



STAGE

De développement personnel *Analyse transactionnelle et théâtre*

Intervenantes :

Karine Monneau

Comédienne, metteuse en scène et coordinatrice artistique

et/ou

Sarah Freynet

Metteuse en scène, dramaturge et professeur d'art dramatique

Anne Elodie Osseland

Psychologue clinicienne et formatrice pour adulte

Introduction

La communication interprofessionnelle peut être source d'épuisement. C'est pourquoi, dans le cadre de ce stage, l'objectif général est d'explorer toutes les dimensions du champ des interactions sociales en utilisant le théâtre afin d'appréhender son assertivité.

L'assertivité ou comportement assertif, est un concept de la première moitié du XXème siècle, introduit par le psychologue Andrew Salter, désignant la capacité à s'exprimer et à défendre ses droits sans empiéter sur ceux des autres. Il a été développé plus récemment par Joseph Wolpe, psychiatre et professeur de médecine américaine, qui le décrivait comme une « expression libre de toutes les émotions vis-à-vis d'un tiers ».

La co-animation de ce stage par des artistes et une psychologue, offre la possibilité au stagiaire, d'une part, de mieux comprendre ses façons d'être et d'agir et d'autre part de pouvoir explorer de nouveaux modes d'interactions en s'amusant.

Objectifs

- Prendre conscience de ses stratégies de communication à travers l'analyse transactionnelle *. Nous utiliserons le modèle simplifié de l'analyse transactionnelle comme grille de lecture des jeux relationnels dans la communication.(remplissage d'un stratégramme et discussion individuelle avec l'intervenante psychologue)
- Utiliser les outils et techniques du théâtre pour explorer les différentes dimensions de la communication (présence/corps/voix...)
- Appréhender l'état du « jeu » pour développer son assertivité

Contenu et outils :

DESCRIPTIF	CONTENU DE LA SÉANCE	OBJECTIFS
Présentation	Tour de table et présentation des intervenantes et de leurs actions	• Se présenter • Échanger sur les représentations et les attentes
Evaluation diagnostic et brainstorming sur la communication et l'analyse transactionnelle.	Contenu (méthode magistrale et interrogative) : ✓ Les 3 dimensions de la communication ✓ L'analyse transactionnelle • Questionnaire stratégramme • échange individuel avec l'intervenante psychologue	• Appréhender les outils de la communication et les états du moi de l'analyse transactionnelle • S'auto évaluer pour prendre conscience de ses propres dynamiques relationnelles
Atelier de développement personnel par la pratique du théâtre	• Echauffements et jeux d'improvisation • Travail sur la présence • S'approprier un langage corporel par des échanges entre l'écoute et le jeu • Analyser et développer un scénario autour de l'analyse transactionnelle • Explorer l'état de l'enfant « Je » et retourner à l'état adulte analysant les postures et attitudes. • Jeu collectif • Bilan	• Créer le groupe et réveiller son corps • Exploration de la communication non verbale. • Travailler le ton, le son, la projection, l'intention • Travailler l'écoute, l'intention et la synchronisation • Reprendre conscience de son corps, ses gestes, ses mimiques... • Porter le regard sur le groupe et l'individu • S'approprier les différents états du moi de l'analyse transactionnelle

* L'analyse transactionnelle est définie en 1958 par Éric Berne, médecin psychiatre canadien, comme un système de psychothérapie basé sur l'analyse des transactions et des chaînes de transactions qui apparaissent durant des actes de traitement, Une théorie de la personnalité basée sur l'étude des états propres internes et l'analyse de simples transactions par l'étude de diagrammes transactionnels.

