

Les ateliers d'expressions théâtrales

L'expression dramatique

L'expression corporelle va de paire avec le théâtre. Ils sont indissociables, car le corps est le médiateur principal des énergies et des émotions.

Le théâtre est un art de la communication.

Il permet de dire, de développer des idées à travers des émotions multiples. Cette multiplicité, cette richesse, est donnée par la matière même de ce que nous sommes.

L'art théâtral fait appel à la personne humaine tout entière, à son physique, son caractère, son mental, sa sensibilité.

Le jeu théâtral reproduit des émotions, des personnages et des situations de la vie que l'on a observés (cinéma, littérature, musique, spectacle ...) ou imaginés, rêvés.

Le mouvement expressif se déroule dans le temps, selon un rythme donné, dans un espace déterminé.

L'expression corporelle alimente l'approche théâtrale parce qu'elle la rend plus souple, plus détendue. Elle permet à l'expressivité et au jeu de se développer avec moins d'inhibitions. De plus, elle accentue l'éveil des sentiments et de la sensibilité

L'expression dramatique, outre ses facteurs ludiques, est un outil d'éveil immense.

Le théâtre est une pratique sociale, qui insiste sur l'extériorisation en vue d'une communication. De plus, elle accroît différentes facultés, comme par exemple :

- > Développement et structuration de l'imaginaire,
- > la prise de conscience de son corps par le travail corporel,
- > l'écoute des autres à travers le travail de groupe,
- > l'écoute de soi grâce au travail individuel,
- > l'Apprentissage du " lâcher prise",
- > le Développement de sa sensibilité: accepter d'avoir des émotions et de les partager,
- > La concentration et la rigueur,
- > L'exploration de différentes formes de langages comme le geste, la parole ... et l'interprétation dans le jeu,
- > Apprendre à regarder, écouter et connaître le monde autour de soi,
- > l'épanouissement par le jeu de comédie.
- > Recréer un lieu par le mime

But du jeu dramatique

- > Pour former des êtres humains, sensibles, réceptifs, ouverts, capables de recevoir et de donner. Le théâtre s'inscrit dans un processus de socialisation.
- > Pour développer la fonction de coordination motrice, renforcer la fonction d'équilibre, et canaliser les énergies.

L'objectif est d'aider à l'éveil de la personnalité et de la communication.

La progression dans le travail amènera les jeunes vers leur propre création. Quelques recettes leur seront données. Cependant, le secret réside dans l'écoute et le plaisir du jeu.

Certains exercices ludiques se font en musique et/ou avec des accessoires pour les accompagner dans leur apprentissage théâtral.

Jeu dramatique

- > Travailler sur les états comme la joie, la colère, la surprise, la tristesse, le froid

S'amuser à passer par différentes émotions tout en trouvant la justesse.

Il faudra exagérer ses sentiments, pour sentir les transformations s'opérer dans le corps à chaque émotion .

- > des exercices aidant à la création de personnages comme un militaire, une personne âgée, un chanteur de rap ...

C'est jouer à être quelqu'un d'autre.

Le but est d'ouvrir leur regard sur l'extérieur, de développer leur curiosité et leur sens de l'observation et avant tout leur plaisir ...

Jennifer Gattoni pour la Compagnie