

Fiche pratique

Pourquoi ?

- Rendre vos scènes plus vraies et immersives
- Faire ressentir les émotions via les sensations physiques
- Donner vie à vos personnages à travers leur perception du monde

Les sens ★ ★ ★ ★ ★

1. La vue

Privilégiez les détails précis et imagés.

2. L'ouïe

Les sons donnent du rythme et une ambiance.

3. L'odorat

Puissant pour évoquer des souvenirs et créer de l'atmosphère.

4. Le toucher

Décrivez les textures et les sensations physiques.

5. Le goût

Utilisez-le pour renforcer une émotion ou une ambiance.

Exercices simples

- Décrivez une scène en incluant au moins 3 sens différents.
- Écrivez une émotion à travers des sensations corporelles (chaud, froid, léger, lourd...).
- Pendant une promenade, notez ce que vous entendez, voyez, sentez, touchez, goûtez.