

L'ART DE DEMANDER – JEUX DE RÔLE

Cette activité a été développée par In Touch
et se base sur le Théâtre de l'opprimé et de l'Arc-en-ciel du désir d'Augusto Boal.



APERÇU

L'objectif de cette activité est d'apprendre à demander, accepter et exprimer son désir de manière verbale et non verbale et d'apprendre à faire face au rejet. En mettant en scène des situations réelles, nous abordons les sujets suivants : ce qui se passe, ce que l'on ressent quand on risque le rejet, nos propres limites ou celles de l'autre.

DURÉE



Au moins deux heures (dépend du nombre de participants)

PARTICIPANTS



Adaptable entre 10 et 15 participants (plus pratique avec moins de personnes)

MATÉRIEL



De l'espace

PRÉPARATION

Écrivez quelques situations de rejet pour le jeu de rôle. Pensez à des situations de la vie réelle qui peuvent être pertinentes pour votre groupe cible. N'oubliez pas d'inclure les sujets que vous souhaitez aborder dans votre formation (comme l'égalité des sexes, la discrimination ou la dynamique des relations). Rédigez une situation concrète et réaliste (vous pouvez utiliser l'évaluation des besoins comme source d'inspiration) mais laissez suffisamment d'espace libre pour qu'ils puissent jouer librement. (Par exemple, n'indiquez pas le sexe des protagonistes - c'est à eux de créer leurs personnages)..

OBJECTIFS



- Mettre des mots et des gestes sur chaque émotion ; apprendre à exprimer ses sentiments de manière verbale et non verbale.
- Mieux comprendre les dynamiques relationnelles ambiguës (y compris les dynamiques de pouvoir), apprendre les techniques d'autoréflexion.
- Mieux comprendre combien de sentiments / émotions ambigus ou contradictoires peuvent être présents de façon simultanée derrière une seule position identitaire dans une relation.

L'ART DE DEMANDER – JEUX DE RÔLE



INSTRUCTIONS ÉTAPE PAR ÉTAPE



- Invitez les participants à former des petits groupes de 3 ou 4 personnes. Invitez-les à choisir une des situations préparées qu'ils vont réaliser sur scène.
- Invitez-les à suivre l'histoire et à créer des personnages concrets (âge, sexe, statut social, etc.). Faites évoluer l'histoire jusqu'à un point culminant ou une crise, il n'est pas nécessaire de trouver une fin à l'histoire.
- Invitez les petits groupes à jouer leurs situations sur scène et à s'arrêter lorsqu'ils atteignent le conflit ou l'inconfort.
- À ce stade, en tant qu'animateur, vous pouvez approcher de chacun des personnages en leur demandant : « Comment vous sentez-vous ? » (Nom du personnage et non de la personne). Vous pouvez poser votre main sur l'épaule du personnage, exprimant ainsi votre soutien et votre présence. Important (!) : vous interrogez le personnage, la participante dans son rôle et non pas sur ses sentiments personnels.
- Après avoir demandé à tous les participants sur scène ce qu'ils ressentent, invitez le public à ajouter quelque chose, à dire comment ils pensent que les personnages concrets peuvent se sentir dans cette position. Si quelqu'un lève la main, invitez-le à venir sur la « scène », à poser sa main sur l'épaule du personnage et à dire à voix haute ce que ressentent les personnages.
- Après avoir recueilli toutes sortes de sentiments, invitez les participants s'ils veulent monter sur scène pour prendre la place de certains des personnages et essayer un autre scénario pour la même histoire.
- Vous pouvez répéter l'histoire plusieurs fois (combien de temps et de propositions vous avez). En tant que facilitateur vous pouvez encadrer brièvement les changements que vous voyez sur scène.
- Vous pouvez terminer en nommant le parcours réalisé ensemble remercier les acteurs et le public.



DÉBAT ET DEBRIEFING



Le débriefing est important pour aider les participants à comprendre ce qui s'est passé. Combien d'émotions avons-nous reconnues ? Vous pouvez parler de la communication émotionnelle. Vous pouvez explorer et réfléchir à nos rôles dans une relation ; aux attentes sociales concernant nos rôles. Discutez de la dynamique du pouvoir en accordant une attention particulière aux différentes positions de pouvoir (pouvoir sur quelqu'un, pouvoir à l'intérieur, pouvoir avec). Vous pouvez discuter de la sensation de rejet, de ce qu'ils ont appris de cette activité.

L'ART DE DEMANDER – JEUX DE RÔLE



TRUCS ET ASTUCES



Pour réaliser cet exercice, nous avons besoin d'un groupe intime et à l'aise. L'espace physique est également important. Il est fort possible que vous souhaitiez faire cet exercice dans la même pièce où vous avez travaillé ensemble les jours précédents (avec les règles de sécurité, le Oui et le Non, etc.). Cet exercice peut devenir très sensible. Il est important de sentir les limites (les animateurs doivent maintenir l'espace) laisser les participants exprimer leurs émotions mais les aider à les transformer en empouvoirement. Vous pouvez poursuivre l'exercice jusqu'à ce que vous sentiez que la situation a évolué.

Il peut également être utile de préparer les participants au théâtre et à l'action avec de petites activités d'introduction au théâtre.

Utilisez votre imagination et donnez aux participants les moyens de jouer des situations de manière métaphorique s'ils le souhaitent. Cela les aide à se sentir en sécurité lorsqu'ils jouent.

Encouragez les participants à utiliser l'humour comme outil sur scène !

EXEMPLES

Voici quelques exemples de situations que vous voulez donner à vos participants :

« Vous êtes à la maison avec votre partenaire. Votre partenaire veut avoir des relations sexuelles avec vous. Vous êtes fatigué(e). Vous essayez de lui faire comprendre que vous ne voulez pas faire l'amour. Votre partenaire se sent blessé et rejeté... »

« Vous êtes à la maison quand votre partenaire rentre et vous dit que vous feriez mieux de vous séparer. Votre partenaire est amoureux d'une personne d'un autre sexe que le vôtre. Vous vous sentez blessé et rejeté... »

« Vous êtes en boîte avec votre partenaire. Votre partenaire danse avec quelqu'un mais le téléphone de votre partenaire est avec vous. Vous voyez par hasard qu'un inconnu a envoyé une photo dénudée sur le téléphone de votre partenaire. Vous êtes bouleversé et vous commencez à vous disputer avec votre partenaire... »

THÉORIE



- Boal, A. (1992) *Games For Actors and Non-Actors* (Jeux pour acteurs et non-acteurs). Routledge: London.
- Boal, A. (1995) *The Rainbow of Desire: The Boal Method of Theatre and Therapy* (L'Arc-en-ciel du désir : du théâtre expérimental à la thérapie) Routledge: London.