



La colère



La colère est une émotion "brute" qui, globalement, traduit une insatisfaction. Les causes de cette insatisfaction peuvent relever de raisons futiles ou, au contraire, de contrariétés profondes déclenchées par un sentiment d'impuissance ou d'injustice. Dès lors, la colère se manifeste à travers une gamme d'attitudes et de comportements allant du mécontentement à la fureur en passant par l'irritation ou l'exaspération, soit autant d'émotions appelées mépris, jalousie, dépit, rancune, rage ou révolte...

Même s'il existe une forme de colère qualifiée de froide, autrement dit plus ou moins gérée, la plupart des colères s'expriment bruyamment à travers des cris ou des pleurs souvent accompagnés de gestes : frappalements de mains ou de pieds (contre une table, sur le sol...), jets d'objets, claquements de portes... Évitez à tout prix les injures et les provocations racistes lors des exercices.

Il est intéressant d'évoquer en parallèle, d'autres colères comme celles de la nature, des Dieux de la mythologie.

Expression mimée : le groupe tout entier fait mine de se mettre en colère. Les enfants ferment les poings devant eux, froncent les sourcils, serrent les dents en les montrant, remuent la tête de gauche à droite pour dire «non, non et non ! »... La petite colère monte progressivement, devient grosse colère avant de se transformer en crise majeure : les enfants ferment les yeux, crient, hurlent, tapent des pieds, frappent furieusement voire jettent les objets à proximité...

NB : Il est important d'avoir à portée de main une petite clochette (son joyeux) pour mettre un terme à la consigne et assurer rapidement le retour au calme ou à une situation initiale.

Caractéristiques de la figurine-faciès : visage renfrogné, regard fixe (yeux légèrement fermés), sourcils froncés (en forme de V). Mâchoires serrées (lèvres tombantes).

Verbalisation :

- Recherche du vocabulaire pour décrire l'état de colère : pas content, mécontent, être furieux, en rage, en crise, fâché...
- Formules utilisées par les mamans et les papas : Oh que tu es vilain !... Tu es tout rouge !... Mais qu'est-ce que tu n'es pas beau !
- Expressions équivalentes dans la langue française (pour les plus grands) : voir rouge, être fou de rage, la moutarde monte au nez, vouloir tout casser...

Tambour tonnerre

Le choix d'instruments faciles à manier, susceptibles d'évoquer musicalement cette émotion, doit prendre en considération au moins deux critères "quantifiables" :

- Montée rapide et maîtrisée de l'intensité sonore,
- Nature de la couleur sonore.
- Variations de temps

À ce titre, le tambour de tonnerre s'avère être un instrument très pertinent pour évoquer les différentes facettes de cette émotion. En coordination avec des mouvements appropriés, un bruit grave, sourd et lointain, monte progressivement pour occuper l'espace sonore jusqu'au paroxysme provoqué par le fracas du ressort qui vient heurter la caisse de résonance.

D'autres "outils sonores" peuvent également convenir pour mettre en son la colère ; divers tambours (si possible dans un registre grave), des gongs, des cymbales.

Il est conseillé à l'éducateur d'insister auprès des enfants sur le fait qu'il maîtrise totalement la production et l'intensité des sons générés par son instrument. Il peut ainsi provoquer ou stopper immédiatement toute émission sonore susceptible d'effrayer son auditoire. La possibilité de gérer l'intensité de la sensation constitue une étape importante de cet exercice. On peut alors jouer à la «petite colère», avant d'exprimer la «grosse colère». Dans ce dernier cas de figure, il est souhaitable qu'un enfant manipule l'instrument ; les autres participants se projeteront plus facilement qu'avec l'intervention d'un adulte.



Champs lexical, synonymes, interjections ou onomatopées

Tristesse, mélancolie, douleur, chagrin, peine, désolation, affliction, mal, morosité, accablement...

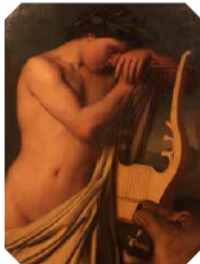
Bouh, Snif- snif, ouin ouin...

Tableaux :



> *Les larmes de Marie, mère de Jacques (ou Marie de Clopas)*
 Détail de *La Descente de Croix* - Rogier van der Weyden (1400/1464). Musée du Prado (Madrid) 1435/38.

Un jeune homme vient de mourir, supplicié en croix par les Romains, après une agonie longue et douloureuse. Plusieurs femmes sont restées là courageuses et l'ont accompagné jusqu'au bout. Maintenant qu'il est mort, le chagrin peut s'exprimer et la douleur éclater... les larmes coulent sans retenu et inondent le visage de l'une d'elles. Un mouchoir sur les yeux, cette femme semble vouloir oublier ce qu'elle vient de vivre, elle s'isole du monde, le corps penché en avant sous le poids du chagrin.



> *Orphée sur le mont Rhodope*
 863 - Jean-Baptiste Poncet (1827/1901) - Musée Dimi (Villefranche-sur-Saône).

Orphée est accablé de douleur. Il vient de perdre pour la seconde fois Euridice dont il est fou amoureux. Il sait que maintenant, il ne peut plus rien pour elle... Appuyé sur sa lyre, les yeux remplis de larmes, il ne peut contenir son désespoir et le regard plein de bienveillance du lion n'y pourra rien changer.



> *Le Vieil Homme triste*
 (*Vieil homme pleurant*) - 1890 - Vincent Willem van Gogh (1853/1890) - huile sur toile, 80 x 64 cm - Otterlo, Rijksmuseum Kröller-Müller, Pays-bas.

Un homme pleure... assis sur une chaise, devant un feu qui crépite... il pleure, le visage dans ses mains pour que l'on ne puisse pas voir ses larmes... le dos voûté, les coudes posés sur ses cuisses, replié sur lui-même, écrasé par le chagrin... il s'est mis à l'écart du monde... mais on ressent pourtant profondément sa tristesse et sa douleur...

*Il a mangé des salades
Des bananes et 100 radis !
Petit ours est bien malade
Il est couché dans son lit !
Son papa lui fait des tisanes
Et sa maman aussi
Petit ours est bien malade
C'est la faute aux 100 radis !*

Chants répertoire Lugdivine



Le blues de l'épouvantail - Bruicollages
E comme éléphants - ABC D'Afrique

Mémoire - Lugdirythme 4 - réf.1053
Le blues du matin - Allô les Crocos - réf.6014
F comme Faim - ABC D'Afrique - réf.6015
John Brown'body - Chansons gourmandes - réf.6033 - 1113

**POUR
ALLER PLUS
LOIN !**

Voir +

- Tous les arracheurs de dents de Van Honthorst Gerrit - Adrians Van Ostade - Louis Léopold Boilly, du Caravage...
 - *La douleur* - Segantini Schmerz (1858/1899)
 - *La jeune orpheline au cimetière* - Delacroix (1798/1863) - Le Louvre (Paris)
 - *Le désespéré* - Courbet (1819/1877) - Musée d'Orsay (Paris)
 - *Bassin de l'Encelade* (ce chef des Géants révoltés, écrasé sous les rochers se transforme en Etna) - Gaspard Marsy - Versailles
 - *Tityos* - Ribera (1591/1652) - Musée du Prado (Madrid)
- + tous les tableaux représentant le martyr d'un saint ou d'une sainte...

Chansons +

- Boris Vian (1920/1959) *à tous les enfants - Le Temps de vivre*
- Jean Tardieu (1903/1995) *Oradour*
- Georges Brassens (1921/1981) *Il n'y a pas d'amour heureux, 1953*
- Henri Salvador- Boris Vian -*Le blues du dentiste, 1958*

Poésies +

- Prévert (1900/1977) *La mère fait du tricot Le fils fait la guerre*
- René-François Sully Prudhomme (1839-1907) - *L'agonie*
- Charles Baudelaire (1821-1867) - *Alchimie de la douleur*
- François de Malherbe (1555-1628) - *Consolation à M. Du Périer sur la mort de sa fille*
- Robert Desnos (1900/1945) *Ô douleur de l'amour !*

Musique +

- Massenet (1842/1912) - *Chanson désespérée*
- Les Gospels, chants sacrés nés de la souffrance des esclaves
- Verdi (1813/1901) - Le choeur des esclaves (*Va, pensiero*) chanté par les Hébreux prisonniers à Babylone.
- Rachmaninoff (1873/1943) : Prélude Op.32 N° 10 - Le poème symphonique *l'île des Morts*