



Sophie Gaillard

**Spécialiste des techniques ludiques au service
de la confiance individuelle et de la cohésion de groupe**



FORMATIONS EN ENTREPRISES • STRUCTURES ÉDUCATIVES • STAGES INDIVIDUELS

Théâtre Action

LA FORME

Elle s'organise en trois parties. Elle débute par un spectacle « Self-contrôle » joué par Sophie Gaillard et d'une durée de 40mn. À la fin du spectacle, la comédienne échange avec les jeunes spectateurs. L'idée est de proposer une réflexion et d'ouvrir un débat. Pour ce faire, l'animatrice veille à ce que le cadre soit sécurisant et bienveillant afin que chacun puisse s'exprimer. Enfin, l'animatrice invite deux jeunes à jouer une mini-scène de maltraitance. À la fin de la scène, le public est pris à témoin et est invité à envisager des alternatives pour changer et transformer cette réalité injuste.

LE SPECTACLE *Self-contrôle* durée 40mn

Le texte a été écrit par Sophie Gaillard, professeur d'E.P.S. durant 18 ans. L'écriture de ce spectacle est nourrie de son expérience du terrain et de ses observations des collégiens. Il s'inspire d'une certaine réalité.



SYNOPSIS

Une enseignante d'EPS se présente devant un tribunal. Elle raconte et revit un cours. L'actrice joue, de manière très rythmée et dynamique, tour à tour le prof d'EPS, les élèves : Marthial le souffre-douleur, Paolina la provocatrice rebelle, Benjamin le frimeur égocentrique, Alexandre le dur, Sid-Ahmed le casse-coup...

Le spectateur est pris à témoin de ce cours qui déraile et de l'impuissance du professeur à mener correctement son cours. Il est parfois pris à partie et devient élève de ce cours d'E.P.S. Aussi, le spectateur-élève est transporté dans cet univers qu'il connaît bien. Il oscille entre des moments de rire, d'apnée, de surprise, d'effet miroir, de tension. Il est totalement concerné par le sujet puisque celui-ci traite de sa réalité.

LE PROPOS

Ce spectacle retrace, sans jugement ni morale, certains fonctionnements et comportements d'élèves, les dysfonctionnements des uns et des autres, l'effet de groupe et la difficulté pour l'enseignant à gérer cette classe dissipée. Il dépeint des jeux, soi-disant drôles d'après certains élèves, qui sont au final vécus de manière violente pour d'autres. Il aborde le manque d'empathie vis-à-vis d'élèves en souffrance. Il sert de miroir aux spectateurs-élèves qui se projettent dans ce cours. Le spectacle vient les interroger sur leurs fonctionnements au sein du groupe, sur des comportements violents, sur leurs passivités ou déresponsabilisations face à certains agissements. Le ton de ce spectacle n'est ni moralisateur, ni manichéen. Le thème est traité avec beaucoup d'humour. L'objectif est d'amener l'adolescent à une autocritique et à des prises de conscience.



Sophie Gaillard

Spécialiste des techniques ludiques au service
de la confiance individuelle et de la cohésion de groupe



FORMATIONS EN ENTREPRISES • STRUCTURES ÉDUCATIVES • STAGES INDIVIDUELS

Le Théâtre Action

durée 120mn

DÉBAT

Le spectacle est suivi d'un échange entre la comédienne et les adolescents.

Les objectifs sont les suivants :

- Amener les adolescents à s'exprimer, à réfléchir et à se questionner sur ce que leur renvoie ce spectacle.
- Leur permettre de partager leurs points de vue et d'engager une réflexion collective sous le regard distancié de la comédienne.
- Les inviter à mettre des mots sur leurs ressentis et, par là même, à avoir des prises de conscience et à s'interroger sur leurs représentations, leurs croyances et leurs comportements.
- Accompagner les adolescents dans l'affirmation de soi à travers la prise de parole en public.

Les mots clefs seront projetés sur un mur, par le biais d'un vidéoprojecteur. Un adulte de l'établissement sera chargé de les taper en direct sur l'ordinateur. De cette façon, les idées évoquées seront visibles de tous, stimuleront des idées nouvelles, des pensées créatives et aideront les élèves à structurer leurs pensées. En outre, il restera une trace écrite de ces échanges qui pourront servir éventuellement de point d'appui pour un travail pédagogique ultérieur.

THÉÂTRE-ACTION

Une mini-scène de maltraitance sur un élève, appelé Marthial, comme le personnage du spectacle, est jouée par des élèves volontaires ou la comédienne si nécessaire.

