



**JIES**

CHANSON  
POP-FOLK  
HIP-HOP

DOSSIER PÉDAGOGIQUE



JM Wallonie - Bruxelles

# Voyage de la classe au concert et du concert à la classe

Cette saison encore, la Fédération des Jeunesses Musicales Wallonie-Bruxelles propose une cinquantaine de spectacles musicaux de Belgique et de l'étranger.

Les JM mettent à la disposition des acteurs de terrain scolaire, extra-scolaire et culturel souhaitant des ressources artistiques et pédagogiques diversifiées minutieusement sélectionnées pour leur permettre d'élaborer une programmation musicale de qualité au sein de leur institution.

C'est pourquoi la Fédération des Jeunesses Musicales (JM) est un partenaire incontournable pour l'éducation culturelle et le développement de l'expression musicale avec et par les jeunes. Il est essentiel de soutenir l'exploitation pédagogique des concerts en classe en proposant des dossiers au sein desquels apparaissent des savoirs, savoir-faire et compétences adaptés aux attentes du Parcours Éducatif Artistique et Culturel (PECA).

Ainsi, nos dossiers pédagogiques se déclinent selon les trois composantes du PECA : rencontrer, connaître, pratiquer.

Ils sont réalisés par la responsable pédagogique en étroite collaboration avec les artistes.

## Les Dossiers Pédagogiques

Les dossiers pédagogiques sont un outil d'apprentissage majoritairement articulé en trois parties :

### Rencontrer

c'est la mise en œuvre de rencontres de l'élève avec le monde et la culture.

**Aux JM**, ce sont :

- des rencontres « directes » d'artistes, de groupes musicaux, d'univers musicaux, de médiateurs culturels, de régisseurs, ... dans les écoles ou dans les lieux culturels.
- des rencontres « indirectes » proposées dans nos dossiers pédagogiques :
  - La présentation (biographie) des artistes
  - L'interview des artistes
  - La présentation du projet artistique

### Connaître

est envisagé, d'une part, dans sa dimension culturelle, d'autre part, dans sa dimension artistique. Les connaissances s'appuient sur une dimension multiculturelle et également sur des savoirs artistiques fondamentaux. Ces constituants sont à la fois spécifiques à chaque mode d'expression, mais sont aussi transversaux.

**Aux JM**, c'est à travers nos dossiers pédagogiques :

- la fiche descriptive des instruments
- l'explication des styles musicaux
- le développement de certaines thématiques selon le projet
- la découverte de livres, de peintures, d'artistes, ... en lien avec le projet musical.

### Pratiquer

c'est la mise en œuvre de pratiques artistiques dans les trois modes d'expression artistique (l'expression française et corporelle, l'expression musicale et l'expression plastique) et dans la construction d'un mode de pensée permettant d'interpréter le sens d'éléments culturels et artistiques.

**Aux JM**, c'est :

- une préparation en amont ou une exploitation du concert en aval avec la possibilité, pour certains concerts, d'atelier(s) de sensibilisation par des musicien·nes intervenant·es JM ou par les artistes du projet.
- une médiation pendant le concert assurée par les artistes ainsi que le ou la responsable pédagogique, avec une contextualisation du projet.



- susciter et accompagner la curiosité intellectuelle, élargir les champs d'exploration interdisciplinaire ;
- engager une discussion dans le but de développer l'esprit critique, CRACS (Citoyen Responsable Actif Critique et Solidaire) ;
- se réapproprier l'expérience vécue individuellement et collectivement (chanter, jouer/ créer des instruments, parler, danser, dessiner, ...) ;
- analyser le texte d'une chanson (contenu, sens, idée principale, ...).

Les dossiers pédagogiques sont adressés :

- aux équipes éducatives pour compléter les contenus destinés aux apprentissages des jeunes et à leur développement ;
- aux jeunes pour s'approprier l'expérience du concert telle une source de développement artistique, cognitif, émotionnel et culturel ;
- aux partenaires culturels pour les informer des contenus des concerts

Afin de faciliter la lecture et la compréhension de ce dossier, nous n'avons opté ni pour le langage épique, ni pour l'écriture inclusive. Ce choix est dénué de toute forme de discrimination.



# JIES Rencontrer

## Présentation du projet musical

### La nouvelle voix de la scène francophone

**Jeune auteur, compositeur, chanteur et guitariste belge, Jies s'impose peu à peu comme une voix singulière de la scène musicale francophone.**

Après des débuts en anglais, il se tourne résolument vers le français, sa langue maternelle, qui lui permet d'exprimer des idées complexes et des émotions intenses avec plus de spontanéité que jamais. Tantôt introspectives, tantôt empreintes d'une quête d'ouverture sur le monde, ses chansons explorent des thèmes universels ou plus intimes : complexité des relations humaines, angoisse du temps qui passe, recherche de sens, rapport à soi et aux autres... Jies met ainsi en poésie ses questionnements et ses tourments les plus profonds.

Authentique, mêlant judicieusement **hip-hop** et **pop-folk**, Jies forge un univers singulier et hybride, porté par la sincérité de paroles qui tendent à une certaine forme d'universalité. Lauréat du concours **Franc'Off 2023** des **Francofolies de Spa**, il est salué unanimement pour sa créativité et son originalité, porté par l'ambition de marquer durablement la scène. Plus qu'un simple projet artistique, sa musique se veut une véritable invitation à explorer nos émotions et nos questionnements les plus universels, offrant ainsi un espace de réflexion et de connexion où chacun peut trouver un écho à ses propres expériences.

 [Le projet en vidéo](#)



### ARTISTES

**Jean-Sébastien Nemayechi (Jies)**  
Chant, guitare,  
écriture, composition

**Marvin Franchella**  
DJ, percussions



## Interview exclusive

**Quand et pourquoi avez-vous entrepris ce projet musical ? Comment l'avez-vous construit ?**

Ce projet s'est façonné au fil des années. J'ai d'abord chanté en anglais avant de me tourner vers l'écriture en français, il y a cinq ans, pour trouver une expression plus intime. Depuis, j'explore différents styles et influences afin de forger ma propre identité artistique. Mon premier véritable projet a vu le jour il y a deux ans, avec l'envie de transformer mes émotions en chansons où chacun puisse se reconnaître. Sur scène, je privilégie le partage et le dialogue plutôt que la simple performance.

