

Théâtre social

Ateliers d'improvisation théâtrale

INTRODUCTION AU THÉÂTRE SOCIAL

Le théâtre social, c'est réunir des gens de milieux divers afin de proposer une démarche théâtrale où l'on questionne le « mieux vivre ensemble ». C'est proposer un espace artistique dans lequel le partage entre personnes diverses, le plaisir délicat d'être ensemble sont la norme.

Se réunir, prendre le risque d'agir, donner de soi avec sincérité et recevoir des autres, ces « autres » parfois si injustement éloignés de l'univers de la culture.

Éduquer, observer, conscientiser nos corps et ouvrir notre sensibilité aux spectateurs, parler de nous dans le monde et de notre « monde » à nous.

S'engager auprès de publics variés. Imaginons ensemble un monde où chacun a une place pour être entendu, écouté et reconnu.

UN ATELIER DE THÉÂTRE SOCIAL, C'EST QUOI ?

Les besoins spécifiques de votre public sont **LA** grande référence : **l'objectif n'est pas de former de futur.e.s comédien.ne.s** mais de se centrer sur les besoins des participants en toute bienveillance.

L'intérêt c'est de comprendre où en est l'autre afin de travailler au mieux avec lui. Nous ne sommes ni psy, ni thérapeute.

Notre rôle, c'est d'éduquer, au sens de proposer à chacun.e un chemin pour s'élever, se rencontrer et rencontrer les autres.

Accompagner, respectez les limites de chacun.e, accompagnez la personne pour qu'elle dépasse ses peurs, ses appréhensions. Chacun.e de nous a construit au fil du temps ses défenses pour vivre, survivre, exister. Il ne s'agit pas de forcer qui que ce soit à changer, à modifier son comportement mais de l'accompagner, de faire avec l'autre tel.le qu'il.elle est.

Les objectifs d'ateliers s'inscrivent souvent **dans une logique de développement de compétences**. Cependant, les participants ont souvent une perception différente. Lors d'un atelier théâtre, ils sont invités à être pleinement dans l'instant présent : à se connecter à leurs émotions, à leurs sentiments, à leurs corps. Ils vivent avant tout des expériences et c'est ce qui compte le plus. Il s'agit de créer un cadre sécurisant et bienveillant où l'échec n'est pas seulement autorisé mais est aussi valorisé car reconnu comme une étape essentielle de l'apprentissage.

L'atelier théâtre n'est pas une compétition et **il n'y a pas d'obligation de performance, ni de pression à réussir**, il s'agit de donner meilleur de soi-même, à oser, à explorer, à se dépasser, tout en veillant à ses fragilités, ses limites, l'état émotionnel du jour et le lien avec l'objectif visé. **Se tromper, c'est aussi apprendre !**

MONTER UN ATELIER DE THEATRE SOCIAL

La **Théâtre Social** est une manière de faciliter la communication à travers l'art du théâtre. Il est utilisé dans un contexte éducatif et pratiqué dans des ateliers, en groupe et influencé par différentes approches (musique, théâtre, jeux, improvisations...).

C'est avant tout dans l'expression verbale et corporelle qu'il permet de faire vivre des expériences émotionnelles et sensorielles dans une logique de développement des compétences. Ce processus peut parfois se rapprocher d'une thérapie mais ce n'est pas l'objectif ici. Si les participants entrent dans ce processus, l'intervenant doit pouvoir accompagner et diriger les personnes vers des professionnels, ceci en faisant preuve de bienveillance.

Quoiqu'il en soit, des retours peuvent être faits en fonction du contexte et de la structure dans laquelle les ateliers sont dispensés avec comme objectif l'aide à la personne, la valorisation, la dédramatisation des erreurs ou égarements. Il s'agit avant tout de donner du sens à l'action à travers le théâtre. Il s'agit d'enrichir la personne, la faire prendre conscience de ses sensations, de s'observer, de faire appel à ses ressources (même les plus petites) pour les transformer, les enrichir et en faire des atouts et compétences.

