

OUTIL ARTISTIQUE



Phase du processus

1b (questionner)

Objectif

Amorcer une réflexion sur les causes structurelles (sociales, politiques) de la situation-problème.

Discipline artistique

Théâtre

Durée

15 à 30 minutes

Impro dirigée

Déroulement

Suggeriez aux participant·e·s d'improviser à partir de débuts de phrase que vous leur soumettez. Commencez par des sujets plus anodins, et dirigez-vous tranquillement vers l'enjeu que vous désirez aborder, par exemple : «J'ai pas le choix d'être sur l'aide sociale parce que ...». Après que tout le monde ait joué, suggérez de refaire l'exercice mais demandez-leur alors de s'imaginer dans la peau de quelqu'un d'autre (réel ou imaginaire), d'imaginer ses raisons et de jouer son personnage. Redites le même début de phrase : «J'ai pas le choix d'être sur l'aide sociale parce que ...». Observez si les participant·e·s ont plus ou moins d'empathie que la première fois, ou même s'ils semblent parler davantage d'eux-mêmes à ce moment...

Commentaire

Ce court exercice peut permettre aux personnes de parler d'elles davantage lorsqu'elles se mettent dans la peau d'une autre, comme si cela permettait de réduire la culpabilité et d'être plus bienveillant·e envers soi-même. Aussi, comme il demande de trouver des raisons qui ont mené à la situation, il peut susciter plus d'empathie et d'indulgence envers «les autres personnes» et leurs situations.

Conception et rédaction : Esther Filion