La comédienne demande alors au public de s'imaginer être témoin de cette scène et de suggérer une attitude à adopter pour désamorcer avec bienveillance la situation. L'élève proposant son hypothèse sera invité à venir la jouer. La scène est donc rejouée avec l'intervention du jeune proposant. À la fin de la scène, l'artiste demande aux comédiens-élèves ce qu'ils ont ressenti, si la proposition leur semble juste. Le public donnera également son avis. En fonction des retours sur la faisabilité de la proposition, la scène sera rejouée ou pas. Si les comédiens et le public ne sont pas convaincus, tous ensemble, stimulés et guidés par l'artiste, ils chercheront une autre hypothèse qui sera elle aussi testée en direct, et ce à l'image du principe du théâtre-forum.

L'idée est d'amener les jeunes à s'inscrire dans une démarche d'écoute et de création collective, à éveiller leur empathie, leur sens critique, à valoriser leur imaginaire et leur force d'analyse. C'est aussi l'occasion de les inciter à développer leurs compétences relationnelles et à s'interroger sur le pouvoir qu'ils ont (dans le cas où ils sont témoins d'une scène de maltraitance) ou sur comment ils peuvent agir.

L'objectif est de les conduire à être faiseurs de propositions et à élaborer eux-mêmes leurs pensées afin qu'ils puissent se les approprier et les intégrer, ainsi que de les aider également à assumer face au groupe une parole qui leur est propre.



FICHE TECHNIQUE

Cette forme légère ne nécessite aucun apport technique.

Elle est conçue pour être représentée dans un rapport de convivialité avec le public. Le spectacle peut être proposé dans les médiathèques, les locaux associatifs, les établissements scolaires, etc.

- **Espace scénique : minimum 2m x 2m**
- **Un ordinateur**
- **Un vidéoprojecteur**
- **Un adulte complice pour noter les mots clefs**



Sophie Gaillard

**Spécialiste des techniques ludiques au service
de la confiance individuelle et de la cohésion de groupe**



FORMATIONS EN ENTREPRISES • STRUCTURES ÉDUCATIVES • STAGES INDIVIDUELS

Parcours de Sophie Gaillard

EXPÉRIENCES

- Professeur d'EPS durant 18 ans (1996-2014).
- Comédienne professionnelle depuis 2010, Compagnie « Les Tombés de la lune ».
- Animatrice d'ateliers théâtre pour adolescents sur l'estime de soi et la confiance en soi, depuis 2011.
- Animatrice de théâtre-forum, depuis 2011.
- Animatrice de stages clown en tant qu'outil de développement personnel.
- Consultante - formatrice depuis 2011.

COMPÉTENCES

La formation initiale (STAPS) de professeur d'EPS lui a permis d'acquérir des connaissances dans le domaine des sciences humaines et des neurosciences. En outre, elle lui a fourni des outils et une méthodologie pour construire et mettre en œuvre des situations d'apprentissages. Son expérience du terrain, avec la diversité des publics, l'a conduite à développer des capacités pour s'adapter, innover et créer des situations pédagogiques ludiques adaptées au rythme de chacun. Elle a acquis des savoir-faire pour améliorer le fonctionnement, la cohésion et l'efficacité du groupe.

Comédienne professionnelle depuis 2010, l'expérience de la scène, la formation de comédienne de théâtre et de clown lui ont permis de développer des capacités d'improvisation, de créativité, d'écoute de soi et de l'autre. Elle a acquis un savoir-faire pour animer des ateliers théâtre, clown et théâtre-forum visant l'amélioration de la communication, de la relation aux autres, de la confiance en soi et de l'estime de soi.

Consultante-formatrice depuis 2011, les thématiques qu'elle propose concernent l'émulation et la cohésion de groupes, la gestion du stress et des émotions, l'autorité saine et bienveillante dans la gestion de groupes, l'accompagnement dans l'aisance de la prise de parole, l'amélioration des techniques de communication et de la relation aux autres.

Chemin faisant, ses compétences ont évolué au travers de nombreuses formations qu'elle a suivies dans le but d'améliorer la communication et la relation aux autres.

FORMATIONS

Cursus de formation à l'approche systémique :
« Améliorer la communication et la relation aux autres, par une meilleure compréhension des comportements humains »

FORMAREP 2004 à 2007

Formation en analyse transactionnelle :

« La gestion de l'autorité saine »

ALTERNANCES 2006

Formation systémique à :

« La gestion partenariale de la communication et des relations humaines »

FORMAREP 2013

Formation MO2I :

« Découvrir son excellence »

Joël GUILLON 2015

Formation à :

« La gestion des hontes et des culpabilités dans la relation humaine »

Philippe GIBOUT et Françoise MUHR 2016

Membre d'un groupe de supervision depuis 2013



Sophie Gaillard

✉ 29 rue Galilée • 87100 Limoges

☎ 06 15 55 85 84

@ sophie@sophiegaillard.fr

f in www.sophiegaillard.fr