De fait, il sera abordé différents items dans ces ateliers :

- mise en mouvement, l'attitude et le relâchement corporel, respiration et relaxation
- communication et relations sociales, dynamique collective et cohésion de groupe
- l'image de soi, la confiance en soi, le regard des autres, la gestion des émotions en groupe
- la gestion du stress et de l'anxiété, la concentration et l'attention, l'écoute de soi et des autres
- l'ouverture sensorielle : la vue, l'ouïe, le toucher, la voix
- la mémoire visuelle et auditive
- l'expressivité du corps et l'expression orale
- la créativité et l'imagination, l'expression positive et la joie
- la conscience, le silence, le rapport spatio-temporel
- l'improvisation, la musique, le chant, le jeu dans sa globalité



PUBLICS CONCERNÉS

Enfants à partir de 6 ans ou à partir du collège selon les compétences

- difficultés et troubles de l'apprentissage
- difficultés de communication, d'intégration scolaire et sociale
- carences socioculturelles, éducatives et affectives
- troubles du comportement

Adultes

- en fragilités sociales engagés dans un parcours de réinsertion
- en situations de handicap et en situations d'exclusion
- primo-arrivant ayant besoin d'inclusion
- dans un parcours de retour à l'emploi
- cohésion de groupe en entreprises

MOYENS MIS EN OEUVRE

Les moyens utilisés sont les exercices de théâtre et de musicothérapie, les improvisations ludiques et les improvisations de simulation

C'est quoi une **improvisation ludique** ?

D'abord il faut exclure « l'impro » telle qu'elle se répand aujourd'hui dans l'univers du théâtre. Il ne s'agit pas de « matchs d'impros »...

En tous cas, un seul mot d'ordre : **S'AMUSER**

Une improvisation ludique est un moment où les participants feront face à leur imaginaire et explore intuitivement l'état d'improvisation qui leur permet d'entrer en contact avec leur potentiel expressif et créatif. A partir d'une consigne simple, aucune directive de la part de l'animateur pendant le jeu si ce n'est pour valoriser et la relance de l'action

C'est quoi une **improvisation simulation** ?

Ici l'animateur et les participants engagent une réflexion sur une thématique à aborder. Les consignes sont bien distinctes et il est demandé de s'engager comme si vous étiez dans la « vraie vie ». Point commun avec l'improvisation ludique : **S'AMUSER**

Déroulé standard d'un atelier :

- échauffements, exercices de relaxation (ex : mise en mouvement, cohésion de groupe, etc...)
- Exercices sur la thématique du jour (travail sur la confiance, l'écoute de soi et des autres...)
- Improvisation ludique et/ou simulation en application avec les techniques abordées
- Retours, debrief et verbalisation et si besoin temps calme de relaxation

CONCLUSION

La réflexion autour du Théâtre Social est celle d'un Théâtre émancipateur. Qu'il ait une ambition socio-éducative, dans le handicap ou en prison, en foyer, dans une association ou encore à destination de la réinsertion professionnelle, le Théâtre Social a pour rôle l'émancipation individuelle et collective.

Avec les exercices de mise en mouvement et de cohésion de groupe, ceux autour de la confiance en soi, de l'écoute de soi et des autres, de l'imaginaire verbal, de l'imaginaire corporel, du regard, de la prise de l'espace, de la conscience du temps et de l'expression du visage et du corps, vous permettez aux participants de retrouver leurs valeurs, leurs forces et la motivation de s'affirmer dans la vie et de réaliser parfois avec peu de grandes choses.

L'INTERVENANT - FRANCK JUNCKER

Formé à l'Atelier de Musicothérapie de Bourgogne, au Bataclown et au Théâtre de l'Instant Présent, il s'est enrichi au fil du temps dans diverses formations courtes avec entre autres Tom Roos, Yves Dagenais, Alexandre Demay, Daphne Clouzeau, Thierry Victor... et d'autres illustres clowns dans son petit coin de Lorraine.

Musicien amateur qui tape un peu sur tout ce qui peut faire du bruit, il pratique la batterie et le Handpan à ses heures perdues. Et quand il lui reste un peu de temps, c'est du côté du théâtre qu'il le passe avec la Compagnie de l'Omnibus à Nancy.

Depuis 2021 et après une reconversion pro, il est musicothérapeute dans plusieurs institutions médico-sociales en Lorraine et clown hospitalier, dans 3 compagnies, avec l'association Docteur Sourire Lorraine en service de pédiatrie et hôpital mère/enfant, avec La Straeto Company en EHPAD et avec le Collectif Soin-Soin à Nancy.

Il propose aussi des ateliers de théâtre social à destination de publics empêchés.

Spectacle :

« **Ouahh** » - trio poético-burlesque à destination des publics empêchés (EHPAD) - Clown
Création 2023 et en tournée dans plus de 60 établissements jusque Janvier 2026

« **ZiZaZen** » - duo de clowns Zen
Création 2026

« **Ne(z)vrose** » - solo de clown
Création 2026-2027