

QUELLE FAMILLE ?!



**Un spectacle interactif pour les parents
(enfants bienvenus à partir de 6 ans)**

**Ecrit, mis en scène et interprété par
Fanny Rondelet et Christian Scelles**

SOMMAIRE

Déroulement du spectacle p3

Note d'intention p3

Communication Non Violente et parentalité p4

Humour et distanciation p5

Un spectacle à la carte p6

L'équipe artistique p10

Conditions techniques p11



Déroulement du spectacle

Sur un mode humoristique, les deux comédiens jouent une version catastrophe d'une situation conflictuelle entre un parent et son enfant.

Après cette première version de la scène, le public est invité à identifier ce qui entrave l'harmonie dans la communication et à proposer des clés pour améliorer la situation.

A l'issue de cet échange, Fanny et Christian proposent qu'un spectateur ou une spectatrice vienne jouer le rôle du parent pour essayer de gérer la relation d'une façon plus satisfaisante. Dans cette improvisation, l'un des deux comédiens joue l'enfant.

Pour finir, le public découvre la version que Fanny et Christian ont préparée, inspirés par leur pratique de la Communication Non Violente, et par leurs propres expériences de parents.

Ce déroulement est repris autour de trois ou cinq thématiques en fonction de la formule choisie (voir la rubrique « un spectacle à la carte » en page 6)



Note d'intention

Ce spectacle à la fois humoristique, participatif et pédagogique permet aux spectateurs de regarder avec distance et légèreté leurs problématiques parentales, d'échanger avec d'autres parents sur les défis du quotidien et de repartir avec des pistes concrètes pour les relever.

Aucun jugement n'est porté sur telle ou telle manière d'agir, l'idée étant d'accueillir les difficultés liées à la parentalité avec bienveillance et de partager des clés pour les surmonter.

Communication Non Violente et parentalité

Cette approche, élaborée par le psychologue Marshall Rosenberg, se base sur l'écoute et la reconnaissance des besoins en présence et permet de désamorcer aussi bien les conflits que les exigences. C'est pourquoi elle est particulièrement adaptée aux parents, qui sont confrontés à nombre d'exigences, y compris celle, de plus en plus implacable, d'être des parents exemplaires et bienveillants.

La première application de la CNV (Communication Non Violente) est l'écoute que l'on s'offre à soi-même. Souvent, en tant que parent, on relègue ces moments d'écoute derrière des priorités besogneuses, et l'insatisfaction couve, jusqu'à nous faire perdre patience avec notre progéniture.

C'est pourquoi le spectacle *Quelle Famille ?!* met l'accent sur l'importance de l'auto-empathie (écoute et accueil de soi), qui permet de libérer à l'intérieur de soi un espace de disponibilité, et de prendre du recul face à des situations conflictuelles ou problématiques.

Outre cette notion d'auto-empathie, seront mises en valeur celles d'accueil des sentiments et des besoins de l'autre (empathie) et d'expression authentique (expression de ses propres sentiments et besoins).

L'objet du spectacle étant l'expérimentation et non la transmission théorique, toutes ces notions sont valorisées dans les échanges avec le public et abordées en filigrane dans les saynètes.



Humour et distanciation

S'il offre des pistes de réflexion et permet des prises de conscience, ce spectacle n'en est pas moins l'occasion de partager en famille un moment de légèreté, et l'opportunité de rire de ce qui, à la maison, pourrait nous faire pleurer.

En effet, le détachement que crée le rire ouvre un espace où la tendresse est de mise, là où l'exigence vient si facilement se loger ordinairement.

En outre, le rire induit également une connivence entre les membres d'une même famille, aussi bien qu'entre plusieurs familles. Il devient alors plus facile de s'ouvrir au dialogue, et de partager des idées.



Un spectacle à la carte

Christian et Fanny proposent un choix de 7 saynètes centrées autour de 7 thématiques de la vie de la famille. Il serait trop long de les jouer toutes dans une seule représentation. Il vous est donc proposé de composer vous-même le contenu de votre représentation en choisissant parmi les saynètes ci-dessous celles qui vous sembleront les plus pertinentes.

Deux formules sont possibles :

- une formule courte (3 saynètes, durée 1h30)
- une formule longue (5 saynètes, durée 2h30, prévoir entracte)

• **Le coucher**

Lily, 3 ans, au moment de dormir, a peur, du moins c'est ce qu'elle exprime. En tout cas, elle ne veut pas rester seule. Son père, après une journée harassante, a besoin de calme, de tranquillité, de solitude. Tant qu'il n'exprimera pas clairement ses besoins, Lily n'aura de cesse de le harceler...



