

**UNIVERSITE PARIS 8**  
**U.F.R. de Psychologie, Pratiques Cliniques et Sociales**

---

**MASTER 2 RECHERCHE, Fonctionnements psychopathologiques et processus  
psychothérapeutiques**

**Sous la direction du professeur Serban IONESCU**

**Etude exploratoire longitudinale de la pérennisation  
des effets supposés du « théâtre de la résilience » chez  
des adolescents dits « vulnérables »**

**Présenté par Christelle Fauché**

**N° étudiant 149386**

**Année universitaire 2006-2007**

## **REMERCIEMENTS**

Je tiens à remercier

Monsieur Ionescu pour son suivi bienveillant et la richesse de ses enseignements,

Madame Girard pour son aide au sein de la Fondation Cent Famille,

Stéphane, Félise et Nicky, pour leurs patientes relectures,

Et, surtout, les enfants de l'atelier, dont le courage et le talent forcent l'admiration.

« Pourquoi est-ce si compliquée entre les adolescents et les adultes ?

Peut-être parce qu'à chaque génération, l'adolescence vient mettre en avant et faire vivre des valeurs qui sont vraiment celle de l'humain : GÉNEROSITÉ, ABSOLU, LIBERTÉ, FRATERNITÉ...

Chaque génération d'adolescents voit que les institutions mises en place par les adultes qui ont le pouvoir trahissent ces valeurs. »...

« Heureusement, de nombreux adultes restent fidèles aux idéaux des adolescents qu'ils ont été, mais c'est rarement eux qui ont le pouvoir. Ces adultes-là, même s'ils ont compris que tout n'était pas possible tout de suite, comme on le souhaiterait à l'adolescence, gardent les valeurs de leur jeunesse.

Ce sont eux qui nous aident à ne pas perdre confiance dans les humains.

On les rencontre dans la vie, mais aussi dans les livres. »

Françoise Dolto

# SOMMAIRE

<b>INTRODUCTION.....</b>	<b>5</b>
<b>I PARTIE THEORIQUE ET PRE REQUIS.....</b>	<b>8</b>
A CONTEXTUALISATION : ADOLESCENCE, RISQUES, ART, ET RESILIENCE.....	8
1 <i>L'adolescence et ses risques spécifiques</i> :.....	8
2 <i>Le concept de résilience et son intérêt dans la clinique des adolescents dits à risque</i> :.....	10
B LA TECHNIQUE « THEATRE DE LA RESILIENCE », CONCEPTS ET METHODE.....	15
1 <i>Fondements théoriques</i> .....	16
2 <i>Aspects techniques : Présentation du « Théâtre de la Résilience »</i> :.....	20
3 <i>Spécificités du concept</i> .....	22
<b>II PROBLEMATIQUE.....</b>	<b>23</b>
<b>III QUESTIONS DE RECHERCHE.....</b>	<b>25</b>
<b>IV METHODOLOGIE.....</b>	<b>26</b>
<b>V ANALYSE DES ENTRETIENS:.....</b>	<b>29</b>
1 PRESENTATION DES PARTICIPANTS.....	29
A <i>Les adolescents</i> :.....	29
B <i>Madame S. psychologue</i> :.....	31
2 NATURE DES ELEMENTS RELEVES DANS LE DISCOURS DE CHAQUE SUJET : ANALYSE QUALITATIVE DU CONTENU.....	32
A <i>Modifications relatives par les sujets au niveau émotionnel</i> :.....	32
B <i>Modifications relatives par les sujets au niveau comportemental</i> .....	35
C <i>Modifications relatives par les sujets au niveau cognitif</i> :.....	36
D <i>Modifications relatives par les sujets au niveau des interactions sociales</i> :.....	37
3 MISE EN PERSPECTIVES DU DISCOURS DES SUJETS AVEC LES OBSERVATIONS DE LA PSYCHOLOGUE, MME S :.....	39
A <i>Nature des modifications relatives par les sujets au niveau émotionnel et mise en évidence de leur         présence au sein des observations faites par la psychologue</i> :.....	39
B <i>Nature des modifications relatives par les sujets au niveau comportemental et mise en évidence de leur         présence au sein des observations faites par la psychologue</i> :.....	40
C <i>Nature des modifications relatives par les sujets au niveau cognitif et mise en évidence de leur présence         au sein des observations faites par la psychologue</i> :.....	41
D <i>Nature des modifications relatives par les sujets au niveau des interactions sociales et mise en évidence         de leur présence au sein des observations faites par la psychologue</i> :.....	43
<b>VI ANALYSE DES RESULTATS ET DISCUSSION :.....</b>	<b>44</b>
1 RESULTATS :.....	44
2 CONFRONTATION DES RESULTATS DE CETTE RECHERCHE AVEC CEUX DE LA RECHERCHE PRECEDENTE:.....	45
3 CRITIQUE METHODOLOGIQUE :.....	47
4 OUVERTURES ET APPLICATIONS PRATIQUES :.....	48
<b>CONCLUSION.....</b>	<b>50</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE :.....</b>	<b>51</b>
<b>ANNEXES.....</b>	<b>54</b>

## Introduction

« En 2006, en France, près de 202 000 mineurs ont été mis en cause pour crimes et délits, soit une augmentation de 4 % par rapport à 2005 ». (INSEE)

Souvent perçus comme des adultes en miniature - et non en devenir - la société attend des adolescents qu'ils remplissent déjà par anticipation les devoirs qu'ils auront à l'âge adulte, néanmoins, celle-ci ne leur laisse pas toujours la latitude de le faire correctement car elle ne propose pas forcément les supports nécessaires pour remplir ces devoirs.

Dans un contexte économique et social au sein duquel l'adolescent prend une place de plus en plus importante en tant qu'individu mais surtout en tant que consommateur, on assiste à une recrudescence de la médiatisation des comportements de ces jeunes et à une instrumentalisation croissante de leurs écarts de conduite.

À la fois suffisamment âgés pour être responsables mais en même temps toujours trop jeune pour être acteurs décisionnaires - car mineurs - on leur propose de posséder une carte de crédit dès l'âge de 12 ans comme s'ils étaient déjà adultes, on met à disposition dans les bureaux de tabac des cigarettes aux goûts fraise et chocolat dont ils sont le cœur de cible officieux, alors qu'officiellement, en France, les buralistes n'ont pas le droit de leur vendre ce type de produit. Idem pour l'alcool et l'entrée en discothèque.

Enfin, ils peuvent être jugés et mis en détention provisoire à partir de 13 ans et la tendance politique actuelle ne va pas à l'encontre de ces éléments-là, bien au contraire. Les « bêtises » commises par les adolescents sont considérées comme du ressort de leurs responsabilités tant au niveau pénal qu'au niveau social.

Tirillés d'une part entre le désir d'être pris au sérieux et de faire partie du monde des adultes et, d'autre part, ressentant toujours le besoin d'être protégés, pris en charge, guidés et non dirigés par des adultes, ces adolescents, plus encore qu'aux générations précédentes, perdent leurs repères. Quand s'ajoutent à cela des ruptures de liens familiaux et un contexte institutionnel froid, impersonnel où l'enfant est un usager comme un autre auquel on « offre » un « service » public -le placement - il ne faut pas s'étonner d'observer une recrudescence de violence, de conduites à risque, et de passages à l'acte auto ou hétéro agressifs chez ces sujets que la société considère le plus souvent comme irrécupérables.

Les réponses apportées face à cette violence oscillent bien souvent entre un laxisme aveugle, une impuissance après les faits reprochés aux adolescents et une attitude répressive aussi violente, voire plus encore, que l'acte perpétré par l'adolescent concerné. Les actions de prévention ne sont pas suffisamment réfléchies en amont et ne permettent pas de proposer des outils de prise en charge directement transposables dans le contexte institutionnel que vivent au quotidien les adultes qui ont la charge de ces adolescents dits « vulnérables ».

Les structures accueillant les adolescents vulnérables disposent de peu de solutions concrètes, efficaces et non répressives pour prévenir les passages à l'acte auto et/ou hétéro agressifs.

Le travail présenté ici se veut pragmatique, et a pour but d'aider à l'amélioration des conditions de prise en charge de ces adolescents vivant en contexte institutionnel délicat.

Faisant suite à l'étude précédemment menée sur une technique expérimentale de prévention des comportements à risque chez des adolescents en rupture de liens familiaux, cette recherche dresse l'inventaire des effets observés 18 mois après l'arrêt de cet atelier chez les participants.

Ayant dans un premier temps fait le constat des multiples impacts positifs attribuables en partie au travail fait à l'atelier, nous nous sommes interrogés sur leur pérennité.

Ce travail développera les théories et réflexions autant cliniques que sociales qui nous ont conduit à réfléchir sur ce sujet, puis présentera la technique « théâtre de la résilience » ainsi que les bases théoriques qui l'ont inspirée.

Nous présenterons ensuite la problématique inhérente à ce travail ainsi que la méthodologie que nous avons adoptée et les interrogations soulevées dans cette recherche et auxquelles les entretiens permettrons en partie de répondre.

Nous reprendrons alors le contenu des entretiens afin d'effectuer l'analyse thématique respective puis nous reviendrons sur les résultats obtenus pour les commenter, en tirer les informations nécessaires à la recherche future et effectuer une critique constructive de cette étude.

# **I Partie théorique et pré requis**

## ***A Contextualisation : adolescence, risques, art, et résilience***

### **1 L'adolescence et ses risques spécifiques :**

L'ouvrage de D.Marcelli et Alain Braconnier « adolescence et psychopathologie », dresse un inventaire exhaustif des caractéristiques psychopathologiques inhérentes à la période de l'adolescence, les constats issus de leurs travaux et que nous développerons ci-dessous, nous permettent de mieux comprendre pourquoi il est nécessaire de faire preuve de créativité face à cette population spécifique dont les caractéristiques évoluent constamment et dépassent les adultes qui en ont la charge. :

« Pour l'ensemble des pays occidentaux, les 13-18 ans représentent de 10 à 15 % des personnes mises en cause dans la criminalité. Ce pourcentage s'aggrave d'année en année. Tous les pays et tous les spécialistes de la jeunesse sont donc préoccupés par ce problème devant lequel ils se sentent en partie impuissants du fait de la multiplicité des perspectives dans laquelle la délinquance ou le comportement antisocial peut être appréhendé »  
(*Adolescence et psychopathologie*, A Braconnier, D. Marcelli , P517)

Un autre constat nous permet de faire le point sur l'une des causes de cette augmentation des comportements déviants à l'adolescence, cependant elle ne constitue qu'un facteur parmi d'autres servant à l'explication de ce phénomène :

« L'échec scolaire constitue probablement la difficulté majeure sur laquelle se penchent éducateurs, enseignants, sociologues, etc. Tous les chiffres concordent pour dénoncer l'importance de l'échec scolaire chez l'adolescent migrant alors qu'on rencontre 10,3 %



d'enfants migrants dans le cycle primaire d'enseignement, il n'y en a plus que 6,6 % dans l'enseignement secondaire, et même 2,7 % seulement dans les lycées (second cycle de l'enseignement secondaire). Mais en revanche on en retrouve 14,1 % dans l'enseignement spécial (SES, CPPN. etc.) ».

« On peut considérer que 50 % des enfants de migrants sont placés dans des classes à programme allégé dès l'entrée en sixième alors que pour les autochtones cette proportion est de 10 %. A la fin du premier cycle d'enseignement secondaire (fin de la troisième) seul 25 % des adolescents originaires de familles migrantes suivent un cycle long tandis que 45 % des autochtones s'y engagent. L'analyse de cet échec est complexe car tous les facteurs d'échec s'associent et se renforcent : difficultés linguistiques, médiocre niveau socio-économique, système pédagogique souvent inadapté, renforcement de l'échec par le processus de la ségrégation etc. L'aboutissement en est fréquemment une interruption prématurée de la scolarité suivie par des difficultés à entrer dans le monde du travail » (P512, op.cit)

On ne s'étonnera donc pas de voir ces jeunes, dévalorisés par un système scolaire qui les rejette dans des classes à part, s'allier en groupes et adopter les comportements marginaux soulignés dans l'ouvrage cité précédemment. Néanmoins l'échec scolaire peut n'être que le symptôme de difficultés plus importantes auxquelles peuvent être confrontés les adolescents et il n'explique naturellement pas à lui seul ce type d'attitude conduisant à une marginalisation et à l'adoption de conduites à risque et « déviantes ».

« cette marginalité par engagement se matérialise par l'adhésion à un groupe ou un mouvement dont l'unité et l'identité se définissent vigoureusement et sont hautement proclamées »...« du point de vue de l'adolescent le groupe lui offre des sources identificateurs, des modèles d'existence où la marginalité a une signification fondatrice. Cette adhésion aux valeurs d'un groupe en contradiction avec celle de son environnement social ou

familial donne à l'individu le sentiment de s'être autocréé, auto-engendré, renforçant ainsi l'illusion de sa toute-puissance.

Ce groupe assure l'adolescent d'un soutien narcissique et représentent parfois l'étape nécessaire à une éventuelle intégration sociale ultérieure. Reste à savoir comment l'adolescent pourra se dégager peu à peu du groupe, s'individualiser, puis aménager son nouvel espace de vie personnel. Pour certains le prix à payer risque de se marquer par un renoncement, et plus encore, un reniement de l'idéologie marginale, ceci représente un véritable travail psychique. » « Mais il faut savoir que cette marginalité par engagement peut-être pour certains adolescents le dernier recours afin de conserver une identité et des capacités identificatoires encore préservées avant l'effondrement psychotique ultime » (P515 op.cit)

Le théâtre peut, dans un contexte de vulnérabilité environnementale, se substituer à un groupe dangereux pour l'adolescent, tout en lui permettant par l'originalité et la spécificité de la technique utilisée, de se sentir dans un groupe marginal et hors scolaire avec ses propres codes et ses secrets, avec ses comportements dont le sens ne peut être compris que par les membres du groupe, lors des séances d'échauffement émotionnel par exemple, et d'y trouver la valorisation narcissique dont ils pourraient avoir besoin auprès d'un groupe de pairs.

