



Vue d'ensemble

Avez-vous déjà assisté à un concert de Gospel ou de Negro Spiritual et ressenti la force et l'émotion de ces chants ? Imaginez ... que vous deveniez acteur de cette aventure ... Maintenant c'est possible !

Sentez la force, l'enthousiasme et la fédération générés par tout un groupe qui chante ces chants puissants en chœur harmonieux à 2,3 ou 4 voix après une seule séance.

Interprétés à l'origine par les esclaves africains des États-Unis, les Negro Spirituals sont l'expression des émotions les plus profondes de ces hommes et de ces femmes arrachés brutalement à leurs racines, sans espoir de retour. De forme musicale très simples, ces chants s'apprennent très facilement (même si on ne parle pas anglais) et se prêtent aux harmonies à deux ou plusieurs voix avec la même aisance. Tout le monde est capable de chanter et de prendre du plaisir à chanter en groupe et de découvrir ainsi de l'intérieur la puissante émotion que véhicule ce répertoire.

Programme

Chaque séance commence avec un travail corporel avec des exercices simples de détente et échauffement du corps ainsi qu'un travail sur la respiration et ouverture des voix. Ensuite, nous travaillons sur un répertoire de chant variable selon les désires et capacités du groupe. Il est aussi possible d'apprendre ces mêmes chants aux membres d'un groupe qui vivent dans des villes différentes pour qu'ils puissent chanter tous ensemble lors de votre congrès ou de votre séminaire.

Il n'est point nécessaire d'avoir une expérience préalable pour participer.

- S'initier au chant (négro spirituals, canons, chants folkloriques et variétés internationales)
- Ouvrir sa voix (travail sur les voyelles, vocalises),
- Travailler sur l'écoute et la respiration,
- S'initier à la lecture musicale (démystification du solfège et explication simplifiée,
- Préparer un répertoire (chant simple à l'unisson, canon à 2 ou 3 voix, chants polyphoniques)

Objectifs et Résultats

- Briser la glace, créer la convivialité,
- Faciliter la communication par les émotions,
- Développer la confiance en soi et la synergie de groupe,
- Favoriser les échanges entre tous les participants

Principaux enseignements

- Apaiser les tensions,
- Renverser d'éventuels processus d'introversion,
- Réduire les appréhensions de prise de parole,
- Étayer la confiance en soi,
- Apprivoiser le stress,
- Échanger en parité avec autrui,
- Découvrir de nouvelles capacités par la stimulation des cerveaux gauche et droit,
- Développer la capacité d'écoute et d'attention.

Résultats

- Une responsabilité accrue sur la dynamique collective,
- Un niveau de motivation en hausse,
- Un impact fort sur l'esprit d'entreprise et le sentiment d'appartenance,
- Un accord pour progresser ensemble.