**Pouvez-vous nous dire quelques mots sur votre processus de création et votre travail d'écriture ?**

Mon écriture part toujours d'une émotion, d'un détail observé ou d'un thème qui m'interpelle. Parfois, une mélodie me vient en tête, et je la développe sur ma guitare ou mon piano. D'autres fois, je pose simplement toutes mes idées sur le papier, en laissant parler la spontanéité, sans trop réfléchir. Ensuite, je retravaille le texte pour en extraire les mots forts et créer un fil conducteur qui structure la chanson.

**Qu'est-ce qui vous inspire, tant musicalement que textuellement ?**

Je puise mes inspirations dans ma vie personnelle, mais aussi dans ce que j'observe et écoute autour de moi. Musicalement, je navigue entre la chanson française et des influences plus actuelles, du rap à la pop, en passant par la funk ou l'afrobeat, de Stromae à Aznavour. Pour les textes, les histoires et les rencontres que je croise nourrissent ma créativité et enrichissent beaucoup mes chansons.

**Le choix d'écrire dans votre langue maternelle s'est-il naturellement imposé ?**

Le français s'est imposé naturellement, c'est la langue dans laquelle je pense et ressens. Avant, quand je chantais en anglais, je me concentrais surtout sur la mélodie, sans m'attarder sur le texte. Aujourd'hui, c'est l'écriture qui guide la musique : les mots occupent une place centrale et structurent l'ensemble de mon projet artistique.

**Qu'est-ce qui vous a poussé à vous lancer dans les tournées des Jeunesses Musicales ?**

Les Jeunesses Musicales offrent l'occasion de rencontrer un public jeune et curieux. Je me suis rendu compte qu'au milieu du secondaire, c'est à cet âge que j'ai vraiment accroché avec la musique et l'expression de soi. Pouvoir montrer aux jeunes qu'il suffit parfois d'un peu de courage pour partager ses émotions, et que cela peut être source d'épanouissement, me semble particulièrement précieux. Ces tournées sont pour moi un moyen de transmettre ce message tout en partageant ma musique.

**Que pensez-vous pouvoir apporter aux jeunes et qu'est-ce que ce public jeune vous apporte en retour ?**

À travers mes chansons, j'espère offrir aux jeunes un espace pour exprimer ce qu'ils ressentent, ce qu'ils pensent ou ce qu'ils vivent, même quand les mots nous manquent. La musique devient un outil pour transformer les émotions en créations, en textes ou en mélodies, et pour oser se montrer tels que nous sommes. En retour, leur spontanéité, leur curiosité et leur énergie nourrissent ma propre démarche artistique. Pour moi, la musique est avant tout un échange, et cette interaction est essentielle à mon travail.

# Connaître

## Présentation des instruments

### La guitare

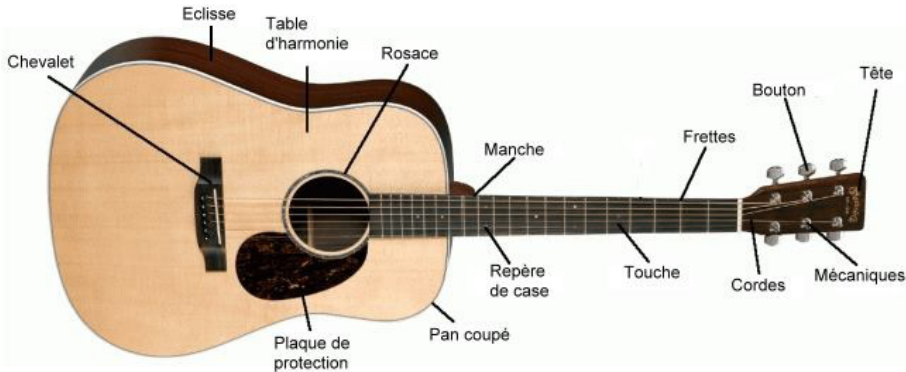
La guitare est un instrument à cordes pincées, extrêmement populaire et utilisé dans une multitude de genres musicaux, allant du classique au rock, en passant par le jazz, le blues et la musique folk. C'est en Espagne qu'émergent les instruments considérés comme les ancêtres directs de la guitare actuelle, à savoir la vihuela et la guitare de la Renaissance. Surtout joués durant les 15<sup>ème</sup> et 16<sup>ème</sup> siècles, ils évoluent en parallèle et se métamorphosent au fil des siècles, pour aboutir finalement à la forme que nous connaissons au 19<sup>ème</sup> siècle. On note particulièrement une évolution notable de la taille et du nombre de cordes, passant de 4 cordes doubles (appelées *chœurs*) à 6 cordes simples.

La forme de la guitare moderne est donc établie au cours du 19<sup>ème</sup> siècle. Plusieurs modifications affectent alors l'instrument, notamment les chevilles en bois qui sont remplacées par des chevilles mécaniques, les frettes en boyau par des frettes fixes en ivoire ou en ébène (puis en métal) ou encore le fond plat qui devient la norme. Les dimensions et la forme de la guitare classique se standardisent totalement, de même que la longueur vibrante des cordes établie à 65 cm.

Il existe aujourd'hui plusieurs types de guitares, dont les plus courants sont la guitare acoustique,

la guitare électrique, la guitare classique et la guitare basse, chacune ayant des caractéristiques distinctes, adaptées à différents styles de jeu et sonorités. Elles sont fabriquées en bois massif ou en matériaux composites, et leurs cordes peuvent donc être en nylon (pour les guitares classiques) ou en métal (pour les guitares folk et électriques). Les guitares électriques se distinguent par la présence de micros qui captent les vibrations des cordes pour les transformer en signaux électriques amplifiables, ce qui leur permet d'obtenir un son plus puissant et modulable. La guitare classique, quant à elle, se caractérise par une forme plus arrondie et des cordes en nylon qui produisent un son plus doux et chaleureux.

L'accordage de la guitare est essentiel pour obtenir un son juste, et il en existe de nombreuses variations en fonction des genres musicaux joués. Les guitaristes utilisent également diverses techniques de jeu, comme le *strumming* (grattage des cordes), le *fingerpicking* (jeu aux doigts), ou le *bending* (tirer les cordes pour changer la hauteur des notes). Capable d'explorer une large gamme de sons et de styles, la guitare est ainsi un instrument extrêmement polyvalent, demeurant aujourd'hui un véritable pilier des musiques modernes, traditionnelles et classiques.



|                        |                                                                                                               |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Famille/classification | Instrument à cordes (pincées)                                                                                 |
| Taille                 | Environ 1m de longueur (mais peut varier)                                                                     |
| Nombre de cordes       | 6                                                                                                             |
| Type de cordes         | En nylon ou en métal                                                                                          |
| Tessiture              | 3 octaves                                                                                                     |
| Production du son      | Son produit par la vibration de la corde après pincement, via la caisse de résonance                          |
| Style de musique       | Trad/Folk, Pop-Rock, Blues, Musique du monde, Country, Musique de film, Jazz...                               |
| Noms connus            | Django Reinhardt, Tommy Emmanuel, Eric Clapton, Paco de Lucía, John McLaughlin, Quentin Dujardin, Dan Ar Braz |



### La voix

Chaque être humain est doté d'une voix qui lui est spécifique. Il dispose donc en permanence d'un instrument de musique à portée de main. L'émission des sons, provenant de la vibration des cordes vocales, est ensuite amplifiée par les cavités naturelles (nez, sinus, cavités pharyngiennes, thorax) et articulée par la langue et les lèvres pour former des syllabes (comme quand on parle). La voix est caractérisée par quatre paramètres : la hauteur (grave ou aigu), la durée (temps d'émission du son), l'intensité (fort ou faible) et le timbre (couleur propre à chaque voix).