## **2 Le concept de résilience et son intérêt dans la clinique des adolescents dits à risque :**

D'après Boris Cyrulnik, le concept de résilience peut être défini comme la capacité d'un individu à retrouver un état d'équilibre – soit son état initial, soit un nouvel équilibre – qui lui permette de fonctionner après un traumatisme ou en présence d'un stress continu.

La résilience représente aussi la capacité psychique de l'individu à gérer des variations plus ou moins importantes de son état émotionnel et à retourner à un état d'équilibre, tout en continuant à faire face aux sollicitations du monde extérieur.

Lorsque les capacités de résilience sont dépassées, le sujet bascule dans la souffrance psychique, voire dans un état de type psychopathologique.

La résilience est un processus qui s'inscrit dans le temps et implique que le sujet ait été ou soit confronté à un ou plusieurs événements traumatogènes.

La résilience englobe les stratégies de coping nécessaires à sa mise en place.

Le coping est différent de la résilience et détermine des stratégies d'adaptation.

Lazarus et Folkman définissent le coping comme l'ensemble des efforts cognitifs et comportementaux toujours changeants que déploie l'individu pour répondre à des demandes internes et/ou externes spécifiques, évaluées comme très fortes et dépassant ses ressources adaptatives (Lazarus & al., 1984)

Le terme de coping fait référence à l'ensemble des processus qu'un individu interpose entre lui et un événement éprouvant, afin d'en maîtriser ou diminuer l'impact sur son bien-être physique et psychique et il peut être de différentes nature, soit centré sur l'émotion, soit centré sur le problème.

Longtemps la clinique des adolescents « difficiles » a été dominée par l'idée de vulnérabilité de ces derniers. Ainsi une fatalité et un déterminisme pesaient sur l'existence de ces jeunes qui étaient perçus comme des victimes, ou des accidentés de la vie qui, plus tard, ne pourraient pas se remettre des événements qu'ils avaient traversés et sombreraient fatalement vers la délinquance, la toxicomanie, ou la prostitution.

Or de plus en plus nous nous permettons en clinique de les concevoir, non plus comme des êtres vulnérables n'ayant aucune autre possibilité de s'en sortir dans la vie, que de fonctionner en parallèle de la société, mais comme des êtres potentiellement résilients avec des stratégies

de coping différentes en fonction des expériences précoces vécues par ces derniers et pour lesquelles certains facteurs considérés comme vulnérabilité à un certain âge peuvent devenir des facteurs de protection à un autre âge.

En effet, lorsque nous nous penchons sur l'évolution d'enfants placés en institution et/ ou traumatisés, nous observons que tous n'ont pas un parcours les conduisant à la délinquance et à une succession d'accidents de vie et de pathologies, mais qu'une partie de ces derniers, en rencontrant certaines personnes, ou en étant accueillis dans des structures reprennent un développement normal et se construisent une vie tout à fait semblable à celle des enfants n'ayant pas subi de traumatisme ou n'ayant pas été placé. Pour d'autres, le retour à la normale dans tous les aspects de la vie n'est pas possible, néanmoins ils parviennent à exceller dans certains domaines et manifestent des talents qu'ils ont développés en réponse au contexte environnemental difficile.

Dans tous les cas, la blessure existe, la cicatrice est visible mais elle n'est pas un handicap, il n'existe pas de fatalité clinique même lorsque nous observons une accumulation d'éléments défavorables au développement d'un individu.

Ainsi c'est tout un pan de la clinique moderne qui se développe et s'élabore au fur et à mesure que les études sur la résilience se multiplient.

Les travaux d'Emmy Werner (1982) menés auprès des enfants de Kauaï, archipel d'Hawaï, par la somme de matériel clinique recueilli, mettent en lumière que, malgré l'accumulation de facteurs de vulnérabilité, des êtres ayant grandi dans des conditions difficiles finissent par trouver le moyen de reprendre un développement normal et ne sombrent pas forcément dans la pathologie.

Ces études ont d'ailleurs permis de mettre en évidence l'importance de certains facteurs de protection pouvant jouer un rôle décisif dans le développement de ces sujets dits « vulnérables ».

Les stratégies d'adaptation et les mécanismes de défense vont plus ou moins accentuer le processus de résilience à condition que ces derniers soient inclus dans des stratégies de coping adaptées à l'environnement du sujet.

Ces études ont montré que certaines stratégies d'adaptation et mécanismes de défense feront office de facteurs de protection face à des facteurs environnementaux de vulnérabilité. Cependant certains mécanismes de défense pouvant conduire à des stratégies de coping et vers un processus de résilience deviendront des facteurs de vulnérabilité à un autre moment de la vie du sujet.

Le « clivage », par exemple, ce mécanisme défensif qui permet à l'individu de séparer sa personnalité afin de l'adapter en fonction des contextes, pourra être utilisé comme une protection efficace dans un environnement où le sujet doit se protéger et continuer à développer une personnalité sociale pour grandir et s'insérer en dépit d'un contexte familial pathologique et de son désir d'être lui-même et imparfait.

Néanmoins si ce clivage persiste, cette stratégie d'adaptation à un moment donné pourra se transformer en mécanisme de défense rigide et conduire l'individu vers une existence au sein de laquelle il développera un « faux-self ».

Le travail avec les enfants placés en institution nous permet d'observer ce type de fonctionnement très fréquemment, car l'enfant est confronté à de nombreux interlocuteurs et il modifie sa personnalité en fonction de ces derniers. Au moment où il est placé en famille d'accueil ou en structure collective, cela s'avère nécessaire à sa survie, lui permettant d'être pris en charge correctement, car l'enfant doit faire en sorte que des adultes étrangers continuent à s'occuper de lui le mieux possible et sans lui faire de mal. En revanche, si, à l'âge adulte ce fonctionnement clivé persiste cela peut constituer un handicap affectif, professionnel, et générer une importante souffrance pour le sujet.

Par ailleurs au fil des évènements traumatiques qui le percutent, l'enfant, puis l'adolescent, accumule les défenses afin de se protéger du milieu pathogène, cela aboutit alors à un « cuirassement » et une rigidification des comportements, à la fois face au monde qui l'entoure, mais aussi face à son monde intérieur.

Dans son ouvrage « Quand le corps parle », Gérard Guasch évoque clairement ce phénomène et en présente les fonctionnements au niveau neurophysiologique :

« Sur le plan neurologique, ce sont les mêmes voix nerveuses (voix sensibles) qui acheminent les messages qui vont être interprétés comme agréable ou désagréable. Cela nous permet d'emblée, de comprendre que si, pour des raisons intellectuelles, affectives, éducatives, morales ou autres, nous « bloquons » le passage des messages sensitifs, nous allons, certes, pouvoir résister à la douleur, à la peine, à l'angoisse, mais nous allons aussi faire obstacle aux sensations agréables et au plaisir. Nous allons nous « insensibiliser » ». (G Guasch, 1998)

L'individu risque alors de s'anesthésier progressivement de toute émotion, c'est pour cela que l'échauffement émotionnel contenu dans le « théâtre de la résilience » est si important, car il permet de réanimer doucement et sans choc émotionnel violent, le ressenti de chacun.

C'est également eu égard à cet aspect de la technique utilisée lors des ateliers, que ceux-ci peuvent constituer une bonne amorce de processus de réflexion qui pourront, par la suite, assouplir le sujet afin qu'il puisse bénéficier d'un suivi psychologique auquel il se refuse par peur de ce que cela peut réveiller en lui.

L'activité support de résilience que nous avons développée avait ainsi pour fonction de devenir un facteur de protection supplémentaire face aux facteurs de vulnérabilité qui environnent les jeunes que nous avons reçus. Par le biais de cette activité à médiation théâtrale nous permettons aux jeunes qui le désirent d'avoir accès à une palette de stratégies d'adaptation importante et de mécanismes de défense divers, ainsi l'atelier « théâtre de la résilience » favorise l'amorce des processus de sublimation, le travail sur l'humour, l'empathie

la projection, l'identité, la place du corps dans l'espace et par rapport aux autres, le respect de son espace personnel et de celui de l'autre ainsi que sur les capacités cognitives et la confiance en soi. C'est ce que nous mettrons en évidence à travers l'analyse thématique portant sur ce que ces adolescents disent de leur expérience vécue au sein de cette activité

### ***B La technique « théâtre de la résilience », concepts et méthode***

Le théâtre est un média apprécié par les adolescents et à fort potentiel de transmission, il permet donc une prise en charge non stigmatisante.

Ce type de dispositif permet également de créer un lieu où trouver du soutien avec la possibilité d'échanger en groupe, librement, pour se reconstruire avec l'aide d'un psychologue.

Le concept et la technique du théâtre de la résilience sont nés de l'utilisation conjointe de l'enseignement du théâtre et des connaissances utilisées dans le cadre de différents courants coexistant au sein de la discipline en psychologie.

Bien que composée d'éléments existants indépendamment les uns des autres, sa forme est nouvelle et sa conceptualisation se veut innovante.

Nous allons donc dans un premier temps présenter les bases théoriques sur lesquelles repose la fabrication de cet outil d'aide à la prise en charge des adolescents ainsi que ses caractéristiques propres.

Puis, nous présenterons succinctement en quoi consistent les grandes lignes de cette technique plus explicitement exposée dans notre précédente recherche (Fauché, 2004)

A l'issue de la présentation des caractéristiques spécifiques à cette méthode de travail, nous montrerons en quoi celle-ci diffère des autres techniques mêlant théâtre et psychologie existant à l'heure actuelle.

## **1Fondements théoriques**

L'idée de la forme et du déroulement de l'activité sont fondées sur les techniques de base du jeu de l'acteur développées essentiellement par M. Tchekhov.: « Tout état psychologique individuel est inmanquablement un entrelacs de pensées (ou d'images mentales), d'états sensibles et d'impulsions volontaires. Nous disons qu'un être humain ou le personnage d'une pièce « pense », « ressent » ou « souhaite » quelque chose parce qu'à cet instant précis, c'est la pensée, l'affectivité ou la volonté qui prédomine en lui. Mais, en réalité, ces trois modes de fonctionnement coexistent activement à tout moment de la vie psychologique. Ainsi, l'état psychologique du personnage tel qu'il est perçu par l'acteur peut aisément se traduire par une action (et un geste) dont les intentions et les images correspondent. Nous pouvons donc dire que le même mouvement s'exprime physiquement dans un cas (le geste) et psychologiquement dans l'autre (intentions et images), le terme de «geste psychologique » signifie à la fois le geste en soi et les sentiments qui lui sont associés. »( M. Tchekhov., *l'imagination créatrice de l'acteur*)

C'est à partir de la réflexion sur l'intérêt de nourrir le jeu du comédien de son vécu émotionnel, ainsi que du psychodrame développé par Moreno, que le travail d'élaboration autour de ces différentes théories a été possible. Ce travail, s'inspire également des aspects liés aux mécanismes de défenses présentés par S. Ionescu dans son ouvrage « les mécanismes de défense, théorie et clinique », et s'articule autour des problématiques particulières posées



par les stratégies d'évitement des affects mises en place par ces enfants en rupture de lien affectifs et polytraumatisés.

La participation aux ateliers de « théâtre de la Résilience », vise à conduire les participants vers des processus de sublimation. En fonction de l'investissement des sujets, l'atelier deviendra progressivement un facteur de protection conjoint aux dispositifs de prise en charge déjà mis en place pour faire face à de nombreux facteurs environnementaux de vulnérabilité.

C'est en se référant à la métaphore de Reich développée dans son ouvrage « l'analyse caractérielle », au sujet de la « cuirasse émotionnelle », que l'idée qu'il faille assouplir ces mécanismes de défense à l'aide d'un travail plus corporel et moins directement axé sur la problématique de l'enfant, a semblé pertinente.

Le caractère, pour Reich « vise à protéger le moi contre les dangers externes et internes qui l'assaillent. En tant que mécanismes de protection permanents ils méritent parfaitement le nom de cuirasse »... « Le degré de mobilité du caractère, l'attitude de la cuirasse à s'ouvrir ou à se refermer en fonction des circonstances, détermine la différence entre la structure caractérielle saine et névrosée. »

Par ailleurs les propositions de B.Cyrulnick concernant le concept de résilience nous ont conduit à réfléchir sur l'intérêt possible d'un atelier-soutien, pouvant faire office, à certains moments, de tuteur de résilience. Pour résumer la conception des processus à la base de ce qu'il définit comme étant la « résilience », c'est à dire la capacité à dépasser brillamment une ou des situations traumatogènes ou traumatiques, B.Cyrulnick expose trois plans sur lesquels devraient porter les recherches afin de comprendre l'apparition de cette attitude victorieuse face à l'adversité :

- Premièrement : « L'acquisition des ressources internes imprégnées dans le tempérament des premières années, au cours des interactions préverbaux, expliquera la manière de réagir face aux agressions de l'existence, en mettant en place des tuteurs de développement plus ou moins solides. »
- Deuxièmement : « La structure de l'agression explique les dégâts du premier coup, la blessure ou le manque. Mais c'est la signification que prendra ce coup plus tard dans l'histoire du blessé et dans son contexte familial et social, qui expliquera les effets dévastateurs du second coup, celui qui fait le traumatisme. »
- Troisièmement : « Enfin la possibilité de rencontrer des lieux d'affection, d'activités et de paroles que la société dispose parfois autour du blessé, offre les tuteurs de résilience qui lui permettront de reprendre un développement infléchi par la blessure. »

Au stade où en sont les enfants lorsqu'ils arrivent en institution, le seul de ces trois axes sur lequel nous pouvons travailler afin d'aider les sujets à mieux surmonter le traumatisme, est le dernier, entre autres par la mise en place d'activités pouvant servir de « tuteur de résilience ». C'est l'idée conductrice de la mise en place de l'atelier de théâtre sur lequel porte ce travail.

De surcroît, la création d'un groupe autour d'une passion commune permet de donner un support à la résilience et de renarcissiser les participants.

