



« Pas de textes, pas de décors, pas d'accessoires, les joueurs construisent ensemble une histoire avec pour seuls matériaux leur corps, leurs émotions, leur imaginaire. »

VAGABONDAGES
A-DREUZ AR VRO

DU THÉÂTRE D'IMPRO POUR UN RETOUR À L'EMPLOI

Par Stéphanie Biju

Forme artistique à part entière, le théâtre d'improvisation demande d'aller vers l'autre, de s'exposer à son regard, d'assumer ses prises de position, de savoir les remettre en question aussi... À Vannes, des ateliers sont proposés par le Conseil départemental du Morbihan aux bénéficiaires des minima sociaux. Tout en travaillant leur créativité, ces joueurs se re-socialisent, se rassurent sur leurs capacités et reprennent petit à petit confiance en eux.

Un fondamental pour un retour vers la vie active.



[L'objectif de ces actions collectives n'est pas l'emploi en lui-même, mais les moyens que l'on se donne pour y retourner. © SB / LM DP]



[Yohann Delaunay, coach d'improvisation professionnel, s'appuie sur des exercices simples et ludiques pour faciliter la reprise de confiance en soi. © SB / LM DP]

Un café d'abord. Histoire de se mettre à l'aise, d'apprendre à mieux se connaître. Romain a déjà participé au même atelier au premier semestre. Valérie prépare un examen. «*Je passe bientôt l'oral et j'apprends*», confie-t-elle. Fred a traversé la ville à pied pour venir. Rémi, qui habite une commune alentour, a pris le bus. «*Mais les horaires ne coïncident pas, je suis là depuis une heure*», précise-t-il. Même problème pour Lila qui arrivera toujours «*avec 5 à 10 minutes de retard*», prévient-elle...

Les présentations faites, la séance peut commencer. «*Je ne suis pas là pour faire de vous des stars, même si je ne doute pas de votre créativité*», annonce d'emblée Yohann Delaunay, coach d'improvisation professionnel. «*Vous êtes là pour apprendre à reprendre confiance en vous, à vous découvrir vous-mêmes... et aussi pour vous amuser !*»

Venus du Québec, les matchs d'improvisations sont une forme artistique à part entière. Pas de textes, pas de décors, pas

d'accessoires, les joueurs construisent ensemble une histoire avec pour seuls matériaux leur corps, leurs émotions, leur imaginaire... Un exercice qui demande d'aller vers l'autre, de s'exposer à son regard, d'assumer ses prises de position comme de savoir les remettre en question. À Vannes (56), cette discipline est mise au service de l'aide au retour à l'emploi, à la faveur d'une action collective proposée par le Conseil départemental du Morbihan aux bénéficiaires des minima sociaux. Une nouvelle session a démarré mi-novembre. Elle doit durer 16 semaines, à raison d'une séance de deux heures par semaine.

Une adhésion indispensable

Dix demandeurs d'emplois de longue durée, hommes et femmes, âgés de 26 à 61 ans, ont accepté de tenter l'expérience, sur suggestion de leur référent social ou d'insertion. «*L'adhésion des bénéficiaires est très importante pour ces actions collectives.* ■ ■ ■

■ ■ ■ *Si nous forçons trop la porte, cela ne marchera pas»,* explique Colette Séné, chargée d'insertion professionnelle au Conseil départemental et qui, en l'occurrence, a orienté trois jeunes hommes vers cet atelier. *«Le théâtre d'impro peut les aider à s'affirmer, à prendre conscience de leurs faiblesses ou difficultés»,* est convaincue Colette Séné. *«Ce sont des personnes en fracture, mais avec un certain niveau d'éducation et culturel. On ne peut pas proposer le théâtre d'impro à tout le monde. Pas à quelqu'un au bord de l'illettrisme, par exemple. Cela le mettrait en souffrance !».*

Écoute, entraide, regard, voix...

À la faveur d'exercices simples et ludiques, Yohann Delaunay travaille au fil des semaines sur *«l'écoute, l'entraide, l'imaginaire, la voix, les postures»*, détaille-t-il. La séance du jour porte en grande partie sur le regard. *«On a toujours besoin de regarder quelqu'un au quotidien. Un copain, la boulangère, un serveur... Le regard est un moyen de communication que l'on ne met pas assez souvent en avant»,* observe le coach d'improvisation. En cercle, les joueurs sont ainsi invités, chacun, à fixer l'un de leurs camarades pour prendre sa place ou à s'envoyer des balles de couleur imaginaires en s'appelant du regard. Assis, ils doivent empêcher l'un d'entre eux resté debout de s'installer sur la seule chaise vide. *«Observez-vous les uns les autres, cherchez des yeux une complicité»,* encourage Yohann Delaunay.