Selon ces caractéristiques, on peut catégoriser différents types de voix : les tessitures vocales.

**La voix soprano** est la voix la plus aiguë. Souvent chantée par une femme ou un enfant, elle couvre à peu près deux octaves. À l'opéra, l'un des plus célèbres rôles de soprano est sans doute celui de la Reine de la Nuit dans La flûte enchantée de Mozart.

**La voix mezzo-soprano** est une voix intermédiaire entre le soprano et l'alto, à la fois légère et capable d'une grande richesse d'expression (le rôle de « Carmen » de Bizet en est un parfait exemple).

**L'alto** est une voix de femme ou d'enfant plus grave, chaude et colorée.

En ce qui concerne les voix d'hommes, **le ténor** est la voix masculine la plus aiguë et se scinde en de nombreuses sous-catégories. **Le baryton**, quant à lui, a une tessiture à mi-chemin entre celles du ténor et de la basse. Enfin comme son nom l'indique, la voix d'homme la plus grave est **la basse**. Elle a beaucoup de profondeur et est très importante dans la polyphonie, car elle permet de soutenir toutes les autres voix.



|                        |                                                                                                                   |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Famille/classification | Instrument à vent                                                                                                 |
| Taille                 | Taille des cordes vocales de 4,5 à 5 mm                                                                           |
| Tessiture              | Plus de 2 octaves                                                                                                 |
| Production du son      | Son produit par la vibration des cordes vocales et ensuite amplifié par les cavités naturelles                    |
| Style de musique       | Classique, Jazz, Pop-Rock, Trad/Folk, Musique du monde...                                                         |
| Noms connus            | Maria Callas, Barbara Hendricks, Cecilia Bartoli, Maria Malibran, Luciano Pavarotti, Roberto Alagna, José van Dam |



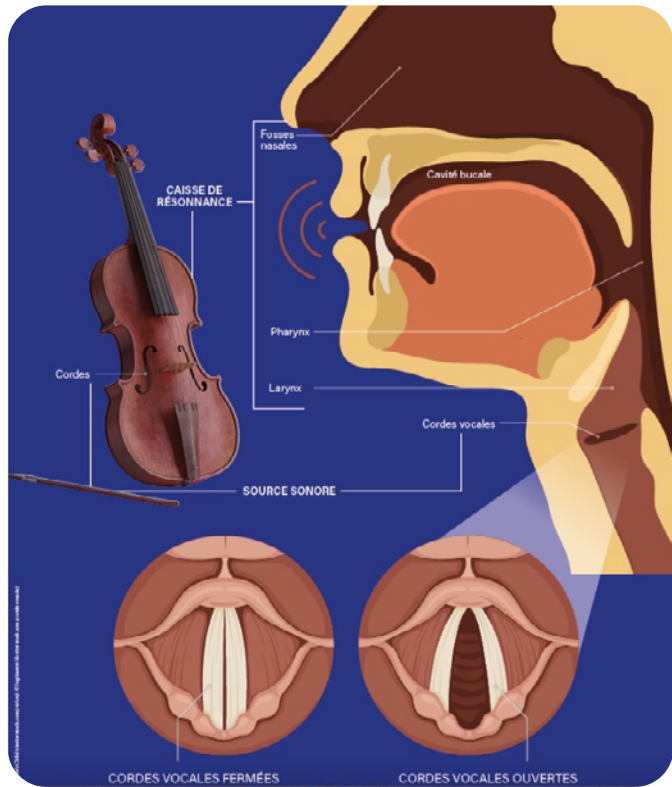
#### Le saviez-vous ?

La guitare classique est de nos jours l'un des instruments les plus populaires et les plus vendus dans le monde !



#### Le saviez-vous ?

Des chercheurs européens ont analysé la voix de Freddie Mercury et ont découvert qu'il possédait un organe vocal exceptionnel, capable de produire un vibrato au-dessus de la norme (7,04 Hz, contre 5,4 à 6,9Hz pour un chanteur classique), et utilisait une technique rare appelée chant subharmonique, qui permet de produire plusieurs notes simultanément. Voilà qui explique la puissance et la singularité de sa voix légendaire.



## Le beatmaking

Le beatmaking est le processus de création de pistes instrumentales, les *prods* (productions), qui accompagnent le texte dans la musique rap ou le hip hop. Le **beatmaker** (littéralement *faiseur de sons*) est à la fois compositeur, (multi-)instrumentiste et parfois aussi producteur. Longtemps dans l'ombre des rappeurs, les beatmakers tiennent aujourd'hui un rôle de plus en plus reconnu et mis en avant dans le succès d'un morceau. Pour composer un titre, le beatmaker utilise plusieurs outils numériques grâce auxquels il crée des sons et/ou emploie des échantillons (*samples*) qu'il peut travailler avec des ajouts d'effet et des créations de boucles pour arranger le tout en un nouveau morceau cohérent.

Son principal instrument est une **station de travail audionumérique**. La **DAW** (*Digital Audio Workstation* dans sa version anglophone) est en fait un enregistreur multipiste capable de traiter en même temps des sources audio et des sources MIDI. Il permet entre autres de créer des ébauches de compositions, avant de les peaufiner, puis de les exporter et les partager. En résumé, c'est le logiciel qui permet de créer une musique. Il se présente sous la forme d'une immense plateforme virtuelle réunissant plusieurs pistes, auxquelles il est possible d'assigner soit un instrument virtuel (VSTi), soit des entrées audio (par exemple, une piste de guitare enregistrée au préalable), ainsi que des effets virtuels (reverb, écho, distorsion...). Une fois que l'ensemble des pistes est édité, elles peuvent être exportées sous forme d'une piste audio unique qui constitue le morceau final. Les logiciels Ableton Live, Logic Pro (développé par Apple), Cubase (développé par Steinberg) et Reaper (développé par Cockos) font partie des principales DAW du marché actuel.