En effet, l'amorce de l'intérêt pour une activité susceptible de devenir à la fois une forme de tuteur de résilience, mais aussi un espace de construction et de valorisation narcissique permet de prendre le relais des liens éphémères qu'entretiennent les jeunes placés en institution avec les personnes qui les entourent. La réalité est que leurs interlocuteurs dans le cadre des institutions changent fréquemment car leur fonction entre dans un cadre professionnel, non familial. Ainsi il arrive que des liens intenses se tissent entre certains enfants et certains professionnels, malheureusement, il arrive très souvent que cela ne dure pas car, le jeune,

passé un certain âge, 16 ans dans le cas de l'institution présentée ici, doit quitter la structure pour vivre dans un lieu plus adapté aux besoins de son âge. D'autres évènements peuvent aussi avoir pour conséquence une nouvelle rupture du lien créé : Mutation, démission, accouchement, ou licenciement.

Eu égard ces éléments, l'enfant, au bout de quelques temps n'investit plus les personnes qui l'encadrent, on retrouve quasiment toujours dans le discours du jeune un ou plusieurs éléments de cette nature, surtout au moment où il commence à s'attacher à une personne, adulte ou enfant. Il semble donc important qu'au delà des relations entre humains, l'enfant puisse entretenir une relation stable avec une activité support qui puisse s'établir dans la continuité. Ainsi, l'élément humain, bien qu'important ne sera plus la seule justification de la relation et permettra à l'enfant de voir varier les animateurs sans pour autant se sentir abandonné à nouveau.

Pour Marie Annaud il existe trois domaines concernés par les méthodes et pratiques de développement des capacités de résilience :

« L'individu (intra psychique, personnalité), les comportements, l'environnement relationnel »

Elle précise également que les méthodes d'accompagnement du processus résilient visent principalement à :

Travailler sur les processus individuels défensifs estime de soi, encourager la réussite dans des domaines qui sont importants pour le sujet, et procéder à l'investigation familiale afin de travailler sur les potentiels familiaux susceptibles d'aider à la résilience individuelle en appui sur la famille réelle et intériorisée » (*La résilience : surmonter les traumatismes*, P111 )

C'est dans cette perspective que, identifiant certains leviers d'action pouvant produire de la résilience, nous avons orienté nos recherches et nos travaux pour créer cet outil d'aide à la prise en charge des adolescents « vulnérables » : le « Théâtre de la Résilience ».

## **2 Aspects techniques : Présentation du « Théâtre de la Résilience » :**

Les séances se sont déroulées sous forme d'atelier à médiation théâtrale, sur une période de deux ans avec un groupe stable de jeunes âgés de 10 à 16 ans à raison d'une séance de 2h30 une fois par semaine.

Les séances, bien que différentes sur le fond, sont structurées d'une façon similaire mais néanmoins composées d'exercices variés.

Nous avons trois axes de travail présents quasiment à chaque séance

Dans un premier temps nous procédons à un ensemble d'exercices que nous qualifions d' « échauffement émotionnel ».

Ces exercices nous permettent dans la première heure de l'atelier de travailler sur la concentration, l'imagination et la mise en lien des affects avec les situations.

Pour cela, nous avons au préalable déterminé deux espaces de travail, le premier relevant du monde dit « quotidien » au sein duquel nous agissons comme dans la vie de tous les jours (dépense d'énergie minimale), et le second relevant de l'espace permis par l'activité théâtrale : l'extra quotidien. Délimité par une ligne au sol (réelle ou imaginaire) l'évolution au sein de l'espace extra quotidien nécessite de suivre les règles suivantes :

Il est demandé de ne pas parler dans l'extra quotidien, pour laisser le corps et la voix s'exprimer sur un autre mode.

Les participants doivent dépenser un maximum d'énergie dans chaque geste effectué.

Les participants ne doivent pas se toucher.

Ces règles ont pour but de créer un cadre propice aux modifications car il implique une redéfinition des perceptions et des actions de chacun.

Cet échauffement émotionnel est conduit par la voix de l'animateur qui donne les consignes nécessaires pour chaque exercice.

S'inscrivant dans un travail sur les émotions, cela permet d'amorcer la seconde phase de l'activité, le travail sur les personnages et leur création.

La deuxième heure de l'activité consiste donc à travailler individuellement sur le personnage de chacun dans l'espace extra quotidien, toujours en suivant les règles énoncées précédemment.

Dans ce cadre là les participants vont visualiser leur personnage, en créer les caractéristiques à la fois physiques et comportementales et jouer ses émotions en fonctions des éléments de personnalité qu'ils lui auront attribués.

La dernière demi heure sera ensuite consacrée à l'élaboration de la pièce, histoire et textes.

Cette étape de la séance se fait en groupe et hors de l'espace extra quotidien, elle permet de mettre en mots le vécu de chacun par rapport à son personnage et ce qu'il a ressenti. Ceci constitue également un travail sur la forme au sein duquel chacun peut comprendre l'intérêt des codifications (orthographe, structure grammaticale des phrases, découpages en scènes et actes, etc.)

Tout au long de l'atelier il y a des moments pour lesquels les participants sortent de l'extra quotidien. C'est le cas à chaque étape de la séance, car la fin d'un exercice est toujours suivie d'une restitution en groupe et d'un temps d'échange.

Concernant l'aspect humain et le comportement de l'animateur, il est très important que celui-ci mette au cœur du dispositif le respect et la valorisation de la liberté d'expression dans un cadre rassurant.

Par ailleurs, la transmission culturelle doit être basée sur le partage du plaisir à exercer l'activité.

Enfin, il est nécessaire d'adapter les exercices aux participants et de ne pas plaquer un modèle. La souplesse et l'adaptabilité de l'animateur ainsi que son investissement personnel et les encouragements qu'il prodigue aux participants sont des éléments cruciaux afin d'amorcer un transfert de la fonction de tuteur de résilience de celui-ci vers l'activité.

### **3 Spécificités du concept**

C'est pour combler un vide entre l'aspect uniquement ludique ou professionnel de l'apprentissage des techniques de théâtre et l'aspect thérapeutique des activités à médiation théâtrale existant à l'heure actuelle, que nous avons élaboré cette technique spécifique permettant d'anticiper et de prévenir les comportements à risque grâce à un dispositif mêlant étroitement théâtre et psychologie.

Les techniques du psychodrame visent à rejouer des scènes du quotidien des sujets ayant pu être en lien avec leurs problématiques.

Les sujets sont invités à évoquer leurs expériences et à les faire partager dans le cadre de scénettes où les participants incarnent les rôles des personnes concernées par la situation. Puis les rôles peuvent être inversés afin de produire des prises de conscience chez les participants.

Dans le cadre du théâtre de la résilience, il s'agit d'élaborer une fiction, en lien ou non avec les expériences du sujet et de produire une création à la fois individuellement ( le personnage) mais également collectivement (l'histoire)

La technique du « théâtre de la résilience » se distingue également de l'art thérapie, en ce qu'elle contient un réel enseignement artistique, or, comme J.-L. Sudres l'évoque dans son ouvrage « l'adolescent en art thérapie », cette technique « n'est pas un enseignement artistique » (P.31 op cit.)

De plus, le théâtre de la résilience poursuit un but différent de l'art thérapie ou de la Drama thérapie, car comme leurs noms l'indiquent, ces techniques ont pour finalité d'être thérapeutiques et donc de soigner, or le théâtre de la résilience ne prétend pas soigner mais prévenir les conduites à risques et aider les adolescents à mettre du sens sur ce qui leur arrive dans un contexte plus adapté pour certains que le face à face classique avec un psychologue.

## **II Problématique**

Dans un contexte social et familial de plus en plus éclaté et individualiste, la tendance au repliement sur soi est accentuée et l'écart entre soi et l'Autre augmente incessamment. Le liant social disparaît avec l'impression d'auto suffisance qu'entraîne notre société de consommation vivant dans l'illusion de la toute puissance de l'argent.

Les adolescents élevés dans ce contexte aspirent à avoir plus qu'à être, et les adultes les incitent par leur comportement à ne pas remettre en question cet état de fait et à obéir à leurs injonctions.

Nous trouvons une parfaite illustration de ce paradoxe induit par les incohérences d'une société qui demande à ses adolescents en institution de « travailler à l'école » mais pour

lesquels au sein de structures qui les accueillent on trouve plus de téléviseurs à écran plat et de lecteurs DVD que de bibliothèques et d'ordinateurs pour s'instruire et se cultiver.

La question que nous nous sommes posée concerne alors ce qu'il est possible de mettre en place pour réduire les répercussions d'un tel fonctionnement. Face à une culture de la passivité, nous proposons au jeune de passer de la position de spectateur passif à celle d'acteur, grâce à cette activité à fort potentiel de transmission culturelle, génératrice de lien entre les générations pour une meilleure communication.

La question que l'on se pose dans cette étude exploratoire concerne le devenir des sujets avec lesquelles nous avons mis en place un atelier préventif de conduites à risque.

Pour cela nous avons fait une étude de suivi de deux des sujets ayant participé à l'atelier et que nous avons évalué lors de la précédente recherche, un garçon et une fille, afin de pouvoir mettre en évidence, le cas échéant, les effets à moyen terme de la technique et la pérennisation de ses répercussions sur les participants.

Lors de notre précédente recherche nous avons pu observer les effets immédiats supposés de la technique mais n'en avons pas pu mesurer leur portée à long terme.

Le dispositif appliqué ici est inédit et original, il a été pensé en amont et a généré une première recherche dont les résultats montrent qu'à court terme l'activité aurait pu avoir une influence sur les modifications observées chez les participants :

Nous avons pu alors observer une réduction du nombre de passages à l'acte auto ou hétéro agressif au profit de contestations verbales des situations ressenties comme injustes par les adolescents concernés.

Par ailleurs les adolescents exprimaient des demandes explicites d'informations auprès des adultes à propos de sujets les concernant.



Nous avons également relevé certains progrès scolaires, notamment sur l'écriture et la créativité, une aisance accrue à s'exprimer en public ainsi qu'une augmentation de la confiance en soi.

Une affirmation de l'identité et une reconnexion progressive des affects éprouvés par rapport aux évènements de vie ont également pu être notées pour tous les sujets et pour la moitié d'entre eux une amélioration de l'appréhension des dimensions spatiales et temporelles.

Outre ces éléments spécifiques à la technique, il n'existe pas à l'heure actuelle de littérature incluant adolescents, résilience et médiation théâtrale hors thérapie, bien que la demande sociale d'outils d'aide à la prise en charge de cette population soit importante

Par ailleurs il n'a pas été fait mention de suivi à moyen terme (T+18 mois) après la fin d'un dispositif de ce type et il n'existe pas de publication sur l'évolution de ses impacts dans le temps.

### **III Questions de recherche**

Cette étude étant exploratoire, nous avons pris le parti de ne pas formuler d'hypothèses et d'envisager le plus largement possible les effets supposés de la technique.

En effet nous n'aurions pu valider des hypothèses avec si peu de sujets, aussi avons-nous posé plusieurs questions ouvertes auxquelles l'étude de suivi des participants à l'atelier nous permet de répondre.

La question que nous nous posons ici concerne ce que les participants de l'atelier « théâtre de la résilience » disent de cette expérience à T+18 mois après l'arrêt de l'activité et s'ils

attribuent à celle-ci une quelconque influence ou un impact sur leur développement, leur comportement et leur vie à l'heure actuelle.

L'interrogation inhérente à l'étude présentée ici cherche à définir si, à moyen terme, les sujets et leur environnement continuent à ressentir des effets liés à la pratique de cette activité.

Nous cherchons également à déterminer la nature de ces effets de manière qualitative afin de dresser une grille d'éléments à évaluer en vue d'une recherche quantitative future visant à estimer précisément l'efficacité de la technique à l'aide d'une étude comparative incluant un grand nombre de sujets.

## **IV Méthodologie**

La méthodologie utilisée lors de cette recherche est basée sur le discours des participants à l'atelier deux ans après la fin de l'activité. Des entretiens exploratoires semi directifs ont été effectués avec les participants qu'il a été possible de retrouver et qui ont accepté de participer à la recherche.

Par ailleurs un entretien semi directif également exploratoire a été effectué avec la psychologue qui venait régulièrement en tant qu'observatrice pour noter l'évolution des adolescents au cours du déroulement des ateliers. Cette psychologue, extérieure à l'institution venait spécialement dans le cadre du protocole expérimental de la recherche effectuée précédemment afin de permettre un regard plus objectif et plus neutre sur l'évolution des participants.

Les entretiens semi directifs seront traités par analyse thématique, les résultats étant destinés à dégager les contours du champ d'exploration de l'efficacité du « théâtre de la résilience »

pour la recherche future qui tentera d'évaluer plus précisément les effets imputables à cet outil d'aide à la prise en charge des adolescents « à risque ».

Nous envisagerons ici de regrouper les différentes thématiques communes aux deux sujets et observerons si elles se retrouvent également dans l'entretien effectué avec la psychologue.

Les entretiens ont été effectués à une semaine d'intervalle et les grilles d'entretien (cf. Annexes 2 et 3) ont toutes été élaborées antérieurement, les questions sont restées inchangées même après le recueil de données afin d'éviter tout biais de confirmation pouvant être induit par les entretiens des adolescents.

Ces entretiens ont été effectués dans un lieu neutre, ni dépendant de l'institution des sujets, ni au sein de l'université, afin de permettre l'expression la plus libre possible.

Au préalable les adolescents ont eu connaissance à la fois du thème de la recherche et de la possibilité ou non d'y participer. Ils ont eu l'occasion de remplir et de signer la fiche de consentement éclairé qui a fait l'objet, en amont, d'explications avec la possibilité de poser toutes les questions relatives aux droits des participants à une recherche. (cf. Annexe 1)

Par ailleurs ce document comportait une partie nécessitant une autorisation de la part du tuteur légal pour que les adolescents puissent participer à la recherche.

Les entretiens ont duré environ une demi-heure chacun et ont été enregistrés à l'aide d'un magnétophone, puis retranscrits dans leur intégralité, ils figurent en annexe. (cf. Annexes 4, 5, et 6)

Les difficultés méthodologiques que nous avons rencontrées pour pouvoir mettre en place cette recherche ont été nombreuses et importantes, ainsi nous avons dû nous heurter dans un premier temps à un cadre institutionnel fuyant. Le directeur de l'institution ayant accueilli l'atelier pendant deux ans promettant par l'intermédiaire de la psychologue de donner les

renseignements nécessaires pour effectuer les entretiens avec les sujets, puis se rétractant et changeant de position quant à l'aide à apporter pour la recherche.