« La séance du jour porte en grande partie sur le regard. C'est un moyen de communication que l'on ne valorise pas assez. En cercle, les joueurs sont ainsi invités, chacun, à fixer l'un de leurs camarades pour prendre sa place, ou encore à s'envoyer des balles de couleur imaginaires en s'appelant du regard. »

Nathalie se prend volontiers au jeu. Bénéficiaire du RSA depuis 12 ans, cette maman *«vraiment solo»* de quatre enfants, vient pour la première fois à l'atelier d'impro. *«Je me suis arrêtée de travailler à la naissance de mon deuxième enfant, et depuis je me suis exclusivement consacrée à mes petits. Je suis ici parce que j'ai besoin de penser de nouveau un peu à moi !»,* justifie la jeune quadragénaire. Pour Colette Séné, rompre son isolement est déjà un premier pas vers le retour à l'emploi. *«Ces actions collectives contraignent les bénéficiaires à sortir de chez eux, à aller au contact, à ne pas avoir peur de se comparer aux autres...»,* note la chargée d'insertion.



[L'exercice de la chaise vide demande aux joueurs de faire preuve de complicité en s'observant les uns les autres. © SB / LMDP]

Un « sport d'équipe »

En théâtre d'impro, il n'y a pas d'individualité qui compte. *«On parle bien de coach et pas de metteur en scène. Je gère le groupe comme une équipe sportive. L'objectif consiste d'abord à travailler sur sa cohésion pour monter en puissance sur les exercices»,* souligne Yohann Delaunay. Ce jour-là, le coach d'improvisation décide quand même de tester la créativité de ses joueurs avec un *«ni oui, ni non»* en binôme. L'exercice se corse lorsqu'il faut aussi éviter de dire *«je»*. Charles trouve la parade en inventant des personnages. *«Avec des amis, nous avons décidé d'aller à la chasse»,* lance-t-il à Valérie. *«La solution, c'est cela : proposer une action imaginaire à votre partenaire pour construire ensemble une histoire»,* le félicite Yohann.

La séance se termine sur une bonne impression du coach d'improvisation. *«Je constate que les nouveaux ont réussi à s'intégrer dans un groupe déjà formé, mais plutôt bienveillant à leur égard»,* se satisfait-il. Et d'annoncer : *«La prochaine fois, nous travaillerons les mimes pour apprendre à utiliser le corps. J'espère vous revoir...».* Nolwenn, 27 ans, architecte d'intérieur de formation, en réorientation, veut se laisser le temps de la réflexion. *«Je suis mitigée»,* avoue-t-elle. *«Je ne suis pas très à l'aise avec la discipline et en même temps, j'ai peur de passer à côté de quelque chose».* Romain, lui, sait déjà que l'impro peut l'aider à combattre sa timidité. *«Elle est encore bien présente»,* confie ce jeune électricien. *«Mais l'atelier du premier semestre m'a déjà apporté sur ce plan et m'a un peu libéré. D'ailleurs, j'ai passé des entretiens professionnels depuis et je me suis senti beaucoup plus à l'aise».* Le processus d'insertion a démarré...

PLUS D'INFOS +++

Sur le RSA : www.morbihan.fr (onglet « Les services », « RSA »)

Sur le coaching d'improvisation théâtrale : Page Facebook de Yohann Delaunay : « Ydith »



« En théâtre d'impro, il n'y a pas d'individualité qui compte. On parle bien de coach et pas de metteur en scène. Je gère le groupe comme une équipe sportive. L'objectif consiste d'abord à travailler sur sa cohésion pour monter en puissance sur les exercices. »

[Avec ces ateliers d'impro, les bénéficiaires des minima sociaux, souvent isolés ou en fracture sociale, sont incités à aller au contact des autres et ainsi à se resocialiser. © SB / LMDP]

« Dépasser ses limites »



Trois questions à Franck Robin, responsable de la Direction de l'insertion et de l'emploi sur le territoire du Sud-est du Morbihan.

Dans quel cadre se déroule cet atelier d'improvisation ?

Nous comptons 4 500 bénéficiaires du RSA sur le sud-est du Morbihan, soit 30% du département. Nous leur proposons deux types d'actions :

celles ciblées vers la recherche d'emploi et d'autres à vocation plus sociales, liées à la personne et à sa revalorisation. Dont cet atelier théâtre d'impro.

Pourquoi le théâtre d'impro ?

Par le passé, des actions ont déjà tourné autour de l'estime de soi, comme un atelier « peinture ». L'objectif, c'est d'aider les bénéficiaires à s'ouvrir, à se remettre en mouvement. L'impro peut aider dans le sens où il touche l'intime, l'image que l'on a de soi et incite à dépasser ses limites.

Une première session s'est terminée en juin dernier. Quel bilan ?

Ce n'est pas mathématique. Nous ne sommes pas dans une exigence de résultat, mais de moyens que l'on se donne pour retourner à l'emploi. Nous avons reçu des témoignages forts de participants qui disent avoir pris conscience de certaines capacités. L'un d'eux, très introverti, s'est même inscrit depuis dans une troupe associative. Là, c'est une réussite à 150%.