



CONTACT

Collectif masque / Trans Mission
araoz.mariana@wanadoo.fr
Tél. +33 6 08 89 75 89

collectif
masque 
www.collectifmasque.fr

collectif
masque 



COMM UNIQUEZ!

**ÉCOUTE
CONFIANCE ET
ÉQUILIBRE**

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL
AU SERVICE DU COLLECTIF.
TECHNIQUE THÉÂTRALE : **LE JEU MASQUÉ**



NOTRE SAVOIR-FAIRE, C'EST ASSURER BIEN-ÊTRE
ET COHÉSION AU SEIN D'UN GROUPE

Initié en 2006 par Mariana Araoz (metteuse en scène), le projet **Trans Mission Research** a pour objectif de promouvoir l'équilibre homme/femme, fille/garçon et l'équilibre des rapports en général, en utilisant le masque comme support de pédagogie et outil de communication.

Ce projet se développe actuellement entre la Suède, la France, l'Espagne et les Etats Unis.

Depuis de nombreuses années, Mariana Araoz a créé une méthode de travail autour du masque et du comportement gestuel et non-verbal qu'elle enseigne dans différents centres sociaux, Collèges, Lycées, Associations, services spécialisés, ainsi que dans le cadre d'échanges européens. Plus de 3.000 ateliers et cours ont été dispensés à ce jour.

Son expertise dans le domaine du théâtre masqué, depuis plus de 25 ans, lui a permis d'enseigner à New York, à Minneapolis, à Malmö, à Moscou et à Paris dans les grandes écoles nationales.



FORMATION PROPOSÉE :

COMMUNIQUEZ! ÉCOUTE, CONFIANCE ET ÉQUILIBRE

À travers cette formation nous avons comme but de promouvoir une communication apaisée, développer la confiance en soi, l'écoute, la cohésion du groupe et l'équilibre des rapports.

LES PRINCIPAUX OBJECTIFS SONT :

- Se faire confiance et faire confiance à l'autre
- Faire prendre conscience à un groupe de la richesse de sa diversité, l'aider à se l'approprier
- S'écouter mais aussi apprendre à écouter l'autre
- Proposer aux participants d'être les acteurs d'une réflexion sur eux-mêmes et sur le groupe
- Leur donner des outils pour communiquer à travers leur langage corporel
- Leur donner de l'assurance à travers la respiration, le regard et la gestuelle
- Apprendre à évoluer et à tenir son rôle dans un le groupe.
- Apprendre à maîtriser son stress

DÉROULEMENT DE LA FORMATION :

Les fondements de cette formation sont basés sur le langage gestuel. Tout est langage : la manière dont nous nous positionnons dans l'espace, dont nous dessinons notre corps, dont nous respirons, dont nous regardons. Notre partenaire réagit en fonction des signes et des codes que nous lui faisons parvenir.

Comment obtenir un mode de communication apaisée dans un rapport d'égalité et de respect ?

Nous cherchons l'équilibre dans la communication.

LE JEU MASQUÉ :

DU MASQUE NEUTRE AU MASQUE DE CARACTÈRE

Les masques que nous utilisons sont les masques neutres, mais aussi ceux de la commedia dell'arte et des créations en bois.

LE MASQUE NEUTRE : c'est le point zéro qui constitue le masque d'équilibre.

LE MASQUE DE CARACTÈRE: c'est le personnage, c'est « l'autre », une autre personne que nous.

Nous jouerons des scènes de manière "exagérées", pour ainsi démystifier les situations et nous en amuser. C'est aussi à travers le rire que nous pourrons progresser.

PREMIÈRE PARTIE :

Nous partons d'un point de déséquilibre, notre « masque social », pour aller vers un point d'équilibre, tant au niveau de notre corps, de notre espace et du groupe.

DEUXIÈME PARTIE :

Il s'agit de donner vie à un personnage. Celui-ci nous permet de devenir « l'autre », de pouvoir nous cacher, et ainsi nous révéler. Le masque démasque. À travers « l'autre » nos idées et nos pensées peuvent s'exprimer, nos corps aussi.

L'écoute, le respect et la complicité du groupe peut enfin naître et se développer.

CONDITIONS PRATIQUES :

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 8 personnes mini – 18 personnes maxi

LIEU : Une salle dédiée ou un espace vide et calme

MATÉRIEL : des chaises identiques

TENUE SOUHAITÉE : T-shirt noir, jogging noir

MODULES POSSIBLES : Sensibilisation : 2 heures / Atelier : entre 3 et 4 heures / Atelier + Restitution : 10 heures (sur plusieurs jours) /

Autres besoins : sur simple demande.

L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

Responsable pédagogique:

MARIANA ARAOZ



Née en Argentine, en 1963, elle a vécu au Vénézuéla, au Canada et en Allemagne. Mariana Araoz arrive en France en 1985 pour finir ses études de Biologie et de Management (Maîtrise de Science et techniques/ Université de Rennes I). Elle obtient une licence à l'Institut d'Etudes Théâtrales de Paris III (Sorbonne Nouvelle) et suit une formation théâtrale sur trois années, à l'Ecole « Théâtre en Actes ».

Depuis 1998 elle met en scène plus d'une trentaine de spectacles en France, en Suède et aux Etats Unis. En 2014, pour le spectacle **La Mouette**, au Skillinge Teater, elle est nommée au Prix National Thalia, pour la meilleure mise en scène de l'année.

Elle enseigne le jeu masqué à L'Ecole du jeu (depuis 2009), au Conservatoire National Supérieur d'Art Dramatique (2009, 2010), à l'université St. Olaf de Minneapolis (de 2002 à 2012) et au Carlton College de Minneapolis (2012). Elle est professeur au Conservatoire National de Malmö, en Suède, depuis 2013.

LES FORMATEURS :

Mariana Araoz, Marcela Obregon, Axel Petersen, Philippe Risler, Thierry Legall