L'attitude des éducateurs référents nous a également fait perdre beaucoup de temps, promettant de rappeler et oubliant ensuite, ceux-ci ne semblaient jamais joignables au sein de l'institution pour nous fournir les informations nécessaires afin de retrouver les anciens participants de l'atelier. Lorsque nous sommes enfin parvenus à les joindre ils nous ont informés qu'ils ne savaient pas où trouver les adolescents, pour lesquels ils étaient référents avant leur départ de l'institution, et qu'ils n'avaient aucune coordonnées à fournir, car eux même n'en disposaient pas selon eux. Par ailleurs nous avons été embarrassés par leur lenteur à fournir les informations relatives au devenir des participants étant toujours accueillis au sein de la structure, car la position de l'institution était opaque et ambivalente.

Était-ce parce qu'ils ne les avaient pas qu'ils ne communiquaient pas les informations que nous leur demandions, était-ce par paresse ou bien cette lenteur était elle un moyen de nous éconduire sans l'évoquer franchement eu égard aux ateliers que nous avons animés bénévolement durant deux ans ?

Enfin lorsque nous avons pu demander aux deux seuls sujets accessibles s'ils voulaient participer à la recherche, il a encore fallu compter plusieurs semaines avant d'obtenir les coordonnées de leurs tuteurs légaux afin d'obtenir les autorisations pour que les adolescents puissent participer. Ces tuteurs légaux étant éducateurs référents auprès de l'ASE, il nous a fallu attendre encore plusieurs semaines avant de pouvoir obtenir un rendez vous à l'issue duquel nous avons dû les convaincre, lors d'un entretien, du sérieux de la recherche et de la pertinence de celle-ci ainsi que de son intérêt.

Une autre difficulté rencontrée dans le recrutement des sujets était liée au nomadisme inhérent à la situation des enfants placés suite à une décision juridique. En effet, le placement en

institution étant normalement transitionnel, ces adolescents sont ensuite placés dans des familles d'accueil ou bien retournent dans leur propre famille lorsque la mesure d'éloignement prend fin, la recherche présentée ici incluant un suivi sur 4 ans entre la participation aux ateliers et les entretiens 18 mois plus tard, seuls deux des sujets ayant participé à l'atelier étaient encore présents au sein de la structure. Lorsque nous le leur avons proposé, ils ont accepté de participer à la recherche. Néanmoins leur planning scolaire très chargé et les contraintes institutionnelles ne nous ont permis d'effectuer les entretiens que quelques semaines après.

Entre le moment de la première démarche (auprès de la structure d'accueil) relative au recrutement des sujets et la passation des entretiens, 6 mois se sont écoulés

## **V Analyse des entretiens:**

### ***1 Présentation des participants***

#### **A Les adolescents:**

Marie et Alexandre avaient participé à la recherche effectuée en 2004. De tous les participants se sont les seuls dont nous ayons pu retrouver la trace et pour lesquels il a été possible de participer à la recherche.

Les autres participants de l'atelier n'ont pu être retrouvés. En effet ceux-ci sont à l'heure actuelle soit en famille d'accueil soit retournés chez leurs parents.

Pour le confort et leur tranquillité des sujets avec lesquels elle entretenait encore quelques contacts suite à leur départ, l'institution a estimé qu'il ne serait pas judicieux de venir remuer des souvenirs pénibles par l'évocation d'une activité effectuée à cette période et par conséquent n'a pas jugé bon de nous transmettre leurs coordonnées.

Marie et Alexandre vivant toujours dans la structure, nous avons pu les rencontrer et leur demander s'ils souhaitaient participer à cette recherche.

Ils ont accepté avec enthousiasme et étaient ravis d'évoquer cette expérience.

Lorsqu'ils ont débuté l'atelier, Alexandre avait 12 ans et Marie 13, au moment des entretiens, Alexandre avait 14 ans et demi et Marie 16 ans.

Ces enfants sont scolarisés normalement, se situent dans la moyenne en termes de performances scolaires, moyenne plutôt basse en ce qui concerne Alexandre qui trouve actuellement sa voie dans une formation le conduisant à un métier manuel qu'il aime beaucoup car la mécanique le passionne. Ils ont été suivis au CMPP de la ville il y a quelques années.

Marie et Alexandre sont placés depuis 6 ans et sont toujours au foyer, et doivent, normalement, à leur prochaine rentrée scolaire être enfin logés dans une famille d'accueil.

Ces enfants sont considérés comme poly traumatisés. Ils ont en commun des histoires et des parcours de vie extrêmement difficiles au sein desquels ils se sont retrouvés en rupture de lien affectif. Ils ont aussi été fréquemment déplacés de manière radicale, et coupés de leur environnement.

Marie et Alexandre ont perdu leurs parents à un mois d'intervalle.

Ils avaient divorcés des années auparavant. Le père, algérien, était retourné vivre au pays. La mère s'est remariée un peu après et a eu un autre enfant de cette union. Lors du décès de la mère, les enfants n'ont pu rester, comme leur petite sœur, avec le mari de la mère et ont donc

été placés en foyer. Leur beau père a voulu les récupérer mais son statut vis à vis d'eux ne l'a pas permis. Les raisons que Marie évoque sont liées à un problème économique mais tiennent aussi au fait que cet homme n'avait pas de statut légal vis à vis d'eux lui permettant de les prendre en charge.

Toutes les personnes de la famille (grand mère, tante...) vivent en Algérie ou sont décédées. Par ailleurs, ces enfants ont une sœur aînée du côté de leur père qui ne peut les élever car elle a 6 enfants à charge dont un décédé il y a trois ans, et se remet difficilement d'un cancer pour lequel elle a été soignée. Les deux autres frères du côté du père ne sont pas non plus en mesure de les récupérer : l'un est incarcéré et l'autre présente un casier judiciaire ne lui permettant pas de les prendre en charge. Marie a eu un jumeau, mort avant la naissance, sa mère auparavant avait fait une fausse couche et après la naissance d'Alexandre, avait dû subir une IMG suite à la malformation cardiaque du fœtus, élément dont Marie a connaissance. Cet élément sur l'histoire familiale n'est pas connu d'Alexandre. Les éléments rapportés ici, et dont Marie a connaissance ainsi qu'Alexandre pour la plupart d'entre eux, témoignent de traumatismes à répétition dans la vie de ces enfants qui ont alors développé certains mécanismes de défense ne pouvant être observés directement mais qui, à un état latent s'expriment lors de situations spécifiques lorsqu'ils sont en difficulté par exemple.

### **B Madame S. psychologue :**

Mme S. est une psychologue spécialisée dans le développement.

Elle travaille auprès d'enfants et d'adolescents en difficulté dans le cadre de programmes de réussite éducative. Par ailleurs elle exerce auprès d'un conseil général et effectue des évaluations dans le cadre du recrutement des familles d'accueil.

Cette psychologue est venue assister aux ateliers tout au long des deux années où ils avaient lieu pour effectuer des observations tous les 3mois.

Son rôle consistait en une observation participante qui avait été convenue avec les adolescents, ceux-ci ayant donné leur accord à sa présence dans le cadre de la recherche.

## ***2 Nature des éléments relevés dans le discours de chaque sujet : analyse qualitative du contenu***

Les citations entre guillemets proviennent des entretiens avec les jeunes et servent à illustrer notre propos. Nous mettrons entre parenthèse le nom de la personne à qui sont attribués les propos recueillis.

On retrouvera dans le discours des adolescents, notamment celui d'Alexandre, un certain nombre d'éléments mis en lien avec l'expérience vécue au sein de l'activité.

### **A Modifications relatées par les sujets au niveau émotionnel :**

**Une capacité de prise de distance alliée à une augmentation importante des capacités d'empathie** qui s'expriment à travers les phrases suivantes : « maintenant je peux me mettre dans le rôle de celui qui fait des bêtises »( Alexandre) « maintenant quand je repense aux



bêtises que j'ai fait depuis 2, 3 ans j'en rigole encore avec mes amis »( Alexandre), ce qui dénote également une **capacité de regard rétrospectif**.

« Avant je faisais des choses que maintenant je ne ferai pas, parce que ça pourrait blesser des gens. Faut pas le faire, mais je sais que une fois j'ai traité et... Quelqu'un qui était assez gros... Je l'ai traité justement de gros et alors que maintenant je ne le ferai pas parce que... Si par exemple moi j'étais gros... J'ai la chance de ne pas l'être, mais si j'étais gros et bien, et qu'on me disait ça, ça me déplairait » (Alexandre) Cette dernière phrase nous renseigne sur la capacité actuelle d'Alexandre à **inhiber ses pulsions agressives**.

On note également une forme d'**apaisement de l'anxiété**, Alexandre dit que « tous les exercices m'ont un peu vidé de... m'ont un peu vidé de mes défauts », « c'est vrai que ça soulage un peu. Depuis que moi j'en ai fait, je me sens plus soulagé »(Alexandre). Marie évoque un exercice qui selon elle, la soulageait beaucoup : « on pensait très fort à des choses qui nous énervaient qui nous avaient énervés pendant toute la semaine et après on devait jeter en quelque sorte, on devait jeter toute cette boule de tristesse de haine qui s'était formée en nous et à laquelle on avait pensé pendant cinq minutes. Ca remettait bien en forme. » (Marie)

L'exercice qu'elle évoque a aussi été mentionné par Alexandre et a également permis un **développement des capacité d'expression des affects et un meilleur contrôle émotionnel** : « l'exercice justement de crier sur le mur, enfin projeter toute la haine et toute la colère que l'on a en nous, la projeter contre le mur .../... ça m'a permis de mieux contrôler mes émotions » (Alexandre)

« on oublie tous nos soucis, tout ce qu'il y a à côté et on est ce personnage »(Alexandre) traduit l'**amorçage d'un processus de sublimation** et une **mise à distance des angoisses et des pulsions** à travers l'identification au personnage proposée au sein de l'atelier. « On se mettait

dans la peau du personnage c'est comme si on enfilait le personnage, comme si on se mettait dans lui » (Alexandre)

Pour Marie : « Je me souviens surtout des émotions que j'avais enfin par rapport à la semaine, c'était selon mes humeurs en fait, par exemple, si j'étais un peu fâché je faisais un ogre pas très joyeux, je faisais pas des émotions... J'étais pas souvent joyeuse je crois »...« je me souviens surtout de l'échauffement en fait où tu nous racontait en quelque sorte des histoires, on devait s'adapter faire un géant, tout à coup un bébé, l'autruche, je me souviens surtout de ça en fait vraiment les moments où on n'avait pas de personnages fixes donc on pouvait vraiment se libérer en quelque sorte »...« Quand on terminait de faire cet exercice, quand on sortait de l'atelier ça faisait vraiment comme une libération » (Marie)

D'autres compétences semblent d'après Alexandre, avoir été acquises au moins en partie au sein de l'atelier, ainsi l'**empathie** et la **capacité de se représenter ce que ressent l'autre** a été évoqué par Alexandre à travers la phrase : « quand je veux faire des blagues ou des trucs comme ça, je sais si ça va pas trop blesser quelqu'un parce que j'essaie de me mettre justement dans la peau de l'autre » (Alexandre)

Dans le discours d'Alexandre on retrouve également des **éléments caractéristiques** de la mise en place d'un « **faux self** » dont il évoque la **diminution** : « Avant je parlais beaucoup mais je ne disais jamais ce que je pensais alors que... se mettre dans la peau du personnage alors qu'on est très renfermé, qu'on est très fier de soi, c'est difficile. » « Donc à force... À force d'essayer de le faire, ça m'a aidé et ça m'a... enfin maintenant je suis plus ouvert »

« J'ai eu la chance de faire cette activité... Parce que ça m'a servi à beaucoup de choses alors qu'avant je ne savais pas du tout que j'allais devenir comme ça /que mon comportement allait changer autant /je pense que le théâtre m'a beaucoup aidé mais il y avait d'autres choses aussi

qui ont affiné ce que le théâtre avait commencé »... « le plus difficile pour moi c'est de se mettre justement dans la peau du personnage ...et de rejeter justement ma haine...parce qu'avant j'étais très renfermé » ( Alexandre)

Pour Marie la diminution des éléments liés au faux self, se traduit par la **prise de plaisir à faire une activité** sans être obligée de se conformer à une attente, ce qu'elle exprime de la manière suivante : « maintenant quand j'y repense je me dis que j'ai vraiment passé des bons moments que je me suis super bien amusé et que c'était un peu... c'était vraiment bien de pouvoir changer comme ça, pas rester dans un, dans une idée fixe, pouvoir changer s'adapter et tout. » « En tout cas ce que je retiens c'est que je me suis vraiment beaucoup amusé » (Marie)

## **B Modifications relatives par les sujets au niveau comportemental**

On peut également relever dans le discours des sujets, toujours en lien avec l'expérience de l'atelier, une **augmentation des capacités d'expression** qui se traduit par des phrases comme : « si il y a un truc qui me gêne je le dis alors qu'avant je ne le disais pas du tout. Maintenant si je pense un truc je le dirais alors qu'avant non » (Alexandre), ou au sujet de ce qui a changé après l'atelier « oui, il y a eu une différence, c'est que, avant, je ne disais rien. Enfin je ne disais rien, je ne disais pas ce que je ressentais. Ca a permis de me... Je ne sais pas si c'est grâce à ça que j'ai pris conscience qu'il fallait que je parle plus mais en tout cas ça m'a permis de me dire qu'il fallait peut-être que... que je dise un peu plus ce qui allait mal chez moi » « au début je devais être beaucoup plus réservée qu'à la fin, enfin je pense » (Marie)

On retrouve également dans le discours d'Alexandre la présence d'éléments permettant d'observer une **autonomisation** et une capacité d'« **auto thérapie** » : « je faisais un peu

d'exercice que tu m'avais appris, dans ma chambre, après, j'en ai fait de moins en moins et maintenant je n'ai plus besoin d'en faire pour me sentir bien » (Alexandre)

