



L'OUTIL THÉÂTRE EN FORMATION

Le Jeu de Rôles

« L'homme n'est complet que là où il joue » – SCHILLER

ORIGINE ET INTÉRÊT DU JEU DE RÔLES

– Effet libérateur du théâtre

Une très ancienne tradition veut que le jeu théâtral ait un effet libérateur (cathartique) sur l'esprit. Aristote soulignait déjà l'importance du théâtre pour les spectateurs qui, en s'identifiant aux acteurs, peuvent vivre des émotions tout en prenant une certaine distance vis-à-vis d'elles.

En facilitant à la fois un certain défoulement du spectateur et la possibilité pour celui-ci de se dégager des émotions dans lesquelles il risquerait de s'engluer, le théâtre contribue heureusement au développement de la personnalité.

Vers 1920, MORENO remarque de son côté que l'improvisation théâtrale faite par des amateurs à propos de faits divers quotidiens leur permettait de mieux prendre conscience de leurs propres difficultés. Mieux que les spectateurs, les acteurs pouvaient, au travers de leur jeu, lever les barrières intérieures qui les empêchaient d'y voir clair dans leurs propres problèmes. De là naquit chez MORENO l'idée d'utiliser le jeu théâtral comme thérapeutique dans la résolution des conflits individuels et collectifs qui perturbent la vie des personnes et des groupes. En proposant à ces personnes et à ces groupes de jouer le conflit qu'ils vivaient dans la réalité, il constata qu'après une analyse de la situation vécue ils devenaient mieux à même de résoudre ce conflit. On désigne plus spécialement sous le nom de psychodrames les jeux qui éclairent les conflits intra et interpersonnels, et sous le nom de sociodrames les jeux qui éclairent les conflits de groupes.



– JEU DE RÔLES ET FORMATION HUMAINE

En dehors de la stimulation que tout élément ludique apporte au sein d'un processus pédagogique, le jeu de rôles favorise notamment :

- l'apprentissage de la résolution des conflits liés à l'exercice du métier
- le développement d'attitudes facilitant les communications
- l'amélioration de la connaissance de soi
- l'exercice des facultés créatrices.

1. Apprentissage de la résolution des conflits liés à l'exercice du métier

Contrairement au psychodrame dans lequel les acteurs vivent leur propre conflit, le jeu de rôles fait vivre aux acteurs des situations conflictuelles tirées de la vie professionnelle

Contrairement à la méthode des cas qui propose l'analyse « à froid » d'une situation « rapportée », il propose l'analyse « à chaud » d'une situation « jouée » dans laquelle interviennent : des stratégies personnelles, des interactions , une dimension corporelle.

2. Développement d'attitudes facilitant la communication

En acceptant de jouer un rôle différent de celui qu'il joue habituellement, l'individu est mieux à même de comprendre ceux qui tiennent un tel rôle dans la réalité. Si de plus il accepte de tenir un rôle pour lequel il ressent a priori de l'hostilité, il se trouve en proie à une « dissonance » intérieure provenant du fait qu'il adopte dans le jeu des comportements contrariant ses attitudes.

Pour « réduire » cette dissonance, il peut surestimer la pression que le groupe a exercée sur lui pour lui faire jouer ce rôle. mais cette surestimation devient difficile lorsque l'animateur a empêché toute pression de s'exercer au moment du choix des rôles.



L'acteur peut alors remettre en cause son attitude initiale, dans le sens d'une plus grande ouverture à autrui, d'une meilleure compréhension des problèmes de l'autre, d'un élargissement de son champ perceptif, toutes qualités qui facilitent l'établissement de communications plus authentiques et plus fécondes. Par ailleurs, la personnalité devient d'autant plus riche et plus équilibrée qu'elle devient capable de tenir un plus grand nombre de rôles différents.

Amélioration de la connaissance de soi

MORENO préconisait l'utilisation du jeu de rôles avant même l'entrée en formation, dans le but de faire émerger les attitudes a priori que peuvent manifester les postulants vis-à-vis de leur futur métier et qui risquent de biaiser leurs relations professionnelles ultérieures.

Mais ce sont surtout les interactions caractérisant chaque jeu qui permettent à chacun de mieux prendre conscience de son Moi social, de la manière dont il est perçu par autrui. De telles prises de conscience sont d'ailleurs facilitées par la vidéoscopie (sur laquelle nous reviendrons).

