

En s'appuyant sur une expérience théâtre puissante et incontestable, la Compagnie Grenier de Toulouse propose un accompagnement innovant de développement des compétences émotionnelles. Notre formatrice, Muriel Darras offre aux adolescents l'occasion de mettre en valeur le savoir-être qu'ils ont peu l'occasion d'exprimer dans une société valorisant essentiellement l'acquisition de savoirs, le savoir-faire et la performance. Car développer ses compétences émotionnelles, relationnelles, c'est relever le défi d'être soi parmi les autres, c'est atteindre une autonomie puissante !

Format :

Intervenante : [Muriel Darras](#)

Par groupe de 15 adolescents, d'horizons et de milieux sociaux différents

Le module se déroule sur cinq journées. Il est possible d'adapter le nombre et le format des exercices.

TARIF CONSENTI AUX ORGANISMES D'INTERET GENERAL : 3 744 € TTC (3 120 € HT)

TARIF INDIVIDUEL CONSENTI AUX PARTICULIERS : 320 € TTC/PERSONNE

EN SUS, EVENTUELS FRAIS DE DEPLACEMENT, D'HEBERGEMENT ET DE REPAS DE L'INTERVENANTE

DANS QUEL OBJECTIF ?

Collectivement :

- amélioration de la qualité des relations interpersonnelles
- communication, écoute
- collaboration
- prévention des conflits
- vivre ensemble, civilité

Individuellement :

- empathie
- prendre sa place dans un groupe
- révéler sa singularité, son individualité
- savoir imposer ses idées dans l'écoute et l'échange
- savoir exprimer ses sentiments, ses émotions

COMMENT ?

Par le biais de la création d'une pièce originale, à travers les techniques théâtrales et la familiarisation du processus de création, les techniques de communication non-verbales sont abordées :

- Gestion des émotions
- Acceptation de la parole de l'autre
- L'être ensemble
- Prise de parole à l'oral

POUR QUELS RESULTATS ?

La représentation de fin de parcours devant un public est essentielle pour deux raisons : d'une part, cela permet aux adolescents de montrer ce qu'ils ont appris. D'autre part, cela leur révèle que, grâce à leurs différences, ils ont su capter l'attention, s'imposer, susciter l'intérêt, révéler leurs talents, mieux vivre leur environnement, prendre confiance en eux ... en un mot ils ont su collaborer et mener à bien un projet commun.

Déclaration d'activité de formation déclarée sous le n° 73 31 080 39 31. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

DETAILS DES TROIS JOURNEES

JOURNEE 1 – Atelier « Introduction aux autres et à l'espace d'expression » :

Il sera proposé aux adolescents de se présenter de faire connaissance. Dans un second temps, par la discussion et l'échange, seront définis les sujets que les adolescents souhaitent explorer. Dans un troisième temps, les adolescents découvriront l'univers du théâtre via des jeux et des improvisations en groupe et individuellement sur :

- le sens de l'écoute et de la réaction
- le corps et l'engagement physique
- l'imagination et les émotions
- Faire de ses différences une force

JOURNEE 2 – Atelier « Écriture d'un spectacle » :

Par un jeu d'alternance, deux groupes expérimenteront la direction (direction d'acteurs, direction scénique, direction artistique) et l'exécution (distribution et interprétation des rôles artistiques et techniques). Tout le long de cette session, ils aiguiseront leur esprit critique et mettront des mots sur ce qu'ils veulent exprimer.

JOURNEE 3 – Atelier « Fabrication du spectacle » :

Le précédent atelier sur l'écriture servira à mettre en application les techniques de mise en scène :

- scénographie
- mise en espace
- travail de groupe

JOURNEE 4 – Atelier « Jouer à l'acteur »

D'une situation très simple on décortique tous les rouages des sentiments.

- « Le ça, qui te fait quoi », méthode Maurice Sarrazin
- Comment passer une émotion ?
- A qui on s'adresse ?
- Que veut-on exprimer, dire ?

JOURNEE 5- Atelier « Différents dans nos voies, rassemblés par nos voix » :

C'est le moment partagé où le présent est très intense, où on défend ses convictions et ses idées, où on se livre à l'autre, qu'il soit partenaire de jeu ou public :

- Représentation devant un public limité à 30 personnes
- Échange avec le public
- Échange en aparté : partage, discussion autour de leurs ressentis suite à cette semaine
- Collation et détente

Tous les exercices cités s'appuient sur des techniques d'improvisation, sont mis en situation et sont suivis d'un débriefing.

CONTACT PARTICULIERS

Nathalie QUIRIN
05 31 22 10 15
nathalie.quirin@grenierdetoulouse.fr

CONTACT PROFESSIONNELS

Sandrine MARRAST
05 31 22 10 15
sandrine.marrast@grenierdetoulouse.fr