Un autre point à relever dans ce cadre est relatif au **développement d'une certaine capacité de relâchement physique** sans se sentir en danger « il y a des étirements aussi qui ont fait... Qui m'ont fait du bien physiquement et émotionnellement, un peu des deux »(Alexandre) « je me souviens surtout de l'échauffement en fait où tu nous racontait en quelque sorte des histoires, on devait s'adapter faire un géant, tout à coup un bébé, l'autruche, je me souviens surtout de ça en fait vraiment les moments où on n'avait pas de personnages fixes donc on pouvait vraiment se libérer en quelque sorte »(Marie)

Alexandre évoque également les modifications survenues au niveau comportemental comme la **prise de conscience corporelle**, la découverte et le **respect de l'espace vital** et de l'espace intime, qu'il attribue directement aux exercices pratiqués au sein de l'atelier : « Quand il y a quelqu'un qui me colle trop, je lui dis ne rentre pas dans ma bulle. Ou je le pousse et je lui dis eh bien regarde, ça fait l'écart de mes bras tu n'as pas le droit de rentrer » ( Alexandre en référence à l'exercice de la « bulle protectrice »)

### **C Modifications relatives par les sujets au niveau cognitif :**

Alexandre évoque un **développement de ses capacités attentionnelles et de concentration** qu'il met en lien avec l'activité : « j'arrive mieux à me concentrer » « ouais ça pour la concentration oui et en fait je l'utilise des fois aussi, enfin ça me fait un peu rigoler, c'est par exemple si il y a quelqu'un devant moi justement j'imagine le point juste au-dessus de sa tête et après, il m'a regardé, et après je vais rigoler parce que c'est marrant... » (Alexandre)

Marie, elle, évoque l'aspect amélioration des capacités de concentration mais surtout le **développement de l'imaginaire** qu'elle a ressenti : (en réponse à la question : tu étais plus attentive ?) « Oui et plus concentré aussi dès qu'il y avait un bruit ou n'importe quoi » « En fait je suis d'un naturel bavard donc j'ai beaucoup de mal à me concentrer je ne pense pas que ça m'ai vraiment... Par contre ça m'a permis de juger mieux, de pouvoir imaginer des choses par exemple le point, ça, ça permettait vraiment de se concentrer dessus et de visualiser, quand le point se transformait en fraise ou en étoile ça c'était vraiment ...Ce n'est pas au niveau de la concentration c'est plutôt au niveau de l'imagination » (Marie)

Par ailleurs Alexandre dit utiliser des techniques du théâtre afin de **mieux gérer ses émotions** : « En fait, pour moi, pour rejeter la haine ou les choses mauvaises que l'on a en nous... Pour moi c'est... Enfin je n'ai pas besoin de crier. J'ai juste à me concentrer et après je les oublie » (Alexandre)

## **D Modifications relatives par les sujets au niveau des interactions**

### **sociales :**

Alexandre évoque les niveaux de modifications qu'il ressent en ces termes : « ma manière de faire et dans ma manière de penser », on note une nette **amélioration de la tolérance à la frustration** illustrée par la phrase suivante : « Par exemple si quelqu'un allait me dire non à quelque chose et bien j'allais directement... Enfin... Penser... Que ce n'est pas bien, il dit à chaque fois non, des choses comme ça ...maintenant, j'accepte plus qu'on me dise non parce que je comprends »( Alexandre)

Par ailleurs il semblerait que pour Alexandre, le dispositif ait eu une influence déterminante sur le **développement de la confiance en soi**, ce qui a eu pour conséquence une diminution des projections persécutrices du style « les autres ne m'aiment pas » : « Comme on est plus ouvert, on s'ouvre plus quand on fait du théâtre... Et vu que justement on est plus ouvert on peut plus aller vers les gens, et ne pas avoir peur de leurs réactions. On essaie de pas trop blesser les gens donc » (Alexandre)

L'évocation de l'expérience de la création des textes en groupe nous informe sur le développement de **capacités à négocier pour défendre ses idées** « On essayait de se mettre d'accord sur les caractères des personnages, leurs noms et l'histoire, l'histoire de ces personnages » En parallèle, Alexandre met en évidence le développement de **la notion de partage** et de solidarité autour de valeurs comme le **respect des idées de l'autre** et une mise en valeur du **travail collectif** : « ce n'était pas que mes idées c'était les idées du groupe... En fait, on travaillait par équipe comme je le disais et tout le monde participait, c'est pas comme si il n'y en avait qu'un seul qui participait et que tous les autres disaient oui ou non... Là tout le monde donnait ses idées » « ...question d'avoir un peu de solidarité » « Ce qui m'a le plus plu, c'est qu'on travaillait tous par groupe enfin on était tous ensemble » (Alexandre). Cette dernière phrase traduit une **modification dans le positionnement** d'Alexandre **par rapport à la notion de groupe**, car à dans le contexte du théâtre, et à la différence de toutes les autres activités effectuées dans un cadre institutionnel, il ne ressent pas le groupe comme négatif ou dangereux car potentiellement humiliant : « En fait on était tous à peu près au même niveau... C'est pas comme si tu mettais des gens à part et qu'après tu allais essayer d'améliorer ». (Alexandre)

Pour Alexandre, le théâtre semble avoir permis un **développement des liens sociaux**, et il dit avoir utilisé cette activité comme sujet de médiation avec les autres jeunes « Enfin moi j'en parlais avec mon groupe hors de l'activité » « ça m'a permis aussi de parler aux gens auxquels je parlais pas avant » « ça m'a apporté des amis » (Alexandre)

Pour Marie, l'activité permis de **recréer du lien avec certains de ses pairs** : « Ben, je me suis disputé avec Moussine et donc ça nous a beaucoup aidé parce que sans ce que l'on avait fait au théâtre on ne se serait jamais reparlé » (Marie)

### ***3 Mise en perspectives du discours des sujets avec les observations de la psychologue, Mme S :***

#### **A Nature des modifications relatées par les sujets au niveau émotionnel et mise en évidence de leur présence au sein des observations faites par la psychologue:**

Nous avons pu repérer au sein du discours de la psychologue des éléments confirmant les modifications relatées par les sujets.

Ainsi la psychologue confirme qu'elle a pu observer un **apaisement de l'anxiété** chez les sujets : « Des expressions plus... Un air plus... Enfin... Je ne sais pas si je peux dire plus serein mais plus détendu peut-être moins crispé, des expressions positives, je les sentais... Je les ai vus au début et au bout de deux ans et je les sentais plus... En mesure d'être content de ce qu'ils avaient fait, de se valoriser par rapport à ce qu'ils avaient fait et d'être moins dans la critique, ou l'autocritique. »

Nous avons également relevé une cohérence entre le discours des sujets et l'analyse de la psychologue en ce qui concerne la diminution d'éléments caractéristiques de la mise en place d'un « **faux self** » : « je ne sais pas si on peut dire cela comme ça mais ils semblent être arrivés à décrocher peut-être d'un « faux self », présenté au départ... Au départ des ateliers avec quelque chose de très... De très verrouillé au départ, un peu comme un masque un peu au départ. Et avec une certaine évolution, on sentait vraiment les enfants... On les découvrait en fait sur la fin, on découvrait vraiment ce qu'ils étaient par rapport au début. »

En revanche, la psychologue ne fait pas mention lors de l'entretien de plusieurs éléments ayant trait à des capacités révélées dans le discours des sujets :

Une prise de distance alliée à une augmentation importante des capacités d'empathie,  
Une capacité de regard rétrospectif, mais également d'inhibition des pulsions agressives, ainsi qu'un développement des capacités d'expression des affects et un meilleur contrôle émotionnel, également une amorce de processus de sublimation et une mise à distance des angoisses et des pulsions.

Par ailleurs l'empathie et la capacité de se représenter ce que ressent l'autre ainsi que la prise de plaisir à faire une activité n'ont pas été soulignées dans son discours.

### **B Nature des modifications relatées par les sujets au niveau comportemental et mise en évidence de leur présence au sein des observations faites par la psychologue:**

La psychologue a aussi pu noter une **augmentation des capacités d'expression** chez les sujets : « De l'inhibition... Du départ... De l'inhibition peut-être, pas uniquement... Pas uniquement motrice, mais émotionnelle aussi au départ. Avec quelque chose de très défensif,



avec peut-être une difficulté aussi de laisser s'exprimer les choses, des choses peut être très personnelles au départ. »

Egalement notables dans son discours **l'autonomisation** des sujets et une sorte d'« **auto thérapie** » avec **utilisation de techniques apprises à l'atelier** : « Ces techniques, je pense qu'ils peuvent, qu'ils pourront l'utiliser, peut-être pas forcément de façon si concrète dans la vie de tous les jours mais peut-être inconsciemment arriver à... À comprendre leurs émotions, à comprendre la situation, enfin la situation qui relie l'émotion et arriver à ne pas se retrouver complètement dépassé par cette émotion. »

Elle observe également le développement d'une certaine **capacité de relâchement physique** : « je pense... la première... peut-être... transformation que j'ai pu voir, c'est physiquement. Dans la stature, dans la façon d'être, dans la façon de bouger, quelque chose de moins, peut-être, pour certains de moins rigide, quelque chose de plus souple, et pour les autres quelque chose de moins hésitant dans le corps » et note une **prise de conscience corporelle** : « Un corps vraiment comment dire ça... Une conscience vraiment du mouvement... Des positionnements... Et après ce que je pourrais dire de visible, les expressions peut-être du visage aussi »

### **C Nature des modifications relatées par les sujets au niveau cognitif et mise en évidence de leur présence au sein des observations faites par la psychologue:**

La psychologue évoque également un développement progressif des **capacités attentionnelles et de concentration** qu'elle a pu observer chez les sujets au fil des ateliers : « Et au niveau du comportement, je trouvais qu'ils arrivaient à gérer plus facilement leurs

débordements... c'est-à-dire... Au lieu peut-être d'avoir une attention un peu flottante... Des fois en décrochant facilement, ou parler, les bavardages, de... De bouger différemment dans l'atelier par rapport à ce qui était demandé, Ils arrivaient plus à intégrer le cadre, d'une certaine manière. Et à se remobiliser quand ils sentaient qu'ils risquaient de décrocher un peu. »

On peut déduire de son discours qu'elle considère qu'il y a eu un **développement de l'imaginaire** et donc **de la créativité** chez ces adolescents: « Et après, ils arrivaient à envisager le début, le milieu et la fin. Alors qu'au départ j'ai l'impression que ça partait un peu, enfin... Ils n'arrivaient pas à avoir des idées... de façon cohérente, en fait. J'ai l'impression qu'au départ ça partait un peu dans tous les sens et qu'après, qu'après, je ne sais pas si on peut dire que c'était au bout de six mois ou deux ans précisément mais, mais après ils arrivaient vraiment à envisager le début, le milieu la fin donc quelque chose peut-être de plus... De plus cohérent au niveau de la structure de l'histoire. »

Elle revient sur l'observation d'une **meilleure gestion des émotions** au fil des séances successives : « des modifications oui, par rapport à certains enfants qui me semblaient peut-être au départ un peu plus hésitants, un peu inhibés par les exercices, je les sentais plus à l'aise, à gérer les émotions... avec une certaine souplesse ils arrivaient à gérer le changement d'émotion, passer d'une émotion positive à une émotion négative sans pour autant se retrouver pris complètement dans l'émotion sans arriver à passer à autre chose »

## **D Nature des modifications relatées par les sujets au niveau des interactions sociales et mise en évidence de leur présence au sein des observations faites par la psychologue:**

Nous avons pu relever dans le discours de Mme S des éléments confirmant un possible **développement de la confiance en soi** opérée dans le cadre de l'atelier: « je pense que par rapport à une certaine confiance en soi, une estime de soi, arriver à valoriser ses actes de façon positive, arriver à s'investir dans une activité volontairement, sans se sentir obligé. »

« Elle (L'activité) intervient quand même à une période charnière au niveau de la construction de soi, de la construction identitaire, en tout cas à ces âges-là. Et je pense qu'arriver à retrouver une estime de soi, à savoir ce que l'on est capable de faire à cet âge-là, je pense que c'est quelque chose qui peut aider pour la suite, dans la vie adulte. »

Enfin son observation coïncident avec les témoignages des sujets car elles montrent le **développement des liens sociaux dans le groupe** ainsi que la mise en valeur du **travail collectif** :... « Je pense que c'est au fur et à mesure ce qui s'est construit, c'est aussi une confiance dans le groupe... Les enfants entre eux, arrivaient à s'exprimer, à exprimer les émotions sans avoir peur du regard de l'autre. Et sans avoir peur d'être critiqués par l'autre en fait. Et arriver aussi à ce que chacun puisse prendre sa place en tant que personne avec des avis différents, avec des tempéraments différents, arriver à composer avec l'autre. »

## **VI Analyse des résultats et discussion :**

### **1 Résultats :**

L'analyse thématique du contenu des entretiens nous a permis de mettre en évidence un certain nombre d'éléments dont la modification aurait pu être imputable à l'atelier.

À l'aide des différents entretiens, nous avons dans un premier temps déterminé précisément la nature des modifications déductibles du discours des sujets, puis nous avons mis en liens ces éléments avec les observations de la psychologue afin de déterminer ceux pour lesquels nous observons, soit une convergence totale des points de vue entre les sujets et la psychologue, soit une convergence partielle des points de vue que ce soit entre les deux sujets ou entre la psychologue et un des deux sujets.

Nous avons relevé une convergence totale concernant diverses modifications imputables à la pratique de l'activité :

Les éléments mis en évidence concernent l'apaisement de l'anxiété, l'augmentation de la capacité d'expression, surtout émotionnelle, la capacité à se laisser aller physiquement sans peur dans une expression corporelle, l'augmentation des capacités attentionnelles et de concentration, le développement des capacités de l'imaginaire, et le développement de liens sociaux dans le groupe.