Le beatmaker utilise également un **échantillonneur** ou **sampler**, généralement déjà inclus dans une DAW. En effet, l'utilisation d'échantillons (samples) est à la base du beatmaking. Les compositeurs vont ainsi chercher des sons de toutes sortes (instruments acoustiques, traditionnels, voix, morceaux existants, bruitages...) afin de se constituer une véritable bibliothèque de sons utilisables à souhait. L'échantillonneur permet donc d'enregistrer numériquement des fragments sonores de durée plus ou moins longue, de les assembler, de les manipuler et/ou de les transformer. Il peut également transposer et jouer en temps réel (et ce à différentes hauteurs) un simple échantillon et l'utiliser comme un instrument de musique.



Le saviez-vous ?

Le beatmaker Dany Synthé a mis seulement 24 heures pour composer le son de l'énorme succès *Sapés comme jamais* de Maître Gims !



[Le beatmaking](#)



## Le style musical

### La Belgian pop (ou la chanson belge)

#### Une scène à la croisée des cultures

La chanson belge francophone est le fruit d'un métissage culturel profondément enraciné. À mi-chemin entre la culture de langue française au sud, les traditions flamandes au nord et une forte ouverture à l'international (entre autres en raison de sa riche histoire migratoire), la Belgique offre un terrain fertile pour l'innovation et l'expérimentation. Cela se ressent autant textuellement que musicalement, les artistes belges francophones semblant parfois moins formatés que leurs homologues français et explorant de fait très librement des styles hybrides aux influences multiples. Cela peut notamment se traduire par une grande variété d'arrangements, la chanson pouvant tout aussi bien être portée par un simple piano-voix comme chez Jacques Brel ou Maurane, que par des textures électroniques, des guitares électriques et/ou des cuivres, selon les époques et les artistes.

Cette diversité reflète aussi un goût pour la liberté de ton : les Belges ont souvent une approche plus ironique, détachée, parfois absurde ou surréaliste, héritée notamment de l'humour belge ou de l'influence de figures comme les peintres René Magritte ou Paul Delvaux. Cette posture influence la manière d'écrire, de chanter, de mettre en scène la musique : une chanson belge peut bien sûr être frontale, mais elle pourra aussi très volontiers jouer sur le second degré et les ruptures de ton.

#### Des figures emblématiques

Jacques Brel reste incontestablement la figure tutélaire de la chanson belge. Sa musique, bien que basée sur des orchestrations classiques (piano, cordes, accordéon), détonne par son intensité dramatique, son lyrisme et ses textes puissants. Il puise dans les musiques populaires (valse, tango, musette) en les sublimant par une interprétation presque théâtrale. Chez lui, la voix devient un instrument d'émotion brute, presque violente, parfois à la limite de la rupture. Salvatore Adamo, lui, propose une chanson plus douce et romantique, influencée par la tradition

italienne (sa famille est originaire d'Italie), mais aussi par la variété française des années 1960. Sa musique, portée par une voix suave et des mélodies soignées, fait appel à des arrangements riches, souvent orchestraux. Pierre Rapsat, dans les années 1980, fusionne la chanson avec des éléments rock, pop et même parfois progressifs (guitares électriques, claviers, percussions plus marquées...), préfigurant des croisements qui deviendront plus fréquents encore dans les décennies suivantes (par exemple avec Axelle Red dans les années 1990).

Maurane, quant à elle, apporte une approche jazz à la chanson francophone : représentante d'un versant encore plus introspectif de la chanson belge, sa voix profonde et souple s'accompagne souvent de pianos jazzy, de contrebasses, et d'arrangements feutrés.

#### La nouvelle scène belge

Depuis le tournant des années 2000, une nouvelle génération d'artistes s'affranchit plus encore des cadres de la chanson à texte pour explorer d'autres territoires musicaux. Stromae, figure emblématique de ce renouveau, mêle dans ses compositions tour à tour chanson francophone, électro, house, afrobeat et rumba congolaise. Ses morceaux à la production léchée sont souvent construits sur des boucles électroniques, des synthés puissants et des beats dansants, tout en gardant des textes très construits, souvent graves, parfois sociopolitiques. Ce contraste entre fond et forme est devenu une des signatures de la pop belge contemporaine.

Angèle, avec une approche musicale plus douce, mais tout aussi hybride, puise son inspiration dans la pop, le R&B et la chanson pour des productions minimalistes, où le synthétiseur, la boîte à rythmes et les sonorités électros dominent. Elle revendique une écriture simple mais percutante, avec un sens aigu de l'autodérision et une conscience féministe affirmée. De son côté, son frère Roméo Elvis injecte dans la pop belge une dimension rap, avec des textes parfois bruts, souvent introspectifs, et une production influencée par le hip-hop alternatif, le trip-hop et l'électro.



La chanteuse bruxelloise **Angèle** en 2020, à la 35<sup>ème</sup> cérémonie des Victoires de la Musique

Musicalement, cette nouvelle scène est profondément marquée par la culture numérique : les artistes, à l'image du duo bruxellois Colt, produisent souvent leurs morceaux chez eux, utilisent des outils logiciels comme Ableton ou FL Studio, et diffusent leur musique sur les plateformes sans passer par les grandes majors. On y entend des influences anglo-saxonnes très fortes (du hip-hop à la trap, en passant par la synthpop, l'électro ou la soul), cependant toujours arrangées à la sauce belge, avec cette touche si caractéristique de distance, d'humour et de mélancolie.

### Un écosystème culturel bien ancré

La Belgique francophone bénéficie en outre d'un écosystème culturel solide et à taille humaine, construite sur des réseaux alternatifs : radios indépendantes, scènes locales, clubs, collectifs d'artistes, la scène belge permet ainsi l'émergence constante de nouvelles voix.

La Fédération Wallonie-Bruxelles joue un rôle crucial dans le soutien aux artistes, via des subventions à la création musicale, des aides à la tournée, du soutien à l'enregistrement d'albums ou encore des résidences artistiques. Ces dispositifs permettent ainsi aux musiciens de développer leur propos sans devoir dépendre entièrement de la rentabilité immédiate.

Des labels comme [PIAS Belgium], Creaked, JauneOrange, 62TV Records ou Freaksville Publishing jouent également un rôle moteur dans la découverte et la promotion d'artistes originaux, loin des formats plus commerciaux des majors ; ces structures accompagnent alors les musiciens dans la durée, avec un vrai travail éditorial et artistique.

