

# COULEURS ÉMOTIONS



## EN PRATIQUE

- Pour qui : P3 à S3
- Durée : 50'
- Lire le mode d'emploi



## OBJECTIF

- S'exprimer et échanger après le spectacle
- Exprimer ses émotions
- Créer du sens

Après un spectacle, chacun-e peut exprimer son ressenti et ses impressions. Nous sommes dans le registre des émotions et des sentiments : joie, peur, colère, tristesse, dégoût... Ces émotions de base peuvent être nuancées : inquiétude, incompréhension, surprise, amusement, humour, compassion, énervement, sursaut... Chacun-e aura des ressentis différents, c'est personnel et cela évolue au fil du spectacle. Une même personne peut ressentir des émotions différentes à différents moment du spectacle.

## J'AI RESENTI / COULEURS, COLLAGE

### L'ACTIVITÉ - 35'

- Demandez aux participant-e-s ce qu'ils-elles ont ressenti pendant le spectacle. Tentez de creuser en associant l'expression des émotions à des moments précis du spectacle. Vous pouvez parcourir les différents moments du spectacle et faire nommer les émotions de chacun-e. Insistez sur le fait que l'on parle de leur RESENTI à tel ou tel moment du spectacle. Voyez si le vocabulaire des émotions est évident pour eux-elles, accompagnez, affinez.
- Invitez les participant-e-s à choisir une émotion particulière vécue pendant le spectacle, associée à un moment du spectacle.
- Demandez-leur ensuite de découper dans une revue une image ou un mot qui représente cette émotion.
- Invitez-les à choisir la couleur qui va représenter l'émotion qui a été identifiée. N'influencez pas le choix de la couleur. Certain-e-s auront la joie bleue, verte ou jaune... Peu importe, c'est personnel. Si plusieurs couleurs apparaissent, c'est ok. Proposez-leur de poser cette couleur sur leur page : tache(s), à plats, traits, chacun-e choisit sa manière de mettre sa page en couleur.
- Invitez-les à coller leur image sur ce fond de couleur et à ajouter le titre du spectacle, ainsi que le nom de la compagnie et la date.

### Variantes

Selon les capacités d'écriture et l'âge des participant-e-s, n'hésitez pas à adapter les consignes en ajoutant des mots, des phrases. Variez les médiums, utilisez de la gouache ou des pastels ou des crayons de couleur ou même des papiers découpés...

### PARTAGE - 10'

Inspirez-vous du mode d'emploi pour échanger autour des pages réalisées.

### BONUS - 5'

**Se mettre par deux et écrire le ressenti de l'autre.**

Par exemple: « Moi j'ai ressenti de la tristesse, et Thomas a trouvé ça rigolo... »

