

Quand hypnose et improvisation théâtrale parlent le même langage

L'ORGANISME DE FORMATION

L'ARIA est un centre de ressources pour l'accompagnement des pratiques artistiques et culturelles, à l'intention de tous celles et ceux qui se retrouvent dans une démarche d'Education Populaire, consistant à donner à chacun les moyens de son émancipation individuelle et collective.

L'Aria garantit l'adaptation des dispositifs d'accueil, de suivi pédagogique et d'évaluation aux publics de stagiaires, ainsi que l'adéquation des moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement et la prise en compte des appréciations de chacun.

Lors de la session de formation, chaque module est évalué de manière formative (jeux de mises en situations, etc.) et de manière formatrice (autoévaluation, critères de réussite en fonction des compétences à acquérir) afin d'attester du niveau de connaissance et de pratique acquis en fin de formation.

Nous garantissons un effectif adapté à chaque formation permettant un travail collectif dans les meilleures conditions d'apprentissage mais aussi d'échanges avec les formateurs et les autres stagiaires.

Dirigé par

Jean Louis Graziani

Comédien, praticien en hypnose et pédagogue

Informations pédagogiques

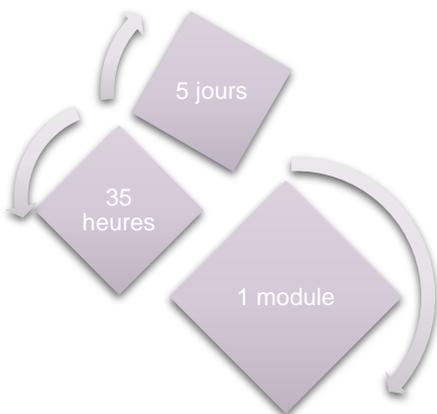
- L'hypnose, comme l'improvisation, parle d'acceptation, d'écoute, de synchronisation, de confiance, de connexion « d'entrer et de sortir » d'un personnage et aussi de parties plus inconscientes : de créativité, de libération d'émotions... L'une comme l'autre, prétendent que tout commence dans le corps, elles racontent des histoires qui parlent d'actions, de changements, de rebondissements. Chez les deux, il existe une sorte de magie qui opère et qui fait que, le temps d'un moment, dans l'espace (scénique en improvisation), l'égo semble disparaître, les peurs se dissipent pour laisser place à une écoute élargie et à plus de plasticité mentale.

Objectifs pédagogiques

- Par le théâtre d'impro :
 - améliorer son écoute, sa spontanéité, son sens de la répartie, son imagination ;
 - acquérir des clés pour améliorer sa communication, se situer et évoluer au sein d'un groupe, savoir prendre sa place
 - acquérir les diverses techniques du jeu d'acteur : travail sur la voix, le corps, l'espace, les émotions
- Par la pratique de l'hypnose :
 - aborder le « lâcher-prise » et explorer les états de conscience modifiée, élargir son champ des perceptions
 - laisser libre cours à sa créativité artistique
 - travail sur la gestion des émotions, la confiance en soi

Méthodologie

- Création avant tout d'une atmosphère de travail qui se veut sûre, bienveillante et ludique. Exercices corps, voix, relaxation, inductions diverses, jeux d'improvisation.



Prérequis

- Aucun

Profil

- Adultes et adolescents

Evaluation

- Evaluation continue au long du stage
- Validation des exercices pratiques