes mal vêtu.

LA POSTURE À ADOPTER

- Asseyez-vous le dos appuyé contre le dossier du fauteuil et les pieds à plat sur le sol.
- Les jambes sont légèrement écartées chez les hommes, et rapprochées chez les femmes.
- Évitez de croiser les jambes. À la première question difficile, vous aurez tendance à changer votre position trahissant ainsi un inconfort au moment où vous le voulez le moins. Si vous devez croiser vos jambes ou vos chevilles, assurez-vous de ne pas pencher sur le côté — restez bien droit.
- Si le fauteuil comporte des bras, vous pouvez vous y accouder en laissant retomber légèrement les mains sur les cuisses ou en les laissant reposer sur les bras. Évitez d'agripper les bras du fauteuil ou de serrer les poings.

- Gardez la tête et les épaules droites — évitez de voûter le dos.
- Utilisez vos mains pour souligner l'importance d'un point, mais pas trop.
- Si vous adoptez une bonne posture, vous vous sentirez plus détendu et vous pourrez répondre facilement à tous les genres de questions.
- Ne portez pas les mains au visage. Cela est distrayant et reflète un sentiment de nervosité.
- Les hommes devraient ramener leur veston vers l'avant en faisant mine de le boutonner. Boutonnez votre veston seulement lorsque vous êtes debout.