Cie
Décroche la lune

TOI T'ES MOCHE !

Spectacle pour enfants et ados qui rêvent de décrocher la lune

ACTIONS PÉDAGOGIQUES AUTOUR DU HARCÈLEMENT SCOLAIRE



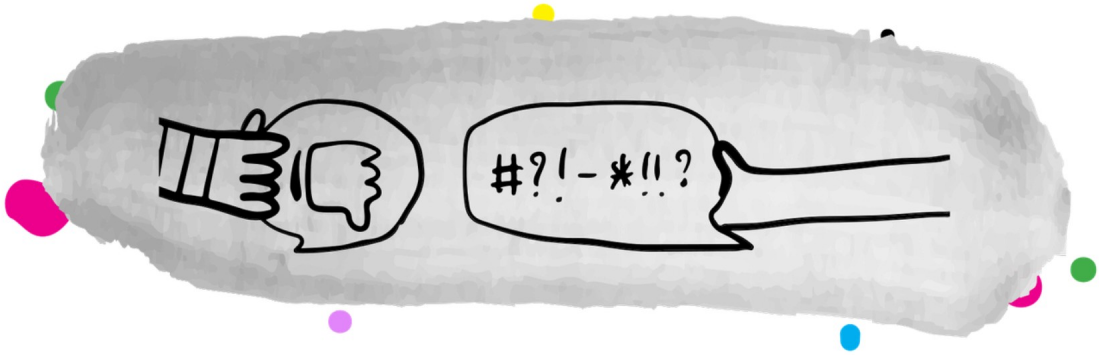
1 PRÉSENTATION DU SPECTACLE

Le récit suit Rime et Dorine, deux jeunes filles que tout oppose, forcées de se cacher dans les vestiaires d'un vieux gymnase pour fuir le harcèlement. Cet espace abandonné devient une terre d'imaginaire, où se révèlent leurs rêves d'ailleurs, leurs blessures, et leurs envies de révolte. Ensemble, elles vont peu à peu se relever, s'allier, et réinventer le monde, leur monde. La musique et la danse occupent une place centrale dans le spectacle. Elles permettent aux personnages de sublimer leurs émotions, et d'ouvrir des espaces de liberté et de légèreté au cœur de la violence. Le travail corporel vient renforcer cette dimension poétique : le mouvement stylisé, les envolées oniriques, incarnent les états intérieurs des personnages. Par ce croisement des langages artistiques, *Toi t'es moche !* se veut un spectacle engagé, profondément humain, et résolument tourné vers les jeunes générations.



2 NOTE D'INTENTION

Depuis de nombreuses années, j'ai envie d'écrire un texte ayant pour public les adolescents. Le thème du harcèlement scolaire s'est imposé à moi parce que c'est un sujet qui me parle et me touche. Je me suis donc replongée dans mes souvenirs, j'ai relu mes vieux journaux intimes et je me suis rendue compte que j'avais souvent été exclue, parfois moquée durant mon adolescence. Trop grande, trop extravertie, les cheveux trop bouclés, je n'étais pas comme tout le monde et je ne me sentais pas comme les autres. Le titre s'est lui aussi imposé puisque c'est de mes souvenirs qu'est issue cette insulte : « Toi t'es moche ! ». Qui aurait cru que cette insulte que j'avais reçue comme un coup de poing dans le ventre serait un jour le titre d'un spectacle ! J'aime écrire depuis toute petite mais j'ai toujours tout gardé pour moi par pudeur sans doute. Nombre de journaux ont été noircis par mes peurs, mes joies, mes colères et mes pleurs. Par la suite, un duo s'est imposé à moi, l'histoire de deux filles qui se cachent dans un lieu où personne ne va plus. Là aussi, les vestiaires du vieux gymnase de mes années collège se sont imposés. Dans ce lieu qui deviendra le lieu de tous leurs espoirs, deux jeunes filles, Rime et Dorine se laisseront aller à rêver, elles vivront des moments suspendus où elles s'imagineront être une autre… Raconter le harcèlement scolaire et l'adolescence mais sans me « restreindre » aux peines et aux douleurs que peuvent ressentir ces adolescentes, voilà mon défi dans l'écriture de *Toi t'es moche !* Des digressions poétiques et autres flashforward sont présents dans le texte afin d'apporter de l'optimisme. On peut se relever de ces épreuves et vivre des lendemains meilleurs. Avec *Toi t'es moche !* je souhaite donner de l'espoir aux adolescents et adolescentes harcelés et les encourager encore et encore à parler grâce au théâtre qui permet de s'interroger, de vibrer, de rêver.



3 LES THÉMATIQUES ABORDÉES

LES MOTS ET LEURS CONSÉQUENCES

Les insultes, les surnoms, les moqueries peuvent atteindre profondément l'estime de soi. Le spectacle invite à réfléchir au pouvoir du langage et à la responsabilité de celui qui parle.

L'EFFET DE « MEUTE »

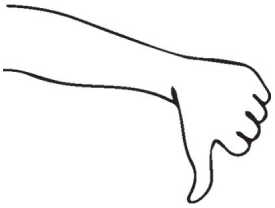
Dorine parle dans le spectacle d'une pétition et de 30 personnes qui sont contre elles. Bien sûr, sur ces 30 personnes, certains n'auraient sans doute jamais signé, si le groupe de classe, « la meute », ne les y avait pas entraînés. Grandir, c'est aussi apprendre à trouver sa place parmi les autres. Les différences physiques, les goûts, les façons d'être peuvent devenir des prétextes d'exclusion. (Rime est extravertie, parle beaucoup, rit fort et on l'exclut. À l'inverse, Dorine est timide, discrète et pourtant harcelée.) Comment accepter que chacun puisse être différent sans devenir une cible ?

LES ÉMOTIONS

La honte, la colère, la peur, la tristesse, la solitude ou le sentiment d'injustice sont autant d'émotions qui peuvent accompagner une situation de harcèlement. Apprendre à les identifier permet de mieux comprendre ce que l'autre peut traverser.

LE POUVOIR DE L'ART

Le spectacle est ponctué de chorégraphies, de moments musicaux où Rime et Dorine rêvent d'un ailleurs. La danse, le théâtre, le chant, l'écriture sont autant d'activités qui permettent de « lâcher les armes », de développer notre confiance en nous. Écrire tous les jours ses journées permet de se délester des peines, des colères endurées durant la journée.



4 OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

TOUT PUBLIC À PARTIR DU CM2 JUSQU'À LA TERMINALE

Le spectacle peut être accompagné d'un travail pédagogique adapté à l'âge des élèves. Les enseignants pourront choisir les activités en fonction de leur classe.

La rencontre avec le spectacle peut contribuer à :

- reconnaître différentes formes de harcèlement scolaire ;
- comprendre les effets de l'exclusion sur une personne ;
- identifier et nommer les émotions ;
- développer l'empathie ;
- apprendre à demander de l'aide à un adulte de confiance ;
- développer l'expression orale et la capacité à argumenter ;
- rencontrer le spectacle vivant comme espace de questionnement et de réflexion.

Ces objectifs sont des pistes de travail et ne constituent pas, à eux seuls, une garantie de prévention du harcèlement.



5 PRÉPARER LA VENUE DU SPECTACLE

AVANT LA REPRÉSENTATION : ÉVEILLER LA CURIOSITÉ

Il n'est pas nécessaire d'expliquer à l'avance toutes les situations abordées dans le spectacle. L'enseignant peut toutefois préparer la rencontre avec quelques questions ouvertes :

- Qu'est-ce qui peut blesser quelqu'un, même si ce n'est pas l'intention de départ ?
- Peut-on rire avec quelqu'un sans rire de lui ?
- Est-il toujours facile de dire ce que l'on ressent ?
- Que signifie, pour vous, prendre soin des autres ?
- Pour ceux et celles qui font du théâtre, du chant, de la danse, que vous apportent ces activités ?
- Qu'est-ce qui fait qu'on se sent bien dans un groupe ?

Ces questions ne nécessitent pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Attention, il est préférable de ne pas demander aux élèves de raconter publiquement leurs expériences personnelles de harcèlement.

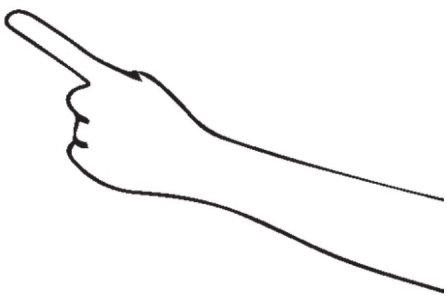
---

6 APRÈS LE SPECTACLE

La représentation peut se prolonger par un temps d'échange animé par la compagnie en lien avec l'équipe éducative.

Durée indicative : 20 à 30 min.

L'objectif de cet échange est de permettre aux élèves de mettre des mots sur ce qu'ils ont vu, de confronter leur point de vue, et de réfléchir ensemble aux comportements possibles.



EXPRIMER SON RESSENTI

Inviter les élèves à exprimer ce qui les a marqués dans la représentation.

Questions possibles :

- Quelle image ou quel moment vous reste en tête ?
- Quelle émotion avez-vous ressentie ?
- Y a-t-il un moment qui vous a surpris ?
- Qu'avez-vous eu envie de dire à un personnage ?

Nous accueillons les réponses sans jugement et nous pouvons rappeler aux élèves que chacun peut avoir des ressentis différents.

OBSERVER LES MÉCANISMES

L'échange se déplace progressivement des émotions vers les comportements observés.

Questions possibles :

- À quel moment une situation devient-elle blessante ?
- Comment reconnaît-on qu'une personne est mise à l'écart ?
- Que peut ressentir quelqu'un qui est la cible de moquerie ? Ou comme dans le spectacle d'une pétition ?
- Pourquoi certaines personnes suivent-elles le groupe ?
- Qu'est-ce qui pourrait faire évoluer la situation ?
- Comment une classe entière se retrouve à faire une pétition ? Sont-ils tous harceleurs ?

Nous veillons à ne pas désigner les élèves comme victimes ou harceleurs à partir de leurs réponses.



CHERCHER DES POSSIBILITÉS D'ACTIONS

L'objectif est d'identifier des réactions possibles, des solutions à court ou moyen terme.

Questions possibles :

- Comment soutenir un camarade qui semble isolé ?
- Que peut-on faire lorsqu'on assiste à une moquerie ?
- À quel adulte peut-on demander de l'aide ?
- Vous êtes témoin de toutes les notifications que reçoit Dorine, que faire pour l'aider ?

L'échange se termine par un rappel essentiel : personne ne devrait avoir à affronter seul une situation de harcèlement. Les adultes de confiance et les équipes éducatives ont un rôle important à jouer (référent harcèlement au sein de l'établissement, chez les élèves et chez les adultes).

Nous distribuons suite à cet échange un harcèlomètre / marque-page avec les numéros à contacter (voir annexe, page 17).

CADRE DE L'ÉCHANGE

- chacun peut choisir de parler ou de ne pas parler ;
- aucune expérience personnelle n'est exigée ;
- les moqueries et les jugements sur les réponses des autres ne sont pas acceptés ;
- si une révélation préoccupante survient, elle doit être prise au sérieux et transmise aux adultes compétents dans un cadre adapté.

Ce temps d'échange est un espace de sensibilisation et de réflexion. Il ne remplace pas un accompagnement individuel ou une prise en charge par les professionnels de l'établissement.



7 PISTES D'ACTIVITÉS THÉÂTRALES

Ces activités peuvent être proposées dans le cadre d'un atelier spécifique avec la compagnie.

Tous les exercices permettent de développer l'écoute et le respect d'autrui, de faciliter la prise de parole en public, d'améliorer la confiance en soi et envers les autres, et de créer une réelle cohésion de groupe.

ACTION 1

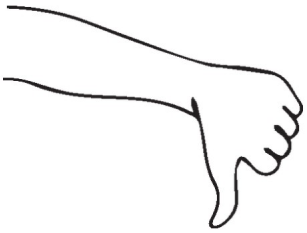
Atelier théâtre (à court terme) : 1 ou 2 séances de 2 h avant ou après la représentation.
Public : du CM2 à la terminale.

Après un échauffement théâtral pour préparer le corps et la voix de « l'élève-comédien », nous aborderons le thème du harcèlement scolaire à travers des improvisations où les élèves pourront jouer tous les rôles : harceleur, harcelé, témoin. Ils appréhenderont ainsi les différents points de vue, changeront de rôle selon les impros, ce qui favorisera leur empathie. À partir d'une ou plusieurs scènes extraites du spectacle, ils pourront rejouer les situations en les étoffant et en cherchant des solutions. Par exemple, que faire lorsque quelqu'un nous traite de « moche », de « nul » ?

Exemple d'un cours type après le spectacle :

ÉCHAUFFEMENT

- La marche dans l'espace : marcher en occupant toute la pièce, changer de rythme selon les consignes.
- Jeu des planètes : faire exister une planète en étant ses habitants (ex : planète pressée, ralentie, glaciale, caniculaire, dansante, collante, glissante…).
- Jeu du miroir : face à face par 2, reproduire les gestes de celui qui est en face et qui est le miroir.



Objectifs : détendre le corps, travailler l'écoute et la concentration, prendre conscience de l'espace dans lequel on évolue, de son corps et de celui des autres, créer un espace de sécurité bienveillante.

EXERCICES AUTOUR DU SPECTACLE

- La chute : tomber en 10 temps, puis se relever en 10 temps, puis tomber en 9 temps, puis se relever en 9 et ainsi de suite…
- Les sculptures : par groupes de 3 ou 4, les élèves sculptent les corps de leurs camarades pour représenter une scène marquante du spectacle.
- Par 2, un à jardin, l'autre à cour. Au top de l'animateur, se retourner et celui qu'on aura désigné préalablement dit à l'autre « Toi t'es moche ! », l'autre doit trouver une punchline à répondre. *S'inspirer de la scène des « inspecteurs » dans* Toi t'es moche ! *pour trouver quoi répondre à cette insulte.*

IMPROVISATIONS AUTOUR DU SPECTACLE

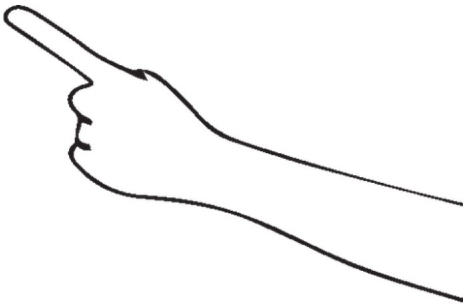
- À 5 : un groupe écrit une pétition pour que la première de la classe soit exclue. Un élève comprend soudain que ce n'est pas drôle mais humiliant. Ils décident d'agir. *S'inspirer de la scène de « la pétition » dans* Toi t'es moche !
- À 2 : Rime et Dorine se retrouvent quelques années après leur journée dans le vieux gymnase. Que sont-elles devenues ? Que se racontent-elles ?

ACTION 2 – ET SI ON CHANGEAIT L'HISTOIRE ?

Public : du CM2 à la terminale.

Atelier théâtre – 10, 15 ou 20 séances pour découvrir le théâtre et créer un spectacle sur le thème du harcèlement scolaire en lien avec le spectacle Toi t'es moche !

Et si les élèves devenaient les auteurs de leur propre spectacle ?



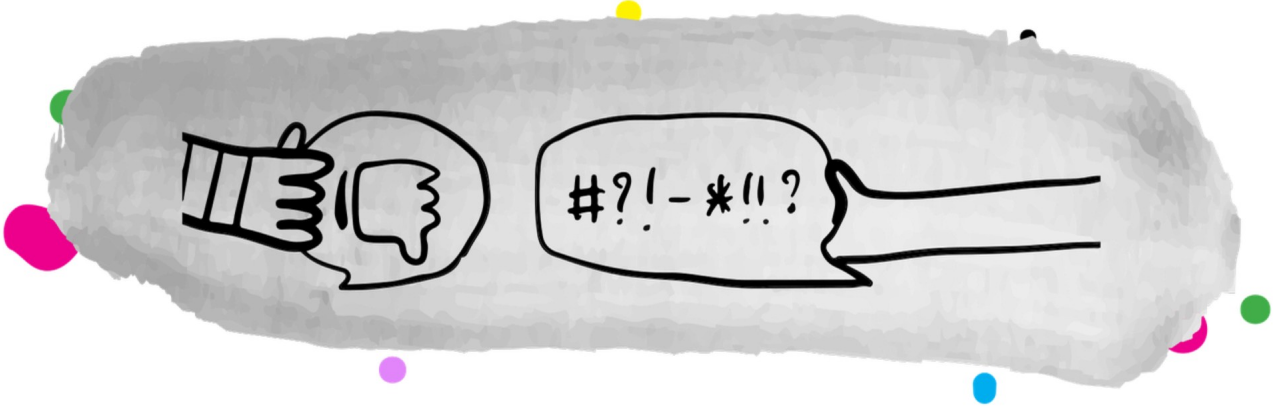
Nous proposons un projet à mener sur plusieurs séances afin que des élèves puissent inventer, écrire et jouer leur propre spectacle au sein même de leur établissement. À partir d'exercices théâtraux et de jeux d'écriture, les élèves explorent différentes situations, imaginent des personnages, inventent des dialogues et construisent progressivement une création collective sur le thème du harcèlement scolaire.

L'univers artistique de *Toi t'es moche !* constitue le point de départ de leur exploration : une approche sensible, poétique et théâtrale qui laisse une place à l'imaginaire et aux émotions. L'objectif n'est pas de leur imposer une histoire, mais de leur donner les outils pour créer la leur.

Au fil des séances, les élèves deviennent auteurs, metteurs en scène, et interprètes de leur propre projet. Le but étant de jouer leur spectacle au sein même de leur établissement dans un lieu qu'ils auront choisi au préalable (gymnase, cours de récréation, couloirs…).

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- découvrir le processus de création d'un spectacle vivant ;
- découvrir les fondamentaux du jeu théâtral : corps, voix, espace, écoute, rythme et présence ;
- développer leur imagination ;
- expérimenter l'écriture collective et la dramaturgie ;
- apprendre à écouter, à coopérer et à construire une proposition commune ;
- prendre confiance en soi ;
- réfléchir aux possibilités de solidarité et aux façons de demander de l'aide ;
- participer à la présentation d'un spectacle.



Le projet privilégie une approche artistique sensible et non moralisatrice. Il ne cherche pas à délivrer une leçon toute faite, mais à faire émerger une réflexion à travers l'expérience de jeu et de la création. La restitution peut être présentée à une autre classe, aux familles ou à l'équipe éducative. Elle constitue une étape de valorisation du travail accompli. L'enjeu n'est pas de produire un spectacle parfait, mais de permettre aux élèves de mener une vraie recherche artistique et une réflexion sur le harcèlement scolaire.

ACTION 3 – ATELIER SLAM OU ÉCRITURE POÉTIQUE – FAIRE ENTENDRE SA VOIX

Dans *Toi t'es moche !*, Rime et Dorine écrivent et finissent par « slamer » leurs mots. Nous proposons donc aux élèves un atelier slam et de mise en voix autour des mots, du regard des autres, de la différence et de la solidarité.

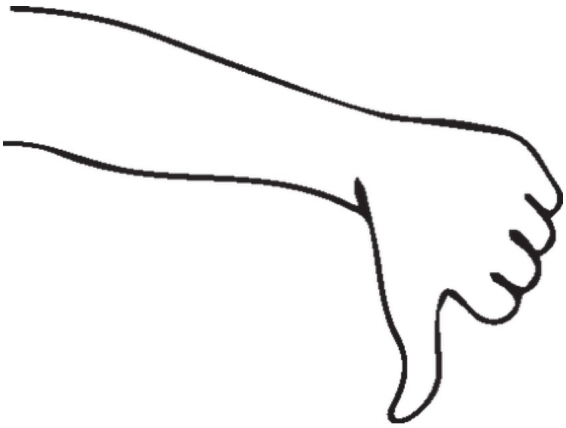
À partir de jeux d'écriture, d'associations d'idées, de rythmes, de répétitions et d'images poétiques, les élèves sont invités à explorer la puissance des mots et à inventer leur propre langage.

Ils écrivent des textes individuels ou collectifs, expérimentent les rimes libres, les anaphores et les métaphores. Ils découvrent comment une phrase peut devenir un rythme et comment un silence peut prendre du sens.

Les textes sont ensuite mis en voix et interprétés : seul, en duo, en groupe ou en chœur. Le travail porte sur la respiration, l'articulation, l'intention, le rythme et l'adresse au public.

Les productions peuvent être intégrées au spectacle créé par d'autres classes.

Cet atelier donne aux élèves des outils pour écrire, oser dire, écouter les autres et transformer les mots en une expérience artistique collective.



8 LE RÔLE DES ÉLÈVES ET DE L'ARTISTE INTERVENANTE

LES ÉLÈVES

Les élèves sont au cœur du processus de création. Ils participent aux improvisations, proposent des personnages et des situations, contribuent à l'écriture des scènes et des textes poétiques, et prennent part à la représentation.

L'ARTISTE INTERVENANTE

L'artiste apporte son expérience du jeu théâtral, de l'improvisation, de l'écriture scénique, de l'écriture poétique et de la mise en voix.

Elle transmet des outils, propose des contraintes créatives, accompagne les propositions des élèves, structure la matière produite et veille à la cohérence artistique de l'ensemble.

Elle garantit un cadre de travail respectueux et aide le groupe à transformer ses idées en une création théâtrale et poétique.

L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

L'enseignant ou l'équipe référente participe à la préparation du projet en accompagnant les élèves dans la continuité du travail.

Sa présence permet de relier les séances à la vie de la classe, de faciliter la coopération et de veiller au cadre éducatif.

En lien avec l'artiste intervenante, l'équipe pédagogique contribue à préparer la restitution.



9 UN CADRE DE PRÉVENTION RESPECTUEUX DES ÉLÈVES

Aborder le harcèlement scolaire par le théâtre et l'écriture nécessite une attention particulière.

Les situations travaillées sont fictives et servent de supports à la création. Les élèves ne sont jamais invités à désigner des camarades comme harceleurs ou victimes, ni à rejouer une situation réelle impliquant un élève de la classe.

Aucune prise de parole personnelle n'est obligatoire. Chacun peut contribuer par l'écriture, le jeu, l'observation, la mise en voix ou une autre forme de participation adaptée.

L'atelier slam et écriture poétique ne demande pas aux élèves de raconter leur vécu. Ils peuvent écrire à partir de personnages, de situations imaginaires, de mots ou d'images proposés par l'intervenante.

> Si une situation réelle de harcèlement est évoquée ou révélée, elle est accueillie avec sérieux et relayée auprès des adultes référents de l'établissement, selon les procédures prévues. L'atelier n'a pas vocation à enquêter sur les faits ni à se substituer à un accompagnement spécialisé.

Le projet s'inscrit ainsi en complément du travail de prévention mené par l'établissement, notamment dans le cadre du programme pHARe lorsqu'il est mobilisé par celui-ci.



10 MODALITÉS PRATIQUES

Structure porteuse :	Compagnie Décroche la Lune
Spectacle support :	*Toi t'es moche !*
Public :	du CM2 à la terminale
Effectif :	15 élèves par atelier ; pour une classe de 30, 2 groupes, avec 1 h d'intervention par groupe
Durée :	une représentation, un atelier slam ou d'écriture poétique et 10, 15 ou 20 séances d'atelier
Lieu :	établissement scolaire ou espace culturel partenaire
Restitution :	représentation devant un public défini avec l'établissement

Le calendrier, la durée de chaque séance, les conditions techniques et les modalités d'accueil sont établis en concertation avec l'équipe pédagogique.

Un devis spécifique est proposé selon le nombre de séances, les déplacements, les besoins techniques et les modalités de représentation.

11 PROLONGEMENTS POSSIBLES

Le projet peut être prolongé par :

- un échange avec les élèves autour du processus de création ;
- une rencontre avec les familles ou la communauté éducative ;
- une exposition de textes, de dessins ou d'images créés pendant les ateliers ;
- une lecture publique ou une restitution spécifique des textes de slam ;
- un enregistrement audio ou vidéo des textes, selon les possibilités de l'établissement ;
- un travail complémentaire en français, en arts plastiques ou en éducation morale et civique ;
- une réflexion menée avec l'équipe éducative sur les ressources et les dispositifs d'aide existants.

Ces prolongements permettent de valoriser le travail des élèves et de donner une place à leur création au sein de l'établissement.

12 CONCLUSION

Créer ensemble pour regarder autrement.

Avec ces actions, la Compagnie Décroche la Lune propose aux élèves une rencontre entre le spectacle vivant, l'écriture, le slam et la réflexion citoyenne.

À partir de l'univers de *Toi t'es moche !*, les élèves apprennent à écouter, à inventer, à coopérer et à faire entendre une parole commune en transformant une expérience collective en œuvre artistique.

Parce que le théâtre et la poésie ne donnent pas nécessairement toutes les réponses, mais qu'ils permettent de poser des questions, de changer les regards et d'imaginer d'autres possibles.



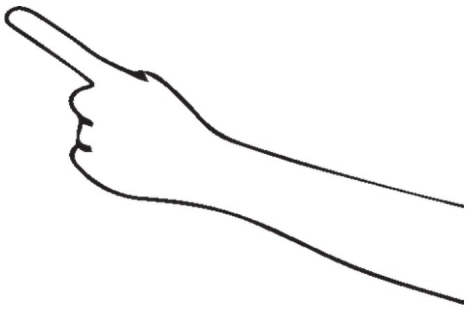
COMPAGNIE DÉCROCHE LA LUNE

ANNEXE

LE HARCÈLOMÈTRE



Remis aux élèves à l'issue de l'échange sous la forme d'un marque-page, le harcèlomètre rappelle les numéros à contacter.



Personne ne devrait avoir à affronter seul une situation de harcèlement.

Les adultes de confiance et les équipes éducatives ont un rôle important à jouer.