

« IMAGE ANALYTIQUE »

Activité développée par Associació La Xixa Teatre



VUE D'ENSEMBLE

Basée sur les techniques de l'Arc-en-ciel du désir d'Augusto Boal, cette activité nous guidera dans un voyage libérateur de découverte de soi, grâce auquel nous acquerrons une compréhension profonde de nous-mêmes face au conflit. Nous apprendrons à naviguer dans la complexité de nos émotions et de nos sentiments pour trouver des solutions alternatives afin de résoudre les conflits dans nos relations avec les autres.



DURÉE



2h30

PARTICIPANTS



Minimum 15 participant-es,
pas de maximum.

MATÉRIEL



Aucun

OBJECTIFS



- Explorer la diversité et la complexité des relations développées dans le cadre du travail avec les jeunes
- Découvrir les différentes façons de gérer ses relations
- Donner aux travailleur-euses de jeunesse les moyens de reconnaître leurs forces et leurs ressources afin de faire face aux situations difficiles et aux conflits qui surviennent dans leur contexte professionnel

INSTRUCTIONS ÉTAPE PAR ÉTAPE



Demandez à un-e participante-e de se porter volontaire pour raconter une histoire personnelle de conflit - au travail - et invitez-le/la à se placer devant le groupe. Invitez le reste du groupe à s'asseoir et à observer.

Première étape : l'improvisation

- Demandez à la personne qui s'est portée volontaire de partager une histoire personnelle où elle entre en conflit avec quelqu'un-e d'autre (un-e jeune, un-e autre travailleur-se de jeunesse, un-e parent, etc.) dans son contexte professionnel, et qui lui a causé des émotions négatives (consternation, colère, tristesse, incompréhension, etc.). Une fois que la personne a partagé son histoire à voix haute, en expliquant qui est engagé-e dans l'histoire, où et quand elle s'est déroulée, et ce qui s'est passé, demandez-lui de sélectionner d'autres participant-es dans le groupe pour jouer les différents personnages. Notez que la technique est plus efficace lorsque la scène est composée uniquement du/de la protagoniste (notre volontaire) et d'un-e antagoniste (le personnage qui représente la personne avec laquelle le/la protagoniste est entré-e en conflit direct).

« IMAGE ANALYTIQUE »



- Aidez notre volontaire (le/la protagoniste) à mettre en place la scène où le conflit se produit (mise en place de la « scène », fournir les informations sur les personnages aux participant-es qui endossent le rôle (noms, qui sont-ils/elles, informations sur le contexte, etc.). Cela ne devrait pas prendre plus de quelques minutes. Pendant ce temps, le reste du groupe doit observer et écouter attentivement le processus.
- Une fois la scène mise en place, comptez jusqu'à trois avec tout le groupe et dites « action ! » pour lancer l'improvisation. Dites « stop » lorsque le conflit a été établi et/ou atteint son point culminant, ou si les protagonistes demandent d'arrêter l'improvisation.

Deuxième étape : la formation des images

- Demandez au/à la protagoniste de représenter une image (sculpture figée avec son corps) d'une émotion qu'il/elle ressent à ce moment. Demandez aux participant-es du « public » si quelqu'un-e reconnaît cette image et invitez une personne qui se sent liée à cette image à prendre la place de l'image. Demandez au/à la protagoniste de faire une autre image de ce qu'il/elle ressent en ce moment, et répétez les étapes jusqu'à ce que toutes les émotions du/de la protagoniste soient représentées par des images sur scène. Lorsque le/la protagoniste a l'impression que toutes ses émotions ont été dévoilées, demandez aux autres participant-es de proposer d'autres images de sentiments qui pourraient être présentes - auxquels le/la protagoniste n'aurait pas pensé. Demandez au/à la protagoniste s'il/elle reconnaît l'image proposée par le/la participant-e : si c'est le cas, l'image reste, si ce n'est pas le cas, l'image se dissout et le/la participant-e retourne vers le public.
- Répétez les mêmes étapes avec l'antagoniste, en lui demandant comment il/elle imagine que l'antagoniste se sent. Jouez l'image, puis demandez à quelqu'un-e du groupe de prendre la place de l'image, et ainsi de suite.
- Les images peuvent être métaphoriques, surréalistes, expressionnistes, agrandies, déformées, etc., à condition que le/la protagoniste puisse se référer à l'image dans son histoire de base - qu'il/elle la reconnaisse. Environ cinq images par personnage est un « bon » nombre pour compléter l'exercice, bien qu'il puisse y avoir plus ou moins d'images, selon les besoins du/de la protagoniste. Il est important pour l'exercice d'avoir le même nombre d'images pour le protagoniste et l'antagoniste.