Présentation de En compagnie des Barbares :

Sarah Freynet Ecriture et mise en scène

Diplômée d'un CAPES de Lettres et d'un MASTER d'Etudes Théâtrales, Sarah Freynet enseigne la dramaturgie aux conservatoires de Toulouse et Carcassonne ainsi que la mise en scène en Master d'Ecriture et de Mise en scène à l'Université Toulouse Jean Jaurès. Pour En Compagnie des Barbares, elle écrit et met en scène, imagine des dispositifs scéniques. Son texte Transmission, petite histoire des objets des morts a obtenu le prix d'Aide à la Création du Centre National du Théâtre (actuel Artsцена) en 2015.

Karine Monneau Interprète et directrice artistique des projets

Comédienne et metteuse en scène depuis de nombreuses années, Karine Monneau travaille sur de multiples formes théâtrales ; en salle avec des textes du répertoire autant que dans la rue avec des textes fragmentés. Elle s'est formée auprès de Zigmund Molik, Natalia Svereva, Oleg Koudriachov, Howard Barker, Oscar Gomez Mata, Esperanza Lopez, a travaillé notamment avec Laurent Serrano, Godefroy Segal, Solange Oswald et Joël Fesel du groupe Merci... En 2010, elle fonde avec Sarah Freynet En Compagnie des Barbares dont elle est de toutes les créations Les Notes de l'Oreiller (2011), CRI & CO (2014), Transmission (2015), Konférans pour lé zilétre (création 2017), Nos Années (création 2019). On a pu la voir par ailleurs dans La Mastication des morts du Groupe Merci (version 2012-2018), Festival in D'Avignon 2022

Ensembles elles fondent En Compagnie des Barbares :

En Compagnie des Barbares travaille sur deux axes principaux : la langue et la mémoire. Les spectacles de la compagnie s'appuient d'une part sur une littérature non théâtrale et d'autre part sur une écriture de plateau à partir de témoignages fictionalisés par Sarah Freynet. Pour chaque forme théâtrale, la compagnie invente le dispositif le plus pertinent pour plonger le spectateur dans un univers particulier.

Que ce soit des tirages de tarot pour un spectateur à la fois (Tarot des fétiches) ; une Konférans pour lé zilétre ; une traversée des Années d'Annie Ernaux autour d'une table du temps et du son ; un spectacle sur l'héritage joué dans une maison que l'on vide ensemble, un questionnement sur la jeunesse...

Le public est toujours convié à une expérience.

Par ailleurs, En Compagnie des Barbares conduit des projets culturels multiples (créations théâtrales, ateliers d'écriture) avec des publics variés : jeunes adultes en formation, étudiants, détenus, personnes en situation de handicap...

Anne-Elodie Osseland est psychologue clinicienne et intervient en qualité de formatrice sur ce stage. psychologue clinicienne, diplômée en psychopathologie clinique. Elle intervient régulièrement en entreprise pour évaluer, prévenir et accompagner les problématiques liées aux risques psychosociaux (RPS) : stress, épuisement professionnel, conflits interpersonnels, mal-être au travail, perte de sens, etc. Son approche repose sur une écoute active, une analyse fine des dynamiques relationnelles et organisationnelles, ainsi qu'une lecture psychologique des situations de travail. Elle s'appuie notamment sur des outils reconnus tels que l'analyse transactionnelle, les entretiens individuels ou collectifs, les observations in situ, et des questionnaires d'évaluation des RPS.

Temps d'intervention et Tarif :

Ce stage se propose sur deux journées.

Nombre de participant.es : 18 à 26 personnes

Deux intervenantes artistes, une psychologue

Nombre de participant.es : 10 à 17 personnes

une intervenante artiste, une psychologue

Temps d'intervention artiste en présence sur 2 jours : 12h

Temps d'intervention psychologue en présence sur 1 jour : 6h

Tarif journée/intervenante : 1000 euros.

Tarif demi-journée : 500 euros.

coût du stage 3 intervenantes : 5000 euros

coût du stage 2 intervenantes : 3000 euros

voyage et défraiement en plus.

Contact :

Karine Monneau

encompagniedesbarbares@gmail.com

06 09 95 48 13