Concernant les éléments ne recueillant qu'une convergence partielle au sein des témoignages nous avons pu noter des éléments à la fois dans le discours d'Alexandre et dans le discours de Mme S. au sujet de la diminution des comportements évoquant la présence d'un « faux self ». Par ailleurs le sujet et la psychologue évoquent également l'autonomie par rapport à l'aspect thérapeutique des exercices mis en place dans le cadre de l'atelier et la capacité à reproduire ceux-ci dans un contexte extérieur. Mme S. et Alexandre évoquent également la prise de conscience corporelle de l'espace et du mouvement, et on retrouve dans leurs discours des éléments relatifs à une meilleure gestion des émotions des participants dans le cadre de l'atelier. Enfin on note, aussi dans leurs discours le développement de la confiance en soi. On retrouve, par ailleurs, dans le discours des deux sujets mais pas dans celui de Mme S., des éléments relatifs à l'amorce d'un processus de sublimation et à une mise à distance des angoisses et des pulsions violentes.

Le reste des éléments ayant été notés dans le discours des sujets, mais ne faisant pas l'objet de convergence sera pris en considération de manière secondaire dans le cadre des résultats obtenus afin de déterminer de manière qualitative et potentielle les retombées de l'atelier auprès des participants

## ***2 Confrontation des résultats de cette recherche avec ceux de la recherche précédente:***

Les résultats obtenus lors de la précédente recherche stipulaient que :

« L'atelier a permis de matérialiser l'adaptation des émotions à des situations adéquates. Les exercices ont permis aux enfants d'appivoiser leurs propres réactions pulsionnelles face à des

difficultés imaginaires créées dans un espace fictionnel. Cette découverte de nuances et les stratégies d'adaptation progressives mises en place par les participants au fil de l'activité leur ont permis, en maîtrisant mieux certaines émotions, de se les approprier avant d'être dépassés par les affects et les pulsions qu'elles génèrent. L'expression de leurs désirs s'en trouve favorisée et permet alors, d'établir un pont entre désir contenu et réalité sociale. Par conséquent, on peut affirmer que l'hypothèse deux est vérifiée du moins au niveau de l'amorce du processus car le but poursuivi ici nécessite une prise en charge plus longue dans le temps. » (Fauché, 2004). Cet extrait, issu de notre précédente étude sur le sujet, fait état de la validation de l'hypothèse de recherche n°2 relative aux modifications potentiellement imputables à l'activité.

Nous avons posée, au cours de l'étude présentée ici, la question de la pérennisation des acquis et des modifications imputables à l'activité 18 mois après son interruption.

Eu égard les résultats que nous avons obtenus précédemment il semble qu'il y ait convergence entre les effets supposés de l'activité à court terme et ceux observés à moyen terme ici.

Ainsi nous avons pu relever au sein des entretiens, des convergences entre les éléments révélés lors de la précédente recherche sur les effets supposés de l'activité et le discours des sujets au sein de différentes thématiques :

Nous pouvons donc établir, concernant les sujets ayant participé à la première et à la deuxième recherche que cette activité aura contribué, de leur point de vue, à l'amélioration de leur gestion des émotions. Les deux recherches ont également mis en évidence une acquisition de stratégies d'adaptation plus évoluée que les mécanismes de défense précédemment mis en place et se manifestent par des difficultés à s'exprimer, un renfermement sur soi un manque de confiance en soi et, fréquemment, une attitude hostile vis-à-vis du monde extérieur.

Mais cette recherche a permis par ailleurs de mettre en évidence des éléments qui n'avaient pas été évoqués lors de la précédente recherche et va donc plus loin dans l'exploration de l'efficacité de la technique en mettant en lumière de nouveaux aspects dans les modifications observées chez les sujets. Ainsi nous avons pu cerner davantage les répercussions de l'atelier au niveau des aspects non seulement émotionnels mais aussi cognitifs, corporels, comportementaux et socio relationnels.

### ***3 Critique méthodologique :***

La critique méthodologique la plus évidente que nous pourrions adresser ici concerne le peu de sujet sur lequel il a été possible d'effectuer cette recherche. Néanmoins nous avons pu retirer un matériel clinique riche des entretiens que nous avons effectués avec ces derniers. Il aurait été particulièrement intéressant d'avoir les témoignages de tous les autres adolescents ayant participé à l'atelier car ainsi nous aurions pu croiser leurs discours et être plus sûr de ne pas passer à côté d'éléments pour lesquels la convergence n'a pas pu être établie ici, mais qui pourraient avoir été des éléments déterminants dans l'amorce de processus de résilience.

Nous pouvons également nous interroger sur le biais induit par le transfert et les projections des adolescents vis-à-vis de l'animateur de l'atelier qui était également le chercheur ayant procédé au recueil de données et à la passation des entretiens.

En effet les sujets n'auraient-ils pas pu répondre de manière plus que complaisante aux questions du chercheur afin de satisfaire ce qu'ils pensaient être la « demande » de l'animateur avec lequel ils ont partagé pendant deux ans des moments extrêmement chargés émotionnellement dans le cadre de l'atelier du « théâtre de la résilience » ?

En outre, cette recherche n'ayant pas la prétention d'évaluer rigoureusement et à l'aide d'outils statistiques éprouvés l'efficacité du dispositif 18 mois après son interruption, nous ne sommes pas en mesure à l'heure actuelle d'affirmer avec certitude que les éléments relevés dans le discours et traités par analyse de contenu aient été générés par l'activité « théâtre de la résilience ».

Tout au plus pouvons-nous supposer que cette activité y a contribué. Néanmoins nous avons pris le parti de considérer les sujets comme experts de leur propre vécu et de ce qu'ils attribuent à l'influence d'un facteur ou d'un autre. Nous avons simplement tenté d'objectiver leurs témoignages à l'aide d'un point de vue extérieur et probablement plus objectif, celui de Mme S, la psychologue extérieure à l'institution.

Nous sommes conscients de la nécessité de mettre en place une méthodologie d'évaluation rigoureuse afin de confirmer ou d'infirmer les éventuels effets repérés dans les différents discours grâce à la recherche présentée ici. C'est pourquoi nous envisageons de donner suite à ces deux études exploratoires en effectuant un travail plus important impliquant plusieurs groupes tests pratiquant régulièrement l'activité et plusieurs groupes témoins, dans le cadre d'une étude comparative.

#### ***4 Ouvertures et applications pratiques :***

L'étude présentée ici nous a permis de définir les pistes à explorer dans le cadre de la future recherche sur l'efficacité du dispositif « théâtre de la résilience ». Grâce à l'exploration qualitative concernant la nature des éléments modifiés à l'aide de l'activité, nous disposons des



paramètres à évaluer à l'aide d'outils validés scientifiquement. Nous sommes donc en mesure à l'issue de cette étude d'affirmer qu'il y a bien eu des répercussions positives sur les sujets ayant participé à l'activité.

Les observations faites au niveau du discours des sujets nous permettent de penser que cette activité a eu des répercussions positives au niveau du contrôle émotionnel et des capacités d'empathie, c'est pourquoi il serait approprié de l'utiliser dans le cadre de structures accueillant des adolescents pouvant présenter des comportements à risque.

Ce dispositif est transmissible aux structures en demande de ce type de prise en charge et dépassées par la violence de certains adolescents.

À l'issue des deux études qualitatives longitudinales et exploratoires menées en 2004 et cette année, nous sommes en mesure de penser que cet outil s'avère efficace et adapté à la prise en charge de cette population, et qu'il présente l'avantage de s'inscrire dans une démarche de long terme ne s'apparentant ni à un traitement psychothérapeutique classique, ni à de l'occupationnel.

Cette recherche aura permis d'affirmer que pour les sujets ayant participé aux deux études (Marie et Alexandre) l'atelier aura laissé des traces positives dans leur parcours.

Afin d'ouvrir de nouvelles perspectives dans le cadre de cette études, nous proposons d'effectuer une étude longitudinale, comparative et quantitative incluant un grand nombre de sujets répartis entre des groupes tests bénéficiant d'ateliers « théâtre de la résilience » pendant une période de deux ans et des groupes témoins, soit bénéficiant d'une activité sportive, soit n'ayant aucune activité extrascolaire. À l'issue d'une telle recherche nous pourrions évaluer très précisément les retombées positives en termes de prévention de conduites à risque, de prévention des comportements auto ou hétéro agressifs, de performances scolaires, etc. en comparant les groupes tests et les groupes témoins.

## Conclusion

Un proverbe chinois énonce : « Si tu vois un homme qui a faim, donne-lui un poisson : tu le nourriras pour un jour. Mais apprends-lui à pêcher et il se nourrira toute sa vie ».

Cette phrase résume assez bien ce que nous avons eu l'intention de faire en créant le « théâtre de la résilience ».

Au lieu de répondre au coup par coup et dans l'urgence aux besoins émotionnels et aux comportements d'adolescents en souffrance, nous avons choisi de leur donner en amont des moyens pour s'adapter aux exigences du monde extérieur.

En leur fournissant les armes non destructrices nécessaires à leur protection telles que l'humour, l'écriture, la création, le jeu, celui du comédien, nous leur proposons d'abandonner progressivement ces armes, plus immédiatement efficaces et jouissives, que sont la violence et le passage à l'acte.

Cette proposition, les adolescents présentés dans cette étude l'ont saisie et ils utilisent toujours, même après une longue période, les stratégies d'adaptation qu'ils ont mises au point à l'aide de l'atelier.

De l'état de victime passive, l'adolescent peut devenir acteur et metteur en scène de sa vie, d'abord dans le cadre de l'activité, puis à l'extérieur.

Ne se trouvant plus systématiquement impuissant à changer le cours des choses, il commence à ne plus subir et anticipe sur l'avenir en se projetant, ce qui lui permet d'éviter les situations génératrices de problèmes, de conflits et de violence.

## Bibliographie :

Anthony James, Chiland Colette (1992). *Le développement en péril*. PUF

Anthony James, Chiland Colette, Koupernic Alexandrele (1982). *L'enfant vulnérable*. PUF

Anzieu D (1994). *Le penser, du Moi-peau au Moi-pensant*. DUNOD

Anzieu D (1995). *Le Moi-peau*. DUNOD

Blanchet, A. (1999). *Dire et faire dire : l'entretien*, Paris : Armand Colin.

Boschi R. (2000). *La prévention des troubles psychiques chez l'enfant et l'adolescent. Quand faut-il intervenir ?* L'Harmattan

Bourguignon Odile (2000). *Facteurs psychologiques contribuant à la capacité d'affronter des traumatismes chez l'enfant*. Devenir

Bowlby John (1978- 1984). *Attachement et pertes*. PUF

Chabrol Henri, Stacey Callahan (2004). *Mécanismes de défense et coping*, Dunod.

Chekhov M. (1995). *L'imagination créatrice de l'acteur*. Édition Pygmalion

Cyrulnik B. (1989). *Sous le signe du lien*, Hachette

Cyrulnik B. (1993). *Les nourritures affectives*, Odile Jacob

Cyrulnik B. (1998). *Ces enfants qui tiennent le coup*. Hommes et perspectives.

Cyrulnik B. (1999) *Un merveilleux malheur*, Odile Jacob.

Cyrulnik B. (2001). *Les vilains petits canards*. Odile Jacob.

Cyrulnik B., Duval P. (2006) *Psychanalyse et Résilience*. Odile Jacob

Dolto F., Dolto-Totlitch C. (1989). *Paroles pour adolescents, le complexe du homard*. Poche

Dumaret A, Coppel-Batsch M (1996), *Evolution à l'âge adulte d'enfants placés en famille d'accueil*. Psychiatrie de l'enfant

Fauché C, (2004). *L'évaluation et la modification des mécanismes de défense : une activité théâtrale particulière comme outil supplémentaire dans la prise en charge de jeunes en rupture de liens familiaux*, Sous la direction du professeur Michèle Montreuil, Mémoire de DESS de l'Université Paris VIII, 59 p.

Fortin Laurie, Bigras Marc : *La résilience des enfants, facteurs de risque, de protection et modèles théoriques*. Pratiques psychologiques.

Frehner, Paul W (Aug 1996), *Drama therapy for adolescents: A case and program study*. Antioch U/New England Graduate School, US. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, Vol 57(2-B),.

Freud S. (1993).*Le moi et les mécanismes de défense*. PUF

Freud S : (1901-1973), *La psychopathologie de la vie quotidienne*. Payot

Freud S : (1905-1988), *Le mot d'esprit et sa relation avec l'inconscient*. Gallimard

Guasch Gérard (1998). *Quand le corps parle...introduction à l'analyse reichienne*. Vannes, Sully

Haynal A (1987). *Dépression et créativité, le sens du désespoir*. Cesura

Ionescu S. (2001). *Les mécanismes de défense*. Nathan

Lazarus R., Folkman S.(1984), *Stress, appraisal and coping*, New York, Springer

Lesage de la Haye J. (1996), *Une psychopolitique du corps, l'analyse reichienne*. Paris, Atelier de création libertaire.

Lesage de la Haye J. (1981), *La machine à fabriquer les délinquants*, ed. Lesage de la Haye

Mac Farlane, Linda Carol (Jul 2002) *Resilience therapy: A group intervention programme to promote the psychological wellness of adolescents at risk*, U South Africa, South Africa. Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences, Vol 63(1-A),.

Manciaux Michel, Tomkiewicz (2000). *La résilience aujourd'hui*. in Gabel Marceline, Jésus François et Manciaux Michel. Fleurus

Daniel Marcelli et Alain Braconnier (2006). *Adolescence et psychopathologie*. ed.Masson

MiollanC (1992) *Quand l'enfant abandonnique crée*. Le journal des psychologues

Pourtois Jean Pierre, Desmet Huguette (2000). *Relation familiale et résilience*. L'Harmattan.

Reich Wilhelm (1973), *Ecoute, petit homme*, Payot

Reich Wilhelm (1998), *Energie vitale et psychothérapie*, Retz

Reich Wilhelm (1971) *L'analyse caractérielle*, ed Payot

Tellier Anne (1998). *Expériences traumatiques et écritures*. Anthropos.