Par ailleurs, tant au niveau local que national, des médias et des radios comme Pure, La Première, Tipik ou Radio Rectangle (qui a cessé ses activités en 2022) ont permis de faire émerger de nombreux artistes belges, de même que des plateformes en ligne telles que Tarmac (RTBF), principalement axée sur la promotion du rap et des musiques urbaines.

Mentionnons enfin l'impact majeur des salles de spectacles locales et des festivals, nombreux à avoir une influence certaine et un rayonnement international. C'est le cas notamment des festivals des Ardentes, des Francofolies de Spa et de Dour, ainsi que de la Ferme du Biéreau à Louvain-La-Neuve, du Reflektor liégeois ou du Botanique et de l'Ancienne Belgique à Bruxelles ; autant de lieux de concerts qui accompagnent les jeunes artistes dans leur montée en puissance et leur diffusion auprès du grand public.



**Le Botanique**, célèbre complexe culturel de la capitale belge, accueillant chaque année de nombreux concerts dans ses trois salles de spectacles

Ensemble, ces structures forment un tissu culturel riche et relativement dense comparé à la taille du pays, valorisant la diversité, la liberté artistique et la professionnalisation des musiciens.

### Une identité bien affirmée

Parfois éclipsée par sa voisine française, la chanson belge francophone n'en demeure pas moins un vivier artistique d'une richesse remarquable ; ce qui la rend si unique, c'est aussi sa manière de se tenir un peu en marge des modes et des grands courants... tout en y participant à sa manière, nourrie par un esprit de liberté, un humour décalé et une grande sensibilité. Vectrice d'émotions profondes, c'est une scène qui ne cherche pas nécessairement à plaire ou à dominer, mais qui séduit par sa sincérité, son inventivité et sa poésie à la foistendre et acérée. Privilégiant les atmosphères et les contrastes, elle ose l'intime, l'absurde ou la critique sociale, sans jamais cependant se départir de cette touche d'autodérision typiquement belge et bien de chez nous !

*Pour aller plus loin / à écouter :*

- [Jacques Brel - La Chanson de Jacky](#)
- [Stromae - Formidable](#)
- [Angèle - Bruxelles je t'aime](#)
- [Salvatore Adamo - Tombe la neige](#)
- [Axelle Red - Je t'attends](#)



## La thématique du concert

### Article - L'écriture thérapeutique : un voyage au cœur de soi

**D'où vient l'écriture thérapeutique ? Quels sont ses bienfaits, ses limites ? Comment la pratiquer ? Enquête sur un moyen d'expression aux vertus reconnues depuis la nuit des temps.**

#### Flash back dans l'Antiquité

Ce sont des philosophes antiques, à savoir les bien connus Platon et Aristote, qui inaugurent l'idée que l'écriture peut avoir un pouvoir guérisseur. Ils ne parlent pas à proprement parler de guérison ni de thérapie mais ils évoquent dans leurs écrits l'importance de l'expression de soi pour le bien-être psychologique. Ainsi Platon expose-t-il dans son dialogue Phèdre comme l'écriture, tel un miroir de l'âme, peut permettre de mieux se comprendre et de se libérer des illusions de l'ego.

*L'écriture n'est pas seulement une peinture de mots, mais un miroir dans lequel l'âme peut se contempler elle-même.*

Platon

De son côté, Aristote soutient que l'expression écrite peut permettre de clarifier et organiser ses pensées, et de gagner en compréhension, en conviction et en persuasion.

*L'écriture bien faite est la clé de la persuasion, car elle permet à l'orateur de transmettre ses idées de manière claire et convaincante.*

Aristote

### James Pennebaker, le pionnier de l'écriture thérapeutique

Si les philosophes antiques posent les premiers jalons des bienfaits de l'écriture, il faut attendre le 20<sup>ème</sup> siècle pour que l'écriture thérapeutique

prenne son essor. Dans les années 1980, James W. Pennebaker, un psychologue social américain, mène des recherches révolutionnaires sur les effets de l'écriture expressive sur la santé émotionnelle. Son étude la plus connue, publiée en 1986, montre que l'écriture régulière sur des expériences émotionnellement chargées peut améliorer significativement la santé mentale et physique.

### Les neurosciences à l'appui

Depuis les découvertes de Pennebaker, de nombreuses études scientifiques ont continué à prouver que l'écriture expressive peut aider à réguler les émotions ; à prouver aussi que, en réorganisant les récits de vie, l'écriture thérapeutique peut favoriser le sens de l'intégrité narrative et la résolution des conflits internes. Les recherches récentes en neurosciences et en psychologie renforcent ainsi l'idée que l'écriture peut être un outil puissant de guérison et de transformation personnelle. En écho aux réflexions des philosophes antiques, elles viennent certifier que l'écriture offre un moyen accessible et efficace d'explorer, de comprendre et de surmonter les blessures et défis que l'on est amené à traverser.

### En quoi consiste l'écriture thérapeutique ?

L'écriture thérapeutique consiste à explorer et exprimer des pensées, des émotions et des expériences personnelles à travers les mots. Elle vise à aider ceux qui la pratiquent à clarifier leurs pensées, exprimer leurs émotions refoulées et trouver un sens à leurs expériences.

L'écriture thérapeutique peut prendre de nombreuses formes et se retrouver par exemple exprimée dans un journal intime, de la poésie, des récits de vie ou encore des exercices d'écriture dirigés.

L'essentiel pour en tirer des bienfaits est de l'exercer sans jugement, ni censure, en explorant librement son monde intérieur.

**L'Écriture thérapeutique : pour qui, pour quoi ?**

L'écriture thérapeutique peut être bénéfique pour toute personne qui souhaite explorer et comprendre ses pensées, ses émotions et ses expériences de vie. Elle peut être particulièrement utile pour ceux qui traversent des périodes de transition, de crise ou de difficultés émotionnelles, ainsi que pour ceux qui cherchent à se connaître plus profondément.

On peut notamment recourir à l'écriture thérapeutique pour réduire son niveau de stress, dépasser un traumatisme, surmonter un deuil, explorer son identité, renforcer l'estime de soi, résoudre des conflits intérieurs... ou simplement pour trouver un espace pour se connecter à soi-même.

**Les limites de l'écriture thérapeutique**

Si l'écriture thérapeutique est à la portée de tous, il serait abusif de prétendre qu'elle est bénéfique à tout le monde. Dans certains cas, elle est même fortement déconseillée, notamment en cas de troubles psychotiques graves ; en effet, pour les personnes souffrant de troubles psychotiques sévères, tels que la schizophrénie, l'écriture thérapeutique peut parfois aggraver les symptômes ou être difficile à gérer en raison de la nature altérée de la réalité. (...)