4. Exercice des facultés créatrices

Le fait même que le jeu théâtral contribue à lever les inhibitions et blocages individuels permet de développer utilement la spontanéité créatrice.

LA PRISE DE CONSCIENCE

Sans entrer dans de vaines polémiques tournant autour des définitions que l'on a pu donner à la « prise de conscience », nous restreindrons ici le sens de l'expression « prise de conscience » à la « prise en considération de soi en situation ». Cette prise de conscience n'est pas particulièrement aisée car elle suppose :



- Une double démarche sans laquelle il nous est impossible d'appréhender valablement notre « Moi » en relation avec autrui ;
- Éventuellement une pénible remise en cause de la représentation que nous nous faisons de ce « Moi ».

La double démarche qu'exige la prise en considération du « Moi » en relation avec autrui repose d'une part sur une implication personnelle dans une situation vécue ; d'autre part sur une distanciation permettant de se situer par rapport à ce vécu.

q La prise de conscience de soi s'opère à partir de l'implication personnelle dans une situation vécue:

La connaissance purement intellectuelle d'un phénomène quelconque ne suffit pas pour prendre réellement conscience de celui-ci. Nous pouvons avoir conscience du discours qui nous apporte des informations sur le phénomène, nous n'acquérons réellement conscience de celui-ci qu'après l'avoir intégré dans une expérience vécue.

De la même manière, quelles que soient les « révélations » qui peuvent nous être communiquées à propos de nos attitudes « en général », et quel que soit le crédit que nous accordons à leurs auteurs, nous ne pouvons éventuellement prendre conscience de leur réalité qu'en référence à des situations vécues.

Le jeu de rôles offre précisément la possibilité de faire vivre aux stagiaires en formation des situations tirées de la vie professionnelle.

Mais l'implication, quoique nécessaire, n'est pas suffisante pour aboutir à une réelle prise de conscience de soi en situation. Il faut encore pouvoir prendre une certaine distance par rapport à cette situation.

La distanciation, qui permet de se situer par rapport au vécu, suppose:

- Un état de vigilance et une réflexion centrée sur le vécu.
- Une verbalisation.
- un support enregistré de la situation vécue favorisent la réflexion et la verbalisation.



En proposant l'analyse collective d'une scène jouée par un certain nombre de stagiaires «acteurs» devant leurs collègues «observateurs», et en offrant la possibilité de «vidéoscoper» cette scène, le jeu de rôles se prête donc particulièrement bien à la distanciation qu'exige la prise en considération de soi en relation avec autrui.

La remise en cause de la représentation de soi fixe les limites de l'utilisation du jeu de rôles en formation professionnelle:

Lorsque nous vivons une situation dans laquelle nous pouvons être amenés à modifier la représentation que nous nous faisons de nous-mêmes, nous éprouvons très souvent quelque malaise.

Chacun de nous a une certaine conscience de son « Moi en situation » qu'il peut comparer avec le « Moi idéal » qu'il aurait souhaité actualiser dans cette situation.

Le degré d'accord entre le « Moi idéal » et le « Moi actualisé » caractérise l'estime de soi. L'équilibre d'une personne exige qu'elle ne perçoive pas constamment un trop grand écart entre son « Moi idéal » et le « Moi actualisé » dont elle prend conscience. C'est pourquoi généralement la prise de conscience isolée ne retient que de « l'avouable », les rationalisations aidant à refouler tout ce qui peut humilier, gêner, blesser.

Il est donc utile de confronter le « Moi perçu par moi » avec le « Moi perçu par autrui ». Mais ce faisant, il y a risque de creuser par trop l'écart ressenti avec le « Moi idéal » et par là même, de perturber l'équilibre personnel. Le malaise éprouvé dépend, non seulement de l'importance de cet écart, mais aussi des caractéristiques de la personnalité en cause (fragilité psychologique) et des conditions dans lesquelles s'effectue la confrontation. C'est ainsi que l'enregistrement magnétoscopé, en interdisant certaines rationalisations et en mettant l'individu en présence de son « Moi physique », accentue le degré de l'anxiété qui apparaît quasi inévitablement dans cette confrontation.

Il appartient donc au formateur, à la fois de favoriser les prises de conscience sans lesquelles il ne saurait y avoir de véritable formation au « savoir être »,



et d'évaluer le seuil au-delà duquel ces prises de conscience pourraient devenir dommageables pour chacun des stagiaires considérés individuellement.