Sudres J.L (1998). *L'adolescent en art thérapie*. ed. Dunod

# ANNEXES

**Annexe 1 :**

**Fiche de**

**consentement éclairé,**

**exemplaire type**

## CONSENTEMENT DE PARTICIPATION

Melle Christelle Fauché, psychologue, m'a proposé de participer à une étude portant sur les effets durables d'une expérience de pratique théâtrale intitulée « Théâtre de la résilience ».

L'objectif de cette recherche est de déterminer ce qui a pu, dans cette activité, se révéler utile à court et à moyen terme, afin d'évaluer la pertinence de ce dispositif.

Je soussigné(e) .....

déclare accepter de participer à la recherche décrite ci-dessus dont j'ai bien reçu et compris les informations.

Il m'a été précisé que :

- ✓ Je suis libre d'accepter ou de refuser ainsi que d'arrêter à tout moment ma participation.
- ✓ Je pourrais à tout moment demander des informations et exercer mon droit d'accès, de modification ou d'opposition.
- ✓ Les données qui me concernent resteront strictement confidentielles et les résultats seront traités de manière anonyme
- ✓ La publication de la recherche ne comportera aucun résultat individuel identifiant.
- ✓ Ce formulaire a été établi en deux exemplaires dont une copie sera conservée par moi-même et l'autre par Melle Fauché.

Fait à.....

Le.....

Nom et signature du chercheur

Signature du participant

Je soussigné M..... responsable légal, autorise .....  
à participer à la recherche mentionnée ci-dessus.

Signature du responsable légal



**Annexe 2 : grille  
d'entretien N°1  
(adolescents)**

## Grille d'entretien

### Consigne :

Il n'y a pas de bonne ou de mauvaises réponses aux questions que je vais te poser, je m'intéresse seulement à ce que toi tu penses et ce que tu ressens. Si tu as des questions tu pourras toutes me les poser à la fin de l'entretien.

### Questions :

Tout d'abord est ce que tu peux me raconter ce qui s'est passé depuis ces deux dernières années. Quelles sont les différences que tu remarques entre les autres et toi ? Te sentais tu différent(e) aussi avant l'atelier et après ?

Si tu avais à raconter ce que tu as vécu lors de l'atelier, comment tu en parlerais ?

De quoi te souviens tu de l'atelier ?

De quoi tu te rappelles qui t'as marqué ?

Qu'est ce que tu ressentais pendant l'atelier ?

Et après en y repensant ?

Pourrais tu me dire ce qui t'as plu ?

Et ce qui t'as déplu ?

Qu'est ce que tu as trouvé difficile ?

Selon toi, comment penses tu que les autres participants l'ont vécu ?

Penses tu que cela t'as apporté des choses ?

Quoi par exemple

Et aux autres participants ?

T'est il arrivé d'utiliser certains exercices comme la bulle, l'étoile ou le caca, dans ta vie de tous les jours ?

Penses-tu que les autres l'ont fait aussi ?

Voudrais tu ajouter quelque chose ?

**Annexe 3 : grille  
d'entretien N°2  
(psychologue)**

## Grille d'entretien

### Consigne :

Dans le cadre de la recherche que je suis en train d'effectuer sur les ateliers auxquels vous avez eu l'occasion de participer en tant qu'observatrice à plusieurs reprises il y a déjà 18 mois j'aurai besoin de votre témoignage et que vous répondiez à quelques questions afin d'évaluer la pertinence du dispositif et puis les éventuelles retombées que cela a pu avoir sur les sujets. Comme dans tous les entretiens il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Je m'intéresse surtout à ce que vous avez ressenti, et ce que vous pensez de ce que vous avez pu observer lorsque vous êtes venue.

### Questions :

De quoi vous souvenez vous pour chaque période auxquelles vous êtes venue ?

Pensez-vous que l'atelier a eu des répercussions au niveau psychologique et comportementale chez les adolescents que vous avez pu observer à l'atelier ?

Qu'avez-vous pu observer lors de vos visites à l'atelier sur le déroulement des séances et sur les prises de parole ?

Avez-vous observé des modifications au cours des deux années pendant lesquelles vous avez assisté ponctuellement l'atelier ?

En termes cliniques que pensez-vous de cette pratique ?

Pensez-vous qu'à long terme les sujets ont pu utiliser ce qu'ils ont appris lors de l'atelier pour affronter certaines situations ?

Pensez-vous que les effets que vous avez observés porteront sur du long terme ? À quelle échéance à votre avis ?

Que pensez-vous de la part de la technique et de la part du transfert dans l'efficacité de cet atelier ?

Pensez-vous que le terme « théâtre de la résilience » soit approprié pour définir ce dispositif ?

Comment situeriez-vous cet atelier par rapport aux prises en charge traditionnelles ?

**Annexe 4 :**  
**Entretien avec**  
**Alexandre**

Psychologue : Si tu es prêt on peut commencer l'entretien. Je vais te poser quelques questions, tu peux y répondre en prenant tout le temps que tu veux, tu peux y répondre de manière totalement libre, tu peux répondre ce que tu veux, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse aux questions, la seule cosigne c'est qu'il faut dire la vérité. Tu peux ne pas tout dire bien sûr mais ce que tu dis, ça doit être vrai. Si tu as des questions tu peux me les poser à la fin de l'entretien, tu pourras poser toutes les questions que tu veux et si il y a des choses que tu veux dire hors enregistrement tu pourras le faire aussi à la fin et me préciser des choses.

Alexandre : mais comment dire, si par exemple tu me poses une question

Psychologue : oui, par exemple je te pose une question

Alexandre : enfin que j'ai oublié

Psychologue : eh bien ce n'est pas grave si tu ne te souviens pas de tout, tu me diras ce dont tu te souviens

Alexandre : d'accord

Psychologue : Pour commencer j'aimerais que tu me racontes ce qu'il s'est passé depuis les deux dernières années pour toi, enfin depuis que tu as arrêté l'atelier

Alexandre : depuis que j'ai arrêté les ateliers, depuis que j'ai fait ces exercices avec toi j'arrive mieux à me concentrer... Je ne sais pas c'était plus simple pour moi, alors qu'avant enfin c'est difficile à expliquer avant je faisais des bêtises comme tout le monde mais ce n'était pas les mêmes parce que maintenant je peux me mettre dans le rôle de celui qui fait des bêtises c'est justement plus facile d'en faire...

Psychologue : tu peux expliquer tout ça ? Tu veux dire que depuis deux ans tu dis que tu as fait plus de bêtises ?

Alexandre : non je n'ai pas fait plus de bêtises mais quand je faisais des bêtises c'était plus marrant, je trouvais ça plus drôle

Psychologue : d'accord, donc tu vivais tes bêtises alors qu'avant tu ne les vivais pas vraiment ?

Alexandre : non, je rigolais deux, trois minutes après mais, sinon... Alors que maintenant quand je repense aux bêtises que j'ai fait depuis 2, 3 ans j'en rigole encore avec mes amis

Psychologue : d'accord, et sinon au niveau général, au niveau de l'école, de ta vie etc. est-ce qu'il y a des choses qui ont changé depuis ces trois dernières années ?

Alexandre : oui et non, enfin ça dépend dans quel domaine... Comment ça... À la fondation... Ça a un peu changé... Je dis un peu ?

Psychologue : Si tu veux

Alexandre : que ce soit dans ma chambre ou des choses comme ça, enfin... J'ai plus de responsabilités

Psychologue : d'accord

Alexandre : par exemple si il y a un truc qui me gêne je le dis alors qu'avant je ne disais pas du tout maintenant si je pense un truc je le dirais alors qu'avant non

Psychologue : et ça c'est parce que on t'a donné la possibilité de le faire ou pas parce que tu as changé ton comportement et que maintenant tu oses dire ce que tu n'osais pas dire avant

Alexandre : c'est plutôt que j'ai changé mon comportement, tous les exercices m'ont un peu vidé de... mon un peu vidé de mes défauts

Psychologue : ah ?

Alexandre : parce que moi je trouve que c'est un défaut de ne pas dire.....

Psychologue : d'accord et est-ce que tu vois d'autres choses encore que tu aurais envie de dire par rapport à ça ?

Alexandre : spécialement, enfin je ne pense pas

Psychologue : d'accord. Est-ce que tu ... Enfin, quels sont les différences que tu remarques à l'heure actuelle entre toi et les autres par exemple de la fonda qui n'ont pas pu faire l'atelier ?

Alexandre : ce qu'il y a, c'est qu'en fait, ceux qui n'ont pas pu faire l'atelier, ils n'ont pas pu voir comment c'était quand on faisait du théâtre, donc ce qu'il se passe c'est que ils n'ont pas... Je dis ça la chance, parce que ils n'ont pas eu la chance de le faire car c'est vrai que ça soulage un peu

Psychologue : d'accord

Alexandre : c'est vrai que depuis que moi j'en ai fait je me sens plus soulagé

Psychologue : tu veux parler un petit peu de toi, de comment tu te sens ?

Alexandre : euh

Psychologue : par rapport à ça...

Alexandre : par rapport à... ?

Psychologue : Au fait de se sentir soulagé, qu'est-ce qui fait que tu te sens soulagé

Alexandre : dans ma manière de faire et dans ma manière de penser

Psychologue : d'accord

Alexandre : je me sens soulagé par ce que je pense mieux alors qu'avant je pensais que au mal ou des trucs comme ça... Par exemple si quelqu'un allait me dire non à quelque chose et bien j'allais directement... Enfin... Penser... Que ce n'est pas bien, il dit à chaque fois non, des choses comme ça.



Psychologue : et maintenant ?

Alexandre : maintenant, j'accepte plus qu'on me dise non pas ce que je comprends

Psychologue : d'accord et est-ce que tu te sentais différent entre avant l'atelier et après l'atelier. C'est-à-dire entre quand on s'est rencontré, quand tu as commencé à travailler avec moi à l'atelier et après quand ça s'est arrêté ?

Alexandre : oui un peu, parce que... Quand j'ai arrêté l'atelier... En fait c'était... J'étais un peu à court... J'en faisais un peu dans ma chambre

Psychologue : d'accord

Alexandre : je faisais un peu d'exercice que tu m'avais appris dans ma chambre

Psychologue : d'accord

Alexandre : et après, j'en ai fait de moins en moins et maintenant je n'ai plus besoin d'en faire pour me sentir bien

Psychologue : d'accord, mais tu les as utilisés tout seul ?

Alexandre : tout seul oui

Psychologue : quel exercice par exemple

Alexandre : l'exercice justement de crier sur le mur, enfin de projeter toute la haine et toute la colère que l'on a en nous, la projeter contre le mur

Psychologue : oui

Alexandre : il y a des étirements aussi qui ont fait... Qui m'ont fait du bien

Psychologue : oui... Étirements tu veux dire étirements physiques ou les échauffements émotionnels ?

Alexandre : physiques et émotionnels, un peu des deux

Psychologue : d'accord

Alexandre : parce qu'en fait je m'imaginai des situations dans lesquelles ça ne pourrait jamais arriver... Donc je me demandais... Enfin je ne sais pas si on l'a fait ensemble mais je me demandais comment j'allais réagir... Et justement pour essayer d'améliorer ça

Alexandre : d'accord, est-ce que tu peux préciser ce que tu veux dire, je n'ai pas tout bien compris

Alexandre : eh bien par exemple, des choses qui ne peuvent pas se passer... Enfin... Par exemple... Si par exemple... Enfin si ça peut se passer... Mais qui ne se sont pas encore passé... Par exemple je me fais écraser par une voiture

Psychologue : oui

Alexandre : je sors de l'hôpital

Psychologue : oui

Alexandre : et il y a celui qui m'a écrasé qui vient me parler

Psychologue : oui

Alexandre : je me demande comment je réagis... Enfin je me suis demandé comment j'allais réagir justement devant lui

Psychologue : d'accord

Alexandre : et en fait ça, ça m'a permis de mieux contrôler mes émotions

Psychologue : donc tu imaginais des situations quand tu étais seul

Alexandre : voilà !

Psychologue : pour modifier tes comportements en fait ?

Alexandre : voilà, après dans la vie

Psychologue : d'accord... Et... Si tu avais par exemple à parler, à raconter ce que tu as vécu quand tu étais dans l'atelier, comment est-ce que tu en parlerais maintenant ?

Alexandre : j'en parlerai... J'en parlerai... Un peu facilement

Psychologue : d'accord

Alexandre : Car... Car... Voilà, ça m'a plu

Psychologue : Oui

Alexandre : Donc, j'en parlerai facilement... Ça m'a plu... Et tranquille. Aussi je parlerai de tout ce que j'ai appris, et tout ce que ça m'a... Tout ce que ça m'a justement changé, tout ce que ça a changé en moi

Psychologue : d'accord et plus précisément est-ce que tu pourrais me dire ce dont tu te souviens exactement dans l'atelier par exemple

Alexandre : comme je l'ai dit... L'atelier avec le mur

Psychologue : oui

Alexandre : quand on se mettait dans la peau du personnage

Psychologue : d'accord, est-ce que tu peux décrire un petit peu

Alexandre : eh bien, c'est comme si on enfilait le personnage, comme si on se mettait dans lui

Psychologue : d'accord

Alexandre : donc on l'enfile comme une veste ou comme un pantalon, et après... Après si on se concentre bien, après on est ce personnage

Psychologue : d'accord

Alexandre : on oublie tous nos soucis, tout ce qu'il y a à côté et on est ce personnage

Psychologue : d'accord, ça tu t'en souviens bien, et est-ce qu'il y a d'autres moments qui t'ont marqué ?

Alexandre : oui quand on a commencé à préparer la pièce de théâtre malheureusement je n'ai pas pu la faire...

Psychologue : oui

Alexandre : quand on a commencé... Je me rappelle, on était dans une salle

Psychologue : oui

Alexandre : il y avait une table, où on était par groupe, et on devait... On devait choisir le personnage, son environnement, enfin son environnement... Et ses caractères

Psychologue : d'accord, et ça tu t'en souviens très bien, comment ça s'est passé ?

Alexandre : oui, comme si c'était hier

Psychologue : d'accord, donc qu'est-ce que tu peux décrire par exemple

Alexandre : qu'est-ce que je peux décrire, tout ce que j'ai vu ou tout ce que j'ai fait ?