- **Les écrans**

Quand Victor, 14 ans, rentre du collège, les yeux vissés à son smartphone, sa mère est en pleine panique : elle vient de lire sur sa tablette un article inquiétant sur la cyberaddiction. Pour Victor, tout cela est bien égal : il est pris dans deux conversations par SMS, dont l'une est hautement décisive pour sa vie sentimentale. La mère et le fils sont connectés à leurs écrans... quand se connecteront-ils l'un à l'autre ?



- **Les légumes**

Corentin, 6 ans, n'a envie que de frites et de nouilles. Or, sa mère lui sert l'horrible et mémorable plat fétiche de la tante Guiguite : brocolis, foie de veau. Elle n'a décidément rien compris. Un bras de fer s'engage : pour rien au monde, il n'avalera un atome de ce plat, et pour rien au monde, elle ne renoncera à lui faire ingurgiter ses légumes. Quand on veut à tout prix gagner, c'est perdu d'avance...



- **Le magasin de sport**

Mission de maman : acheter un short à Lucas (9 ans) tout en occupant Juliette (7 ans) et Léo (4 ans)... ressortir du magasin sans avoir acheté autre chose que le short, et rester zen... Pas facile, quand on ajoute à cela l'exigence d'aller le plus vite possible !



- **Les devoirs**

Chloé, 15 ans, passe son temps à chanter. Elle aimerait ne faire que de la musique. Pour demain, elle a une dissertation à faire sur *Le Tartuffe*... elle préfère en faire un opéra. Quand son père arrive avec son bulletin de notes médiocre (sauf en musique...), elle n'a qu'une idée en tête : fuir le problème.



- **Le désordre**

Une mère de famille rentre à la maison, chargée de sacs de courses. Déjà contrariée de ne recevoir aucune aide, elle explose quand elle voit l'état de la pièce à vivre : Timothée, contrairement à ce qu'il avait promis, n'a rien rangé. Comment obtenir sa coopération ?



- **Les jeux vidéo**

Jérôme, 46 ans, et sa fille Manon, 15 ans, sont tous les deux aux prises avec la même addiction : les jeux vidéo. Pendant qu'ils s'entraînent l'un l'autre dans ce travers, les devoirs et le repas ne se font pas tout seuls. L'arrivée de Carole, la maman, provoque un retour brutal à la réalité.



L'équipe artistique



Fanny Rondelet est conteuse, comédienne et auteure.

Elle s'est formée à la CNV pendant plus de dix ans, et cherche maintenant à transmettre son expérience autour de la parentalité et de la communication bienveillante à travers ses spectacles et ses écrits.

Elle est aussi mère de quatre enfants

Ses livres :

- *Le secret d'Hugo*, un roman jeunesse (7-12 ans) sur la confiance en soi, l'appartenance au groupe et la CNV
- *Nous sommes tous des princes et des princesses*, un recueil de contes initiatiques pour adultes et enfants (à partir de 7 ans)
- *50 activités bienveillantes pour découvrir la Communication NonViolente*, un cahier d'activités pour enfants de 6 à 9 ans.

Son site :

<http://lafannette.odavia.com>

Christian Scelles est comédien.

Il joue dans des registres très variés pour le théâtre et la télévision.

Il est également professeur de théâtre diplômé d'état.

Depuis plusieurs années, il se forme à la CNV et anime tous les mois un atelier de pratique de CNV.

Il est aussi père de trois enfants.

Son site de comédien :

<http://www.christian-scelles.fr>

Conditions techniques

Quelle Famille ?! est un spectacle très léger et adaptable à la plupart des configurations. Il peut se jouer aussi bien dans des centres sociaux que dans des théâtres équipés, en salle comme en plein air.

L'espace de jeu minimum est de 6 mètres de large sur 5 mètres de profondeur.

Pour les grandes salles ou les publics de plus de 80 spectateurs, il est souhaitable de mettre à disposition des comédiens deux micros-casques HF ainsi qu'un ou deux micros HF à main pour les échanges avec les spectateurs.

Pour les éléments de décors, afin d'éviter des frais de transports trop importants, merci de mettre à disposition une table, deux chaises et un canapé.

Pour les échanges avec le public, un chevalet de conférence ou tableau paper-board est à prévoir.

Si vous disposez d'une salle équipée de projecteurs, merci de mettre à disposition un technicien-lumières.

Toutes les conditions tarifaires sont disponibles sur demande.



Contact :

Fanny Rondelet
07 86 90 36 52

contact.quellefamille@gmail.com

www.quelle-famille.fr



En partenariat avec :



Dessins : Philémon David
Instagram : @oujustephil

Crédit photos : Émile Zeizig