

COACHING ET JEUX DRAMATIQUES



«... Il nous faut cependant accepter que tous les hommes soient capables de faire tout ce qu'un homme est capable de faire. Il est évident que tous les hommes ne le feront pas avec le même éclat, mais tout le monde pourra le faire...» (Augusto Boal, Jeux pour acteurs et non-acteurs)

Ce séminaire s'adresse à tous les professionnels de l'accompagnement, du coaching, de la préparation mentale. Ainsi qu'à toutes personnes débutantes ou initiées souhaitant s'investir dans une démarche de développement personnel.

Durée : 3 jours (de 9 heures/12 heures à 14 heures/18 heures)

Coût : 150 €/jour/personne, soit 450 € pour la session.

Nombre maximum de participants : 12 personnes

Geoffroy Mathieu :

Metteur en scène de théâtre depuis plus de 20 ans, dirige une compagnie professionnelle implantée à Brest.

Titulaire du D.U. Préparateur mental appliqué à la performance sportive de l'UFR STAPS Orléans/Clermont-Ferrand.

Son parcours artistique lui a permis très tôt de pratiquer une forme d'accompagnement personnel et collectif à travers la direction de comédiens.

En particulier, il a beaucoup travaillé auprès de jeunes adultes, en animant pendant 15 ans des ateliers en direction de ce public, dans le domaine théâtral spécifiquement, mais aussi en direction d'élèves en école d'ingénieur. Il mène des jeux dramatiques depuis une vingtaine d'années, auprès des comédiens de sa compagnie, mais aussi des publics, jeunes ou adultes, qu'il a pu rencontrer dans son parcours de formation.

Geoffroy Mathieu témoigne :

« Mettre en scène un spectacle théâtral, c'est aussi « accompagner » des comédiens.

Il s'agit de les aider à trouver leur direction, leur chemin vers l'accomplissement d'une « performance ». Les processus qui mènent à la réussite ou au contraire à l'échec sont souvent similaires, que cette performance soit artistique, sportive, professionnelle ou encore personnelle. J'ai voulu mettre à profit mon expérience théâtrale et le regard spécifique qu'elle m'apporte pour la partager avec un public plus large, et me suis orienté vers la préparation mentale et l'accompagnement personnel et collectif. »

Objectif général :

Cette formation se conçoit comme une approche du jeu dramatique en tant qu'outil de coaching de groupe, mis à la disposition des participants, mais aussi comme un séminaire de formation et de développement des accompagnateurs à travers la réalisation de jeux dramatiques dans les rôles alternés "d'acteurs" puis de "meneurs". Les participants éprouveront les possibilités offertes par cette méthode, et pourront aussi y trouver un espace de travail sur leur position d'accompagnateur / travailler des problématiques personnelles rencontrées dans leur pratique quotidienne.

Position "acteur" : éprouver de l'intérieur cet exercice, travailler sur des problématiques personnelles, connaître cette position - à l'intérieur du jeu - pour pouvoir mieux accompagner ensuite, dans un cadre professionnel.

Position "meneur" : apprendre à mener -> quel langage utiliser, quels mots éviter, quelle position/posture adopter, comment/quoi regarder...

Le jeu dramatique :

«C'est un jeu collectif au cours duquel, par petits groupes, les joueurs (auteurs) inventent un projet de fiction en élaborant un canevas à partir d'un thème, le mettent (acteurs) à l'épreuve d'un jeu en improvisant sous couvert de personnages sous le regard des autres groupes, puis, tous font le bilan de leur expérience pour l'améliorer. Ils sont conduits, tout au long de ce parcours, par un meneur de jeu dont la fonction est de permettre au jeu d'exister et de se développer à partir du projet du groupe... Le jeu dramatique se différencie du théâtre (comme art), dans la mesure où il exclut tout jugement de valeur...» (Christiane Page)

Le jeu dramatique est un espace où l'on communique, où l'on modifie des comportements, où l'on peut trouver sa place au sein d'un groupe. C'est un temps pour libérer son imaginaire, pour manipuler la fiction et la réalité, pour faire parler ses émotions, sa sensibilité. C'est aussi un moyen de développer des savoir – être. C'est un espace où traiter de manière symbolique des problématiques humaines.

Objectifs spécifiques :

Apprendre à écouter : accepter de «faire le vide» en soi et autour de soi, pour apprendre à être attentif

Apprendre à se risquer à ...

Apprendre l'espace et les espaces

Apprendre à connaître son corps : faire qu'il devienne l'instrument par lequel toute créativité passera.

Apprendre à développer sa sensibilité

Apprendre à accepter d'avoir des émotions

Apprendre à travailler son imaginaire

Apprendre l'humilité : Il n'y a pas de «bonnes ou mauvaises réponses», mais une perpétuelle et constante recherche, étant celle du «comment» et non celle du «pourquoi».

Apprendre à se regarder : s'écouter, se connaître, mais aussi regarder, écouter et connaître le monde autour de soi.

Apprendre le collectif : «Que sans les autres, mes propositions restent vaines». Donc il faut apprendre aussi à avoir une vision non hiérarchisée du groupe où chaque individu peut s'exprimer tel qu'il est tout en laissant les autres s'exprimer tels qui sont, sans jugement, ni comparaison et, à partir de là, rechercher une mise en œuvre d'expression commune.

Apprendre à se faire confiance et à faire confiance

Apprendre à gérer le stress

Apprendre à lâcher-prise