Psychologue : les deux

Alexandre : donc, ce que j'ai vu c'est que j'étais avec ma soeur et une amie. Donc il y avait moi et... Et... Ce que l'on avait fait ce que l'on essayait de se mettre d'accord sur l'environnement, si c'était par exemple à l'école, ou sur une autre planète... On essayait de se mettre d'accord sur les caractères des personnages, leurs noms et l'histoire, histoire de ces personnages

Psychologue : et comment les idées, elles te venaient ?

Alexandre : ce n'était pas que mes idées c'était les idées du groupe... En fait, on travaillait par équipe comme je le disais et tout le monde participait, c'est pas comme si il n'y en avait qu'un seul qui participait et que tous les autres disaient oui ou non... Là tout le monde donnait ses idées.

Psychologue : d'accord. Donc si je comprends bien, ce qui t'a marqué le plus c'est ça c'est le personnage avec le groupe et puis l'exercice du rejet de tout ce qui est négatif sur le mur ?

Alexandre : oui

Psychologue : Y a-t-il autre chose qui t'as marqué si tu y réfléchis ?

Alexandre : ce qu'il y a c'est qu'en fait ceux-là m'ont marqué parce qu'ils m'ont le plus servi... Sinon je ne vois pas d'autres...

Psychologue : si tu ne vois rien d'autre on va passer à la question d'après

Alexandre : je ne vois pas d'autres...

Psychologue : alors est-ce que tu te souviens ce que tu ressentais pendant l'atelier, au niveau des émotions vraiment ?

Alexandre : eh bien en fait, un peu difficilement car ça remonte à longtemps

Psychologue : oui

Alexandre : mais sinon au début ça m'ennuyait un peu d'y aller

Psychologue : oui ?

Alexandre : j'étais d'accord pour y aller au début

Psychologue : oui ?

Alexandre : mais quand je devais y aller c'était comme si ça me gênait... Alors qu'après, eh bien j'y allais avec plaisir

Psychologue : et c'est quoi qui te gênait au début ?

Alexandre : eh bien le fait que je ne te connaissais pas

Psychologue : oui

Alexandre : et... Il y a plein de choses, c'est que... C'était... C'était une des premières activités que j'avais fait inter étage... parce que il y avait plusieurs étages

Psychologue : donc avec d'autres enfants de la même structure dans laquelle tu étais ?

Alexandre : voilà !

Psychologue : d'accord

Alexandre : ça m'a permis aussi de parler aux gens auxquels je parlais pas avant

Psychologue : et tu n'étais pas ami avec eux avant ?

Alexandre : avec eux... Dans un certain sens un peu, par ce que là-bas en fait on est tous un peu amis... Mais, je ne les connaissais pas vraiment

Psychologue : d'accord, et est-ce que ça t'a permis d'approfondir des relations avec eux ?

Alexandre : oui

Psychologue : oui ?

Alexandre : oui

Psychologue : et maintenant, quand tu y repenses en fait quelles sont les émotions qui te reviennent là tout de suite en repensant à ce que tu avais vécu ?

Alexandre : la joie

Psychologue : oui ?

Alexandre : c'est vrai que c'est très... Enfin... J'ai dit que j'ai eu la chance de faire cette activité... Parce que ça m'a servi à beaucoup de choses alors qu'avant je ne savais pas du tout que j'allais devenir comme ça

Psychologue : tu ne savais pas que tu allais devenir comment ?

Alexandre : enfin que mon comportement allait changer autant

Psychologue : d'accord. Et tu penses que c'est en faisant le théâtre ou il y avait d'autres choses en même temps qui se passaient dans ta vie qui te faisaient changer ?

Alexandre : je pense que le théâtre m'a beaucoup aidé mais il y avait d'autres choses aussi qui ont affiné ce que le théâtre avait commencé

Psychologue : Et est-ce que tu pourrais me dire ce qui t'a le plus plu. Pas forcément marqué mais plu. Le plus plu dans l'atelier ?

Alexandre : le plus plu, c'est qu'on travaillait tous par groupe enfin on était tous ensemble

Psychologue : oui

Alexandre : il n'y avait pas... En fait on avait tous à peu près le même niveau... C'est pas comme si tu mettais des gens à part et qu'après tu allais essayer d'améliorer... Oui en fait vu que tout le monde avait le même niveau on avançait un peu plus vite... Enfin après ça c'est ce que je ressentais, enfin ce n'est peut-être pas...

Psychologue : C'est la manière de travailler justement, de faire que tout le monde soit au même niveau

Alexandre : eh bien ça ça m'a plu

Psychologue : oui

Alexandre : question d'avoir un peu de solidarité

Psychologue : oui

Alexandre : et sinon... Ce qui m'a le plus plu... Les activités... Les activités que tu faisais parce que c'est des activités qu'on ne fait pas tous les jours... C'est pas des activités qu'on fait à l'école, c'est pas des activités qu'on fait au travail où quelque part ailleurs... C'est vraiment un cadre très spécial

Psychologue : d'accord. Et ce qui t'as le plus déplu... Ce qui t'a le plus déplu que tu n'as pas trop aimé

Alexandre : là en cherchant comme ça je ne vois pas du tout

Psychologue : tu ne vois pas du tout ?

Alexandre : non



Psychologue : alors si après cela te revient tu pourras revenir sur cette question, tu me le dis et on reviendra en arrière

Alexandre : d'accord

Psychologue : qu'est-ce que tu as trouvé difficile ?

Alexandre : le plus difficile pour moi c'est de se mettre justement dans la peau du personnage

Psychologue : pourquoi ?

Alexandre : et de rejeter justement ma haine

Psychologue : oui ?

Alexandre : parce qu'avant j'étais très renfermé

Psychologue : oui ?

Alexandre : je disais... Enfin je parlais beaucoup mais je ne disais jamais ce que je pensais alors que... Se mettre dans la peau du personnage alors qu'on est très renfermé, que on est très fier de soi, c'est difficile. Donc à force... À force d'essayer de le faire, ça m'a aidé et ça m'a... enfin maintenant je suis plus ouvert.

Psychologue : d'accord. Donc tu arrives à te mettre à la place...

Alexandre : de quelqu'un d'autre

Psychologue : d'accord

Alexandre : c'est pour ça justement que quand je veux faire des blagues ou des trucs comme ça, je sais si ça va pas trop blesser quelqu'un parce que j'essaie de me mettre justement dans la peau de l'autre

Psychologue : d'accord. Donc ça tu as trouvé ça difficile au début et maintenant...

Alexandre : je ne dirais pas que maintenant c'est très facile mais je le fais plus... Plus facilement qu'avant

Psychologue : d'accord. Et selon toi comment les autres ont vécu l'atelier

Alexandre : je pense un peu comme moi on était tous un peu solidaire, donc je pense on a tous eu les mêmes émotions

Psychologue : oui. Et tu penses que comme toi ils ont fait des exercices à l'extérieur etc. ?

Alexandre : peut-être pas à l'extérieur, enfin ça je ne sais pas du tout parce qu'en fait j'en ai pas reparlé après.

Psychologue : Vous ne parliez pas de l'atelier à l'extérieur, vous n'en parliez que quand vous étiez à l'atelier ?

Alexandre : voilà !

Psychologue : d'accord

Alexandre : mais on en parlait quand... Enfin moi j'en parlais avec mon groupe hors de l'activité,... Avant que j'ai quitté l'atelier

Psychologue : d'accord. Par rapport aux personnages de la pièce c'est ça ?

Alexandre : oui

Psychologue : est-ce ce que en y réfléchissant et en regardant de manière globale ... Avec le plus de recul que tu peux avoir puisque ça fait quand même plusieurs mois que ça s'est arrêté, est-ce que tu penses que... Enfin est-ce que tu penses que cela t'a apporté des choses ?

Alexandre : oui... Oui ça m'a apporté des choses... Beaucoup de choses. Déjà, ça m'a apporté des amis

Psychologue : oui

Alexandre : que justement... Donc ... Comme on est plus ouvert, on s'ouvre plus quand on fait du théâtre... Et vu que justement on est plus ouvert on peut plus aller vers les gens, et ne pas avoir peur de leurs réactions... Donc ça c'est... Je pense que ça c'est très important. On peut faire plus de choses justement parce que... Justement on n'a pas peur des réactions, mais en même temps on peut en faire moins par ce que... Comme j'ai dit... On essaie de pas trop de blesser les gens donc... On essaie de se mettre dans leur peau alors que par exemple... Avant je faisais des choses que maintenant je ne ferai pas, parce que ça pourrait blesser des gens

Psychologue : comme quoi, enfin si tu peux le dire mais tu n'es pas obligé

Alexandre : comme quoi... Je sais qu'une fois en fait... Comment, je sais... Faut pas le faire, mais je sais que une fois j'ai traité ... Quelqu'un qui était assez gros... Je l'ai traité justement de gros et alors que maintenant je ne le ferai pas parce que... Si par exemple moi j'étais gros... J'ai la chance de ne pas l'être, mais si j'étais gros et bien, et qu'on me disait ça, ça me déplairait

Psychologue : d'accord. Donc ce que cela t'a apporté c'est ça, et est-ce que tu vois d'autres choses que ça t'a apporté ?

Alexandre : maintenant tout de suite, non

Psychologue : est-ce que tu penses que ça t'a quelque part fragilisé sur quelque chose. Que ça t'a fait du mal ou que ça t'a enlevé quelque chose, l'atelier ?

Alexandre : ça m'a enlevé quelque chose mais de bien

Psychologue : c'est-à-dire ?

Alexandre : je ne sais pas du tout comment l'expliquer, mais ça m'a retiré un peu de mal

Psychologue : d'accord, donc ça t'a enlevé quelque chose pour faire du bien

Alexandre : voilà !

Psychologue : ça ne t'a pas retiré quelque chose, qui te protégeait, qui te faisait du bien

Alexandre : non

Psychologue : d'accord. Et aux autres participants qu'est-ce que tu penses que ça a apporté

Alexandre : qu'est-ce que ça pourrait leur apporter ?

Psychologue : enfin si tu as pu le voir, en parler avec eux

Alexandre : eh bien non je n'ai pas du tout... Je n'ai pas du tout parlé avec eux

Psychologue : de ça, d'accord. Donc je te l'ai demandé tout à l'heure mais je vais te redemander pour certains exercices en particulier si il t'était arrivé de les utiliser dans ta vie de tous les jours. Par exemple, est-ce que tu as déjà utilisé l'exercice de la bulle, dans ta vie de tous les jours ? Est-ce que tu peux décrire la bulle éventuellement si tu te souviens ?

Alexandre :... La bulle... C'est quand on imagine un endroit et qu'on essaie justement d'oublier tous nos soucis.

Psychologue : effectivement ça c'est l'étoile mais... Voilà on va continuer sur l'étoile

Alexandre : donc... Voilà... Il y avait ça... Ça je ne l'utilise pas dans ma vie de tous les jours. Je pense que... Enfin... Des fois, je pense que je l'utiliserai. Je sais qu'en ce moment je n'ai pas trop le temps. Ce n'est pas que je n'ai pas trop le temps mais ... Je n'ai pas besoin de les utiliser. Parce qu'en ce moment je suis bien. Mais je sais que si j'avais besoin de l'utiliser je le ferai

Psychologue : alors la bulle je ne sais pas si tu te souviens mais c'était un exercice où on se mettait dans une bulle pour préserver les distances avec l'extérieur, où les bulles rebondissaient les unes sur les autres

Alexandre : ah oui

Psychologue : tu te souviens ?

Alexandre : oui

Psychologue : et est-ce que tu utilises cet exercice dans ta vie parfois ?

Alexandre : quelquefois oui

Psychologue : dans quelles circonstances par exemple ?

Alexandre : mais pas moralement. Physiquement... Quand y a quelqu'un qui me colle trop, je lui dis : « ne rentre pas dans ma bulle ». Ou je le pousse et je lui dis eh bien regarde, ça fait l'écart de mes bras tu n'as pas le droit de rentrer

Psychologue : et l'exercice du caca, où tu projettes sur le mur en criant, tu l'as essayé celui-là en dehors ?

Alexandre : oui je l'ai déjà essayé, mais sans crier

Psychologue : en imaginant que tu criais ?

Alexandre : non, pas en imaginant mais... En fait, pour moi, pour rejeter la haine ou les choses mauvaises que l'on a en nous... Pour moi c'est... Enfin je n'ai pas besoin de crier. J'ai juste à me concentrer et après je les oublie

Psychologue : d'accord. Et la technique du point pour la concentration tu l'as utilisée ?

Alexandre : la technique du point ?

Psychologue : quand tu regardais le point, tu sais qui se transformais en...

Alexandre : ouais ça pour la concentration oui et en fait je l'utilise des fois aussi, enfin ça me fait un peu rigoler, c'est par exemple si il y a quelqu'un devant moi justement j'imagine le point juste au-dessus de sa tête et après, il m'a regardé, et après je vais rigoler parce que c'est marrant...

Psychologue : Je vais te demander rapidement si tu peux faire un récit chronologique de l'atelier tel que tu t'en souviens si tu peux le faire ce dont tu te souviens les mettre dans l'ordre et me le raconter.

Alexandre : je ne sais pas si c'est exactement ça

Psychologue : ce n'est pas grave l'essentiel c'est ce dont tu te souviens, ce que tu ressens, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse.

Alexandre : d'accord. Donc... Moi, je me rappelle je suis rentré déjà... On essayait... On essayait de... D'imaginer justement le point. Après on a fait l'exercice de la bulle. Après on a fait l'étoile. Après on a fait l'exercice du caca où on le rejetait contre le mur

Psychologue : dans la même séance ?

Alexandre : non pas dans la même séance. Moi je parle en globalité de tout... Dans tout...

Psychologue : dans toute l'année ?

Alexandre : voilà... Et voilà

Psychologue : et après c'est tout ce dont tu te souviens ?

Alexandre : bah après il y a ce que tu m'as fait rappeler... Ouais en fait... Ça c'est en fait... Comment dire... L