Il convient également de faire preuve de prudence en cas de traumatismes récents ou non résolus ; pour les personnes qui ont récemment vécu un traumatisme ou qui n'ont pas encore commencé un processus de guérison, l'écriture thérapeutique peut parfois rouvrir des blessures émotionnelles si elle est exercée sans le soutien d'un professionnel.

Au-delà de ces cas particuliers, Il est important de se rappeler que, bien que l'écriture thérapeutique puisse être un outil puissant de guérison et de croissance personnelle, elle a également ses limites. Aussi puissante soit-elle, elle ne peut pas résoudre tous les problèmes seule et ne remplace pas une thérapie professionnelle lorsque cela est nécessaire.

**Comment utiliser l'écriture thérapeutique ?**

La pratique de l'écriture thérapeutique est simple et à la portée de (presque) tous ; elle ne requiert ni matériel sophistiqué, ni budget faramineux, mais juste un stylo et du papier.

Pour résumer, il s'agit premièrement de trouver un endroit calme et confortable où vous pouvez vous concentrer sans être interrompu. Dans un second temps, vous pouvez vous fixer un temps déterminé pour écrire, que ce soit tous les jours, une fois par semaine ou selon vos besoins. Laissez ensuite vos pensées et vos émotions guider votre écriture. Ne vous censurez pas et ne vous jugez pas, laissez simplement les mots couler librement sur la page. Vous pouvez écrire sur un sujet spécifique qui vous préoccupe, ou simplement laisser votre esprit vagabonder et écrire ce qui vient.

Une fois que vous avez terminé d'écrire, prenez le temps de vous relire et réfléchissez à ce que cela signifie pour vous. Vous pouvez également choisir de partager vos écrits avec un thérapeute ou un ami de confiance mais ce n'est absolument pas obligatoire ; écrire juste pour soi, avec la liberté qu'offre le fait de savoir qu'on ne va pas être lu, est souvent ce qui est le plus libérateur.

Et si vous essayiez ?  
Et si vous preniez un temps pour laisser s'exprimer librement votre plume ? Sans réfléchir, sans attendre de résultats, sans vous poser de questions, juste déposer sur le papier ce qui vient spontanément... L'exercice en vaut la chandelle. Car que vous soyez un écrivain chevronné ou un novice en quête d'exploration, l'écriture thérapeutique peut vous offrir un espace sûr et fertile pour nourrir votre âme et votre esprit.

Article de Anne-Sylvie Pinel, publié le 20 mai 2022 sur le site internet de Plume Académie

Lien vers l'article : [l'écriture thérapeutique : un voyage au cœur de soi - plume-academie.com](#)



« Pour le meilleur ou bien pour le pire » chante Jies ; il ne veut pas choisir. Toutes les expériences sont bonnes à prendre , elles permettent à chacun d'enrichir les connaissances de soi, d'accepter sa vulnérabilité. On le sait, le chemin est plus important que la destination et tant mieux s'ils sont multiples et même sinueux...



**Titre de la chanson :** .....

**Auteur-e¹ / compositeur-ric² / interprète³ :** .....

**Tu as repéré quel(s) instrument(s) ?** .....

**Caractère du morceau :**

Coche la bonne réponse

- Musique
- ♦ Vocale
  - ♦ Instrumentale

- Style musical
- ♦ Classique
  - ♦ Blues-jazz
  - ♦ Pop-Rock/Électro
  - ♦ Rap/Slam/Hip-hop
  - ♦ Musique du monde (Folk/trad.,...)

**Le tempo**

Le tempo est la vitesse ou la pulsation d'exécution d'un morceau ou plus exactement la fréquence de la pulsation. Ce battement régulier sert de base pour construire le rythme.

Écoute attentivement le morceau et retrouve le tempo qui le caractérise.

- ♦ Largo (lent/large)
- ♦ Andante (posé)
- ♦ Moderato (modéré)
- ♦ Allegro (vif/joyeux)
- ♦ Presto (rapide/brillant)
- ♦ Prestissimo (très rapide)

**Tes émotions**

Que ressens-tu à l'écoute du morceau ?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Discutes-en avec la classe et compare tes découvertes !**

Auteur-e¹: Personne qui écrit les paroles d'une chanson.

Compositeur-ric²: Personne qui crée la musique.

Interprète³: Musicien-ne (chanteur-euse, instrumentiste, chef-fe d'orchestre ou de chœur) dont la spécialité est de réaliser un projet musical donné.

## Paroles

### Pour le meilleur - Jies

En vérité, y'a pas de collier d'immunité,  
Faut faire ses preuves et preuve d'humilité.  
J'essaye de vivre et non pas seulement d'exister,  
Même si mes peurs me poussent à fuir la réalité.  
Tous libres, on déséquilibre.  
J'peux me fier à ma vulnérabilité,  
Et ça n'a pas de prix, il ne s'agit pas que de plaisir.  
Dans le regard de tous les autres, il faudra pas s'perdre.  
J'essaye de ne pas m'en faire trop,  
Parfois c'est pas si facile, le cœur fait des saltos.  
J'essaye de ne plus m'enfuir,  
Et quand je tombe dans les étoiles, c'est pour mieux revenir.

#### Refrain

Ce sera pour le meilleur ou bien pour le pire,  
On suivra les choses qu'on aime,  
On ira au bout de ce qu'on est, même si ça prend un peu de temps.  
Pour le meilleur ou bien pour le pire,  
Je veux pas choisir vraiment.

Dans la beauté du banal, on passe d'une vie à l'autre,  
La route est courte au final, comme une petite balade.  
Le décor file et je parade, bercé par une douce violence.  
La vie est belle au final, même avec quelques balafres.

J'essaye de ne pas m'en faire trop,  
Parfois c'est pas si facile, le cœur fait des saltos.  
J'essaye de ne plus m'enfuir,  
Et quand je tombe dans les étoiles, c'est pour mieux revenir.

#### Refrain

Ce sera pour le meilleur ou bien pour le pire,  
On suivra les choses qu'on aime,  
On ira au bout de ce qu'on est, même si ça prend un peu de temps.  
Pour le meilleur ou bien pour le pire,  
Je veux pas choisir vraiment.

Je veux me nourrir de poussières d'étoiles, pour atteindre enfin la rive.  
Voir le paradis dans les lumières d'espoir, peu importe tant qu'on navigue.  
Faire taire les doutes en moi, peu importe ce qui arrive.  
Je referai tout, tout cent fois, on verra quand tout s'aligne.

#### Refrain (x2)

Ce sera pour le meilleur ou bien pour le pire,  
On suivra les choses qu'on aime,  
On ira au bout de ce qu'on est, même si ça prend un peu de temps.  
Pour le meilleur ou bien pour le pire,  
Je veux pas choisir, non non, je veux pas choisir.



## Activités transversales

### FRANÇAIS

#### Activité : Écrire à partir de ses émotions

##### Thème abordé

- Se découvrir à travers ses émotions et sa vulnérabilité.

##### Objectifs

- Identifier les émotions et les questionnements exprimés dans une chanson.
- Réfléchir à sa propre manière de « vivre et non pas seulement d'exister ».
- Expérimenter l'écriture poétique et introspective.
- Développer l'expression personnelle, la confiance et l'écoute.

##### Déroulement

#### 1. Réflexion à partir du texte de Jies : « Pour le meilleur ou bien pour le pire »

##### Écoute du morceau « Pour le meilleur ou bien pour le pire » de Jies.

- Proposer une première écoute « sensible » (sans support écrit).  
→ Comment la chanson les fait-elle se sentir ?
- Deuxième écoute avec les paroles sous les yeux.

##### Échange collectif

- Quels mots ou vers vous touchent le plus ? Pourquoi ?
- De quoi parle Jies selon vous ? (identité, peur, confiance, émotions...)
- Relever une phrase qui résonne personnellement.

##### Repérage d'images fortes dans le texte :

- « Je veux me nourrir de poussières d'étoiles »
- « Le cœur fait des saltos »
- « Tous libres, on déséquilibre »
- « Quand je tombe dans les étoiles, c'est pour mieux revenir »  
→ Discussion : que veulent dire ces images ? À quelles émotions ou situations réelles peuvent-elles correspondre ?

#### 2. Activité d'écriture

##### Consigne générale

- À partir de la chanson de Jies, écris un texte (poème, slam, lettre à toi-même ou texte libre) où tu explores ta manière de « vivre » plutôt que simplement « exister ».
- Tu peux t'appuyer sur une émotion, une peur, un rêve, ou un équilibre à trouver.

##### Réflexion personnelle

- Note trois phrases commençant par :  
→ *Je me sens libre quand...*  
→ *Ce qui me fait peur, c'est...*  
→ *Je me découvre quand...*
- Note aussi une image ou un mot de la chanson qui te parle (ex. : « le cœur fait des saltos », « poussières d'étoiles »).

##### Écriture guidée

- Rédige un texte en t'inspirant de la structure de Jies :  
– Commence par une **affirmation** (*En vérité, ... / Je veux... / J'essaye de...*)  
– Fais apparaître une **contradiction ou un doute** (*Parfois c'est pas si facile... / Même si...*)  
– Termine par une **lueur d'espoir ou de confiance** (*On ira au bout de ce qu'on est...*).  
→ Tu peux reprendre certains mots ou expressions de la chanson, mais les transformer pour qu'ils deviennent les tiens.

##### Mise en voix

- Lecture à voix haute, en binôme ou en petit groupe.
- Les élèves peuvent choisir un fond instrumental pour lire leur texte.

##### Prolongements possibles

- Créer un collage poétique ou visuel avec :  
→ des phrases de ton texte,  
→ des mots découpés dans des magazines,  
→ et une image symbolique de ton émotion (photo, dessin, couleur dominante...).
- Créer un **Mur des mots de soi**  
→ Chaque élève choisit une phrase de son texte qu'il souhaite partager.  
→ Ces phrases sont affichées ensemble, formant un grand texte collectif sur la quête de soi et de sens, en écho à Jies.

## Un peu de lecture



### TOUT VA BIEN

Charlie Genmor, Ed. Delcourt, 2019

Ellie vient d'avoir vingt ans et n'a jamais eu de relation amoureuse... Raison pour laquelle tout bascule lorsque son ami Archimède lui demande de sortir avec lui. C'est le début d'une histoire d'amour pas très ordinaire mais aussi et surtout d'une grande introspection qui va pousser Ellie à comprendre d'où lui vient cette dépression chronique qui lui colle à la peau. Creuser le passé d'une vie de famille compliquée pour qu'un jour, enfin, pour elle aussi, tout aille bien.



### LE COEUR BAVARD

Véronique Petit, Rageot Editeur, 2023

La vie n'est pas facile pour Lina dans la cité Maurice-Ravel. Sa mère est partie sans laisser d'adresse, son père a sombré dans l'alcool et son frère jumeau, un cerveau, prend toute la lumière. Sans parler des garçons qui se moquent d'elle dans la rue. Mais Lina fréquente le collège Du-Bellay qui pratique la mixité sociale et elle aimerait se lier d'amitié avec des filles des beaux quartiers. Alors, pour se faire remarquer, elle s'est inscrite au concours d'éloquence du collège...



### L'ART DU RAP

Jean-Eric Perrin, Ed. Palette, 2019

Depuis quelques années, le rap règne en maître sur le marché international de la musique. En France, il connaît un succès particulièrement retentissant, éclipsant chaque semaine les autres genres musicaux dans les classements des titres les plus écoutés. Quelle est son histoire ? Quelles sont ses racines ? Comment a-t-il évolué ? Des légendaires The Last Poets et Wu-Tang Clan jusqu'à Orelsan et Maître Gims, en passant par Jay Z, Public Enemy, Ice-T, et Eminem, tous sont évoqués ! Jean-Éric Perrin, spécialiste de la musique et grand défenseur du rap, répond à toutes ces questions, et à bien d'autres encore. Il offre ainsi aux parents et aux enfants une occasion unique d'échanger, enfin, sur cette culture si dérangeante pour les premiers, si fascinante pour les seconds !



## CULTURE CREW / ÉQUIPE CULTURE

### LES ÉLÈVES AU CŒUR DE L'ORGANISATION D'UN CONCERT JM AVEC DES ARTISTES DE LA SCÈNE BELGE !

Les Jeunesses Musicales offrent aux jeunes une **expérience unique de responsabilisation et de développement personnel** à travers l'organisation d'un concert dans leur établissement. Encadrés par leurs enseignant-es, des artistes et des professionnel·les du secteur culturel, ils prennent en charge toutes les étapes du projet : de la conception à la réalisation.

Inspiré du modèle des Culture Crew du nord de l'Europe, ce projet offre aux jeunes une immersion inédite dans le monde de la culture et du spectacle vivant. Les participant-es peuvent **décrocher un certificat valorisant leur expérience**, ouvrant des portes vers des événements tels que des festivals.

#### OBJECTIFS PRINCIPAUX

- Intégrer la culture dans la vie scolaire en impliquant activement les élèves
- Favoriser le développement de la responsabilité et de l'autonomie
- Découvrir les métiers de la culture et acquérir des compétences en gestion de projet
- Encourager l'expression personnelle, la collaboration et l'initiative
- Sensibiliser les jeunes aux enjeux de l'organisation événementielle et culturelle

#### LES 4 ÉQUIPES

Le projet repose sur quatre équipes d'élèves encadrées par un-e enseignant-e référent-e et accompagnées par les JM :

- **WELCOME CREW** : accueil des artistes, gestion du public, logistique
- **COMM CREW** : communication, promotion, réseaux sociaux, visuels
- **TECHNI CREW** : aspects techniques (son, lumières, scène, matériel)
- **SPONSORS CREW** : recherche de moyens et de partenariats non-financiers

#### BÉNÉFICES POUR LES ÉLÈVES

- Participation active à un projet culturel concret et motivant
- Acquisition de compétences en gestion, communication et techniques événementielles
- Valorisation personnelle et développement de l'autonomie
- Découverte des métiers du spectacle et du management culturel
- Expérience certifiée
- Opportunités de rencontres avec des artistes et des professionnel·les du secteur

#### AVANTAGES POUR L'ÉTABLISSEMENT SCOLAIRE

- Un projet pédagogique structurant et clé en main
- Implication des élèves dans la vie culturelle de l'école
- Favorisation de l'entraide, du dialogue et de la cohésion sociale
- Accompagnement tout au long du projet par des professionnel·les
- Intégration des activités aux attendus pédagogiques du PECA

#### Et si votre école se lançait ?

Rejoignez l'aventure Culture Crew et offrez aux élèves une expérience inoubliable qui les prépare au monde professionnel tout en dynamisant la vie scolaire !

## Les JM au service de l'éducation Culturelle, Artistique et Citoyenne

Les Jeunesses Musicales (JM) veillent depuis plus de 80 ans à offrir aux jeunes l'opportunité de s'ouvrir au monde, d'oser la culture et de découvrir leur citoyenneté par le biais de la musique. Cette année encore, elles renouvellent pleinement leurs engagements. Invitant les jeunes à non seulement pratiquer la musique, à rencontrer des œuvres et des artistes de qualité, mais également à enrichir leurs connaissances culturelles et musicales, les JM viennent inévitablement faire écho tant aux attendus du Parcours Éducatif Culturel et Artistique des élèves (PECA) qu'aux objectifs d'en faire de vrais Citoyens Responsables Actifs Critiques et Solidaires (CRACS). Ces invitations prennent forme à travers l'action quotidienne des JM au sein des écoles et ce par l'organisation de concerts et d'ateliers

### Concerts en école, quels objectifs ?

Ces concerts permettent la découverte d'un large éventail d'expressions musicales d'ici et d'ailleurs, classiques et actuelles, et de sensibiliser les jeunes à d'autres cultures, modes de vie et réalités sociales. Les spectacles sont soutenus et suivis d'un riche échange avec les artistes qui participent à une action culturelle, éducative et citoyenne auprès des jeunes.

En poussant les jeunes à adopter un regard sur le monde à travers la musique, les JM les aident à développer leur esprit critique, à façonner leur sens de l'esthétisme, mais également à forger leur propre perception d'eux-mêmes. Au travers de ces deux objectifs principaux, les JM contribuent à l'épanouissement des élèves et leur éclosion en tant que citoyen responsable de ce monde. Enfin, elles jouent un rôle primordial quant à la reconnaissance professionnelle de jeunes talents et leur plénitude artistique.

#### Contact

Anabel Garcia  
Responsable pédagogique  
a.garcia@jeunessesmusicales.be

[www.jeunessesmusicales.be](http://www.jeunessesmusicales.be)

### En classe : les dossiers pédagogiques

L'accompagnement pédagogique fait partie intégrante de la démarche artistique JM. Pour chaque concert, des extraits sonores et visuels du projet ainsi qu'un dossier pédagogique sont mis à la disposition des enseignant-es sur notre site, [www.jeunessesmusicales.be](http://www.jeunessesmusicales.be) et en total libre accès.

Le dossier pédagogique invite les jeunes à s'exprimer, se poser des questions, « se mettre en projet d'apprentissage » avant et après le spectacle et invite aussi les enseignant-es à transférer les découvertes du jour dans le programme suivi en classe sous les formes de projets interdisciplinaires ou d'activités ponctuelles de croisement. De plus, chaque sujet développé dans les dossiers pédagogiques est construit à partir du message véhiculé par la démarche artistique des artistes et donne aux jeunes une riche matière à penser pouvant alimenter des cercles de réflexions.

“

La musique donne  
une âme à nos cœurs  
et des ailes à la  
pensée.

PLATON

”

Rédaction : Geoffroy Dell'Aria, Anabel Garcia  
Graphisme : Laura Nilges

## PARTENAIRES



La Fédération Wallonie-Bruxelles est une institution compétente sur le territoire de la région de langue française et de la région bilingue de Bruxelles-Capitale. Ses compétences s'exercent en matière d'Enseignement, de Culture, de Sport, de l'Aide à la jeunesse, de Recherche scientifique et de Maisons de justice.



Wallonie-Bruxelles International (WBI) est l'agence chargée des relations internationales Wallonie-Bruxelles en soutien à ses créateurs et entrepreneurs. Elle est l'instrument de la politique internationale menée par la Wallonie, la Fédération Wallonie-Bruxelles et la Commission communautaire française de la Région de Bruxelles-Capitale.



PlayRight est une société de gestion collective et de perception de droits voisins de tout artiste-interprète qui collabore à l'exécution d'une œuvre enregistrée, distribuée, diffusée, retransmise ou copiée en Belgique. Elle les répartit ensuite entre les artistes-interprètes affilié.e.s.



La Sabam est une société coopérative qui a pour mission la gestion et la perception des droits d'auteur.e pour ses membres, qu'elle leur répartit ensuite équitablement. Quiconque crée une composition originale ou écrit les paroles d'une chanson est un.e auteur.e. Chaque auteur.e est libre d'y adhérer.



Sabam For Culture promeut, diffuse et développe le répertoire de la Sabam sous toutes ses formes. Tant les membres que des organisations peuvent bénéficier des soutiens qu'elle accorde. Tous les dossiers sont soumis aux commissions Culture qui sont responsables pour Sabam For Culture.