Troisième étape : la formation des couples

- Demandez au/à la protagoniste de jumeler les images de l'antagoniste et du protagoniste, en déplaçant les images dans la pièce jusqu'à ce que chaque binôme ait son propre espace. À tout moment, les participant-es qui sont sur scène doivent garder leurs images et doivent rester concentré-es, au service du/de la protagoniste.
- Concentrez-vous sur une paire d'images et donc d'émotions (à ce moment-là, le reste des « images » sur scène peut se détendre en silence, en restant neutre et en observant). Demandez aux images de faire un mouvement qui leur semble lié à leur image/rôle/émotion, et de répéter le mouvement (comme un GIF).
- Demandez aux acteur-rices qui jouent les images d'incorporer un mouvement à leur image et de répéter ce mouvement (comme un GIF), puis d'ajouter un son au mouvement. Lorsque les deux acteur-rices ont incorporé leur mouvement et leur son, vous « activez » d'abord une image, puis l'autre, puis les deux en même temps pendant quelques secondes. Cela aidera les acteur-rices à entrer dans le personnage et dans la scène de conflit. Pendant ce temps, le/la protagoniste observe comment les images de ses émotions commencent à « s'animer ». Lorsque vous dites « action », les acteur-rices-images arrêtent leur son et leur mouvement et commencent l'improvisation de l'histoire, tout en conservant leur image. Cela signifie qu'ils/elles peuvent dialoguer, mais ne peuvent pas sortir de leur image. Laissez l'improvisation se poursuivre pendant un court moment.
- Répétez ces mêmes étapes avec toutes les paires d'images.

« IMAGE ANALYTIQUE »



Quatrième étape : la ré-improvisation

- Demandez à toutes les images de reprendre leur place sur scène, comme dans la scène initiale du conflit. Invitez le/la protagoniste à reprendre sa place initiale dans la scène (remerciez l'acteur·rice qui est remplacé·e, et demandez-lui de s'asseoir avec le reste des participant·es qui sont dans le « public »).
- Expliquez que le/la protagoniste et l'antagoniste vont maintenant recommencer l'improvisation, mais que cette fois, le/la protagoniste peut déplacer les images/émotions - à la fois du/de la protagoniste et de l'antagoniste - pour l'aider à faire face à la situation et à interagir avec son antagoniste.
- Demandez à tous·tes les acteur·rices sur scène de se préparer et, avec le public, comptez jusqu'à trois et dites « action ! » Lorsque l'improvisation commence, vous-même pouvez aider le/la protagoniste en « activant » des images (plus ou moins fort) pour lui rappeler que les images sont là pour être utilisées.
- Le/la protagoniste peut commencer la scène plus d'une fois pour essayer différentes stratégies. Vous pouvez apporter un soutien en étant attentif·ive au moment où il faut commencer et arrêter une scène, et en général en accompagnant le/la protagoniste dans le processus.

Cinquième étape : le désir

- Une fois que le/la protagoniste a essayé différentes stratégies, demandez aux « acteurs·rices-images » représentant les émotions de se décaler sur les côtés de la scène (en restant disponibles mais à distance du centre), et le/la protagoniste et l'antagoniste restent au centre de la scène pour faire l'improvisation une dernière fois. Cette fois, invitez le/la protagoniste à faire ce qu'il/elle désire, indépendamment des normes sociales ou des conséquences (tant que le/l a véritable acteur·rice n'est pas blessé·e), c'est-à-dire à réaliser son désir le plus profond dans cette situation.
- Comptez jusqu'à trois pour donner l'action, et arrêtez-vous lorsque le/la protagoniste a réalisé son désir. Si nécessaire, la scène peut être répétée jusqu'à ce que le/la protagoniste parvienne à réaliser son désir le plus profond.
- Lorsque la dernière improvisation s'arrête, remerciez le/la protagoniste et tous·tes les participant·es, et asseyez-vous en cercle pour un débriefing. Si nécessaire, faites une pause de cinq minutes avant de passer au débriefing.

DISCUSSIONS



Il est important d'encourager la discussion d'un point de vue personnel, où chaque personne parle de ses propres sentiments et de sa propre façon de vivre l'activité, plutôt que de généraliser ou de donner des conseils. Il est particulièrement important de s'abstenir de donner des conseils au/à la protagoniste car il/elle - et très probablement d'autres membres du groupe - sera dans un état d'agitation émotionnelle après avoir vécu et exercé et aura besoin d'un certain temps pour digérer ce qui s'est passé. Le compte rendu de l'activité doit se faire selon un format de « cercle de confiance » : tous·tes les participant·es étant assis·es en cercle - sur le sol ou sur une chaise selon le souhait de chacun·e - vous choisissez un objet qui vous est significatif - ce sera comme un bâton de parole. En tenant l'objet dans votre main, exprimez très brièvement ce que vous ressentez, et invitez les autres à faire de même s'ils/elles le souhaitent, et passez l'objet à la personne assise à côté de vous. La personne qui a l'objet peut choisir de parler de ce qu'elle ressent, ou peut simplement passer silencieusement l'objet à la personne suivante dans le cercle.

« IMAGE ANALYTIQUE »



ASTUCES ET CONSEILS



- Il est important de convenir d'une règle de confidentialité sur ce qui a été dit dans le groupe au début et à la fin de l'activité.
- Le fait que le/la protagoniste ait exposé son histoire publiquement ne signifie pas qu'il/elle souhaite en parler par la suite.
- En tant que facilitateur-riche, vous devez être familiarisé-e avec les techniques du théâtre-image et de l'arc-en-ciel du désir avant d'essayer cette activité avec un groupe.

THÉORIE



Boal A. (1995). *L'arc-en-ciel du désir*. Routledge : New York.