

DÉCRIRE TES ÉMOTIONS

Atelier d'écriture

Objectif



Apprendre à nos enfants à écrire ses émotions c'est leur apprendre à grandir avec.

Dans notre monde où les horreurs côtoient notre quotidien, savoir parler de ses émotions n'a jamais été aussi essentiel. Le collège, cette étape charnière de questionnement et de découverte de soi, est un moment unique où tout se joue. Et si l'écriture devenait l'allié des adolescents ?

Cet atelier a pour but d'initier les jeunes gens, non seulement à la beauté de l'écriture, mais aussi à l'apaisement et à la délivrance qu'elle peut procurer en eux. Comme le soulignait Daniel Desbiens :

"Qui a connu toute la gamme des émotions peut jouer la symphonie de la connaissance de soi."

Qui suis-je ?

Je me nomme Ifran Vaiani, écrivaine et animatrice d'ateliers d'écriture. J'ai autoédité mon roman *Famille d'Accueil*, le premier et non le dernier. J'ai créé mon entreprise dans le seul but de partager mon amour pour l'écriture et ainsi permettre aux autres de s'exprimer au travers des mots.

Prêter ma plume à celles et ceux qu'on n'écoute pas et qui ont pourtant beaucoup à dire, ou encore partager mon expérience et mon imaginaire à la prochaine génération.

À quel public s'adresse Décris tes émotions ?

Aux collégiens.ennes (6e à 3e)

Comment se déroule un atelier d'écriture ?

Une seule session suffit pour s'initier à l'écriture des émotions, mais l'expérience peut être renouvelée à l'infini, selon l'envie et le besoin de chacun. *Décris tes émotions*

est un atelier d'expression à travers les différents biais de l'écriture, elle se divise en trois parties :

- 1- Choix de l'émotion**
- 2- Choix du type d'écriture**
- 3- Rédaction**

Le détail complet des sessions se trouve en annexe

Une session de travail est estimée à 2 heures pour maximum 15 personnes.

Il est possible de répartir les sessions sur plusieurs jours, semaines ou mois.

Pour que l'atelier se déroule dans les meilleures conditions, je conseille de respecter la jauge maximum de 15 personnes.

On en discute ?

Je serai ravie de vous rencontrer en amont afin de discuter du protocole ou encore si vous souhaitez obtenir des informations complémentaires. Nous pouvons également faire les premiers pas par téléphone ou par mail.

Tél : 06 18 49 84 68

Mail : laplumedifran@gmail.com

C'est avec plaisir que je répondrais !
Et dès que toutes les conditions sont réunies, je vous envoie un devis **sous une semaine.**

Merci de l'attention que vous porterez à ce document et à notre prochaine rencontre

Ifran VAIANI

Annexe détaillée

Décris tes émotions

Session : initiation à l'écriture des émotions

- Présentation de la plume d'Ifran et de l'objectif de l'atelier.
- Description de l'atelier, d'une émotion et des "règles" à suivre selon le type d'écriture.
- Présentation des cartes émotions.
- Distribution des feuilles de brouillon.
- Choix de l'émotion. (*colère, tristesse, joie, etc...*)
- Choix du type d'écriture. (*poésie, lettre, texte factuel, texte fictif*)
- Rédaction de l'émotion sous la forme choisie au brouillon.
- Rédaction de l'émotion sous la forme choisie au propre.
- Temps pour ceux qui souhaitent lire leur production à voix haute.
- Conclusion.

Synthèse :

- Encourager l'adolescent à s'exprimer.
- Découverte active de l'écriture.
- Approfondir les acquis scolaires avec les différents biais d'écriture, le vocabulaire, la grammaire et l'orthographe.

Objectif :

- Réfléchir sur soi et sur ses émotions.
- S'amuser et ressentir des émotions dans un contexte ludique.
- Développer sa créativité.
- Se connecter aux autres.
- Un outil pour gérer le stress et l'anxiété.
- Créer un espace libre d'échange et de bienveillance.
- S'ouvrir au monde de l'écriture.

Matériel :

- Feuilles blanches/brouillons
- Feuilles de couleurs
- Stylos de différentes couleurs
- Feutres de différentes couleurs
- Tableau et feutres
- Dictionnaires (*1 pour 2 ou 1 pour 4*)
- Tables et chaises
- Patafix (*facultatif*)

Mon propre matériel :

- Carte émotions
- Pochette plastique