

la Cie du Détour du Cairn  
présente

dominique  
toute  
seule



théâtre et chant

tout public à partir de 7 ans

# Sommaire

Mot pour les enseignant·e·s qui ont emmené leur classe au spectacle .....	P.2
Quelques musiques et livres .....	P. 3
Activité 1 : les émotions .....	P. 4
Activité 2 : la solitude .....	P. 8
Activité 3 : aller mieux quand on ne va pas bien .....	P. 10
Activité 4 : l'amitié .....	P. 12
Activité 5 : la dernière scène du spectacle et la notion d'interprétation .....	P. 13
Activité 6 : dessiner un souvenir de la sortie au théâtre .....	P. 15

# Aux enseignant·e·s qui ont emmené leur classe au spectacle

Merci à vous d'avoir conduit vos élèves au spectacle, et de prendre en main ce cahier pour les accompagner plus loin dans leur expérience de spectateur et spectatrice !

Le spectacle est joué habituellement pour des publics scolaires de 7 à 12 ans. En fonction de l'âge de vos élèves, n'hésitez pas à simplifier ou développer les activités. Tout ce qui est proposé dans ce cahier gagne à être mené en grande partie par vous à l'oral, et à devenir un point d'appui pour des échanges en classe. Ce cahier n'est pas conçu pour être simplement remis et complété tel quel par les élèves. Emparez-vous en librement, n'hésitez pas à tout faire ou à sélectionner seulement certaines pages... notre but est de vous proposer des pistes pour enrichir l'expérience des élèves. Par exemple :

- Les activités de la partie 1 autour des émotions peuvent être menées uniquement à l'oral avec des petits, en utilisant les illustrations comme support.
- L'activité 2 sur la solitude peut être menée uniquement à l'oral, ou travaillée plus en profondeur, en mettant en place une discussion sur la solitude : est-ce que les élèves connaissent des personnes seules et quelles sont les manières d'être attentionné·e envers ces personnes ; y a-t-il des moments où ils et elles apprécient être seul·e·s ? Des moments où cela est moins agréable ?
- Pour l'activité 3, n'hésitez pas à donner des feuilles plus grandes que les espaces prévus dans ce cahier. Et ici, pas de bonne ou de mauvaise réponse ! Cette activité peut aussi être menée à l'oral uniquement.

Nous avons choisi de rédiger ce cahier en adoptant l'écriture inclusive, c'est à dire l'écriture utilisant un point médian pour permettre d'écrire les terminaisons à la fois au féminin et au masculin. L'effort a été fait d'écrire au maximum avec des noms et adjectifs neutres. Les points médians sont cependant présents à certains endroits : l'occasion de familiariser les élèves avec cette écriture !



## Quelques musiques et livres



A écouter sur Youtube, pour se remettre dans l'ambiance du spectacle et découvrir nos inspirations musicales :

- Dominique toute seule, alea alea (dernière chanson du spectacle)
- Fourth Moon, Olympus (version originale d'une chanson entendue dans le spectacle)
- Pour que tu m'aimes encore, Céline Dion (version originale d'une chanson entendue dans le spectacle)
- Une histoire, Gwenaél Kerleo (musique d'inspiration, qui peut être diffusée pendant que les élèves font une activité du cahier)
- Mna na h Eireann (Women of Ireland), Sinéad O'Connor (musique d'inspiration, qui peut être diffusée pendant que les élèves font une activité du cahier)

Et quelques livres :

- Dramaturgies de l'atelier théâtre, Bernard Grosjean, Lansman Editeur (superbe ressource pour pratiquer le théâtre en classe)
- Les illustrations proviennent du texte de la pièce Dominique toute seule, édité chez Lansman Editeur et disponible auprès de la compagnie ou en librairie

# 1 - Les émotions : petit tour d'horizon



Les émotions sont des réactions de notre corps. Ce sont des réactions face à ce que nous sommes en train de vivre et qui produisent des sensations à l'intérieur de notre corps : battements du coeur, ventre serré... et à l'extérieur : mains moites, larmes, etc.

Il existe 7 émotions de base, que tu peux reconnaître ci-dessous :

Ce qui déclenche l'émotion :	Les 7 émotions de base :	
DANGER INCONNU	Peur	
FRUSTRATION BLESSURE	Colère	
SÉPARATION PERTE DISTANCE	Tristesse	
HUMILIATION FAUTE REJET	Honte	
INJUSTICE TRAHISON	Dégoût	
RENCONTRE SUCCÈS LIBERTÉ MOUVEMENT SENSATION DE VIVRE	Joie	
INTIMITÉ PARTAGE	Amour	

Source : Mes émotions, Isabelle Filliozat et Virginie Limousin, éd. Nathan

# Les émotions des personnages

Tout au long de son aventure, Dominique et les personnages qu'elle croise traversent différentes émotions.

Aide-les à comprendre les émotions ressenties, en collant sur les pointillés les étiquettes émotion à découper à la page 6.

Ma maison me manque. Je veux tout arrêter.



Que se passe-t-il ? Suis-je en danger ?



Eh eh ! Tu te réveilles ! C'est toi qui as fait ça ?



On pourrait faire une fête tous les deux ?



Si tu voulais passer à la maison, parce que là on va vers l'automne donc il va bientôt faire froid



Quand les déménageurs viennent chez elle, Dominique est un peu intimidée. Elle se fait toute petite pour les laisser circuler.



# Mes émotions de spectatrice et spectateur pendant le spectacle

Pendant le spectacle, tu étais dans ton siège, entouré·e des élèves de ta classe et de ton enseignant·e. Pendant ce temps, les personnages de l'histoire évoluaient sur la scène à plusieurs mètres de toi, sans jamais aller dans les gradins.

Cependant, as-tu eu peur lorsque la dame en couleurs est arrivée ?

Ce n'est pas toi qui chantait et qui dansait, mais as-tu ressenti de la joie pendant la chanson que Dominique chante avec Le Menhir ?

Note dans ce tableau les émotions que tu as ressenties pendant le spectacle.



Au théâtre, c'est magique : on peut ressentir plein d'émotions différentes en peu de temps, et sans bouger de son fauteuil !

J'ai ressenti cette émotion	A ce moment du spectacle (écrit ou dessine le moment)	Que s'est-il passé dans mon corps à ce moment là ?

<p>J'ai ressenti cette émotion</p> <hr/>	<p>A ce moment du spectacle (écrit ou dessine le moment)</p> <hr/>	<p>Que s'est-il passé dans mon corps à ce moment là ?</p> <hr/>
--	--	---



## Les émotions - mots à découper pour la page 3

**JOIE**

**AMOUR**

**TRISTESSE**

**PEUR**

**HONTE**

**COLÈRE**

## 2 - La solitude

Le titre du spectacle est "Dominique toute seule". Dominique vit des moments de solitude bien différents, parfois difficiles, parfois agréables.

Relie les cases de la colonne de gauche avec les cases correspondantes de la colonne de droite.

### MOMENTS DU SPECTACLE

Au début du spectacle,  
Dominique perd son travail et sa maison. Elle a l'impression de devenir transparente et que dans sa ville, les gens ne la voient plus.

Au milieu du spectacle,  
Dominique s'épuise en cherchant la dame aux couleurs, toute seule et partout dans la forêt.

A la fin du spectacle,  
Dominique dit à la garde forestière qu'elle préfère continuer toute seule pour le moment, et qu'elle viendra quand il fera froid.

### LES DIFFÉRENTES SOLITUDES QUE VIT DOMINIQUE

Dominique choisit de rester seule un petit temps, pour se remettre de toutes les aventures et émotions qu'elle vient de vivre.

Dominique se retrouve seule sans l'avoir choisi, elle souffre de cet isolement.

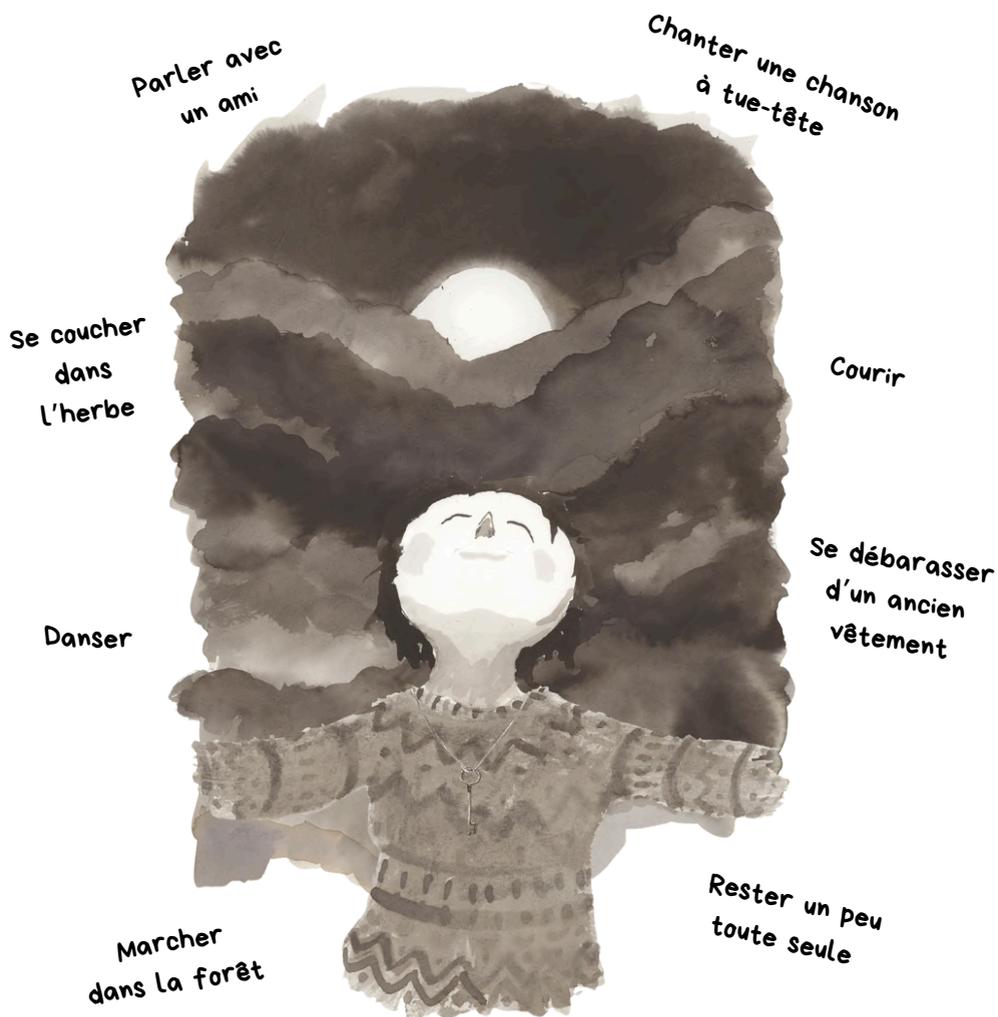
Dominique pense qu'elle est toute seule, mais plusieurs personnages veillent discrètement sur elle.



## 3 - Aller mieux quand on ne va pas bien

Parfois, Dominique ne va pas bien.  
Elle se sent perdue, et plus rien n'a de sens pour elle.

Au cours de son voyage, elle apprend différentes choses qu'elle peut  
faire quand elle ne va pas bien, et qui l'aident à aller mieux !



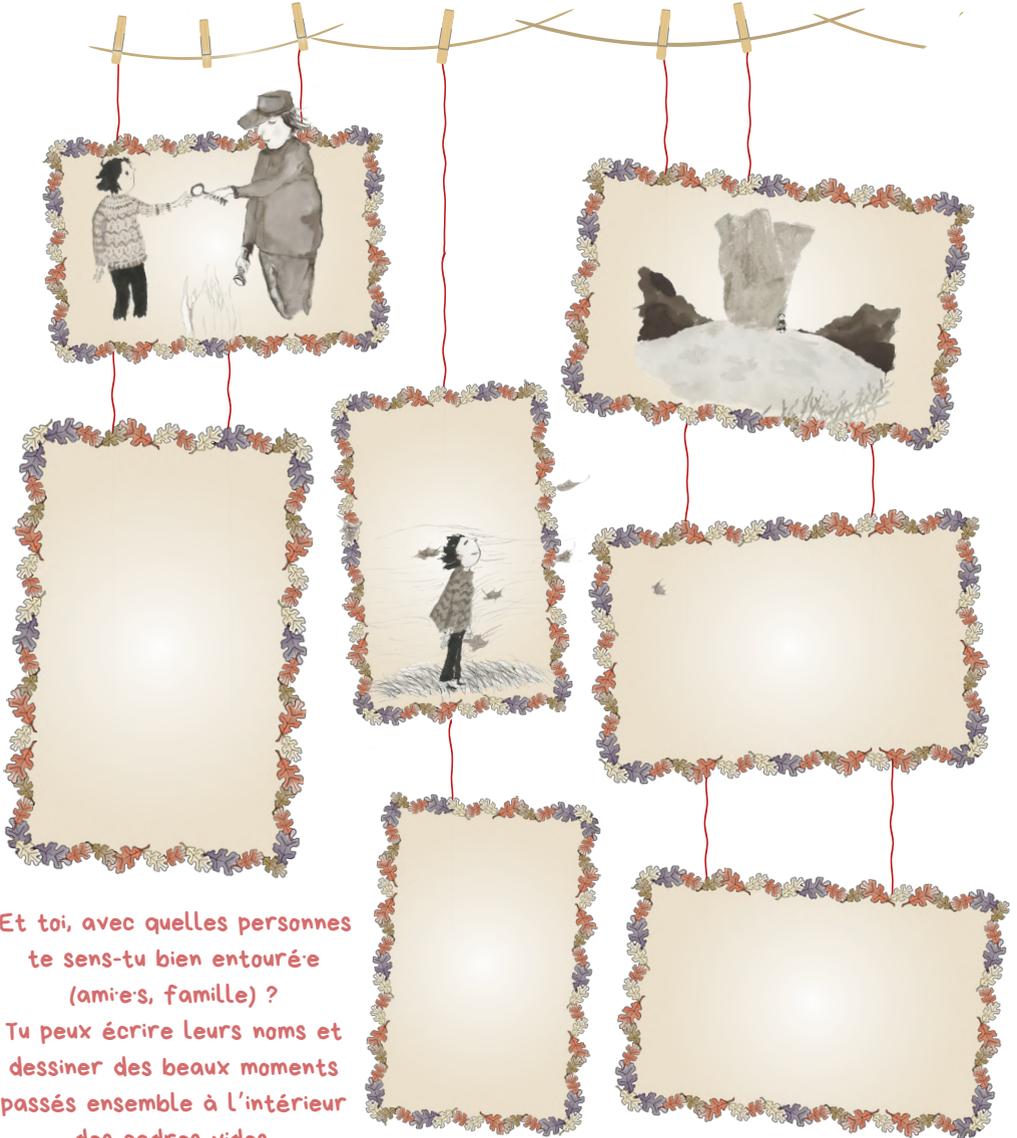
Et toi, que fais-tu pour aller mieux quand tu ne vas pas bien ? Ecris ou dessine ici ce que tu fais !

Partage tes techniques avec les élèves de ta classe, et note ou dessine ici les autres idées qui te plaisent !



## 4 - L'amitié

Dominique se rapproche de certains personnages, qui deviennent ses amies.  
Elle se sent bien entourée avec Le vent, Lucie la garde forestière, Le Menhir.



Et toi, avec quelles personnes  
te sens-tu bien entouré·e  
(amies, famille) ?  
Tu peux écrire leurs noms et  
dessiner des beaux moments  
passés ensemble à l'intérieur  
des cadres vides.

## 5 - La dernière scène du spectacle : disparaître complètement ou reprendre des couleurs ?



La dernière chanson du spectacle se trouve sur Youtube : "Dominique toute seule Alea alea" 🎵

A ton avis, que se passe-t-il lorsque Dominique rencontre La Dame aux couleurs, à la fin du spectacle ?

La Dame salue Dominique, et repart

La Dame redonne sa voix et des couleurs à Dominique

La Dame prend les dernières couleurs et la voix de Dominique, et Dominique disparaît

J'ai une autre idée : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

J'ai encore une autre idée : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Quelqu'un de ma classe a une idée qui me plaît : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# L'interprétation de la dernière scène du spectacle

Dans ta classe, tout le monde n'a pas forcément vu ou compris tout le temps la même chose pendant le spectacle.



Percevoir différemment des autres une scène de spectacle, ou un livre, ou un film... cela s'appelle l'interprétation. Chacune voit et entend ce qu'il se passe sur scène. Et en fonction de sa perception personnelle, chaque personne va imaginer des choses en plus de ce qui est montré, ou comprendre des choses différentes.

A la fin du spectacle, nous racontons que La Dame aux couleurs vient trouver Dominique, elle lui dit de prendre soin de ses couleurs et de sa voix, puis elle la salue et s'en va. Selon nous, Dominique ne disparaît pas.

Mais dans cette scène il y a de la place pour imaginer beaucoup plus : on peut imaginer que La Dame redonne des couleurs à Dominique (ou pas), que La Dame aux couleurs est pleine de couleurs parce qu'elle les a prises chez d'autres personnes (ou pas), ou encore plein d'autres idées qui ne sont ni vraies ni fausses, mais qui sont des interprétations de la scène.

6 - Une page rien que pour toi : dessine un souvenir de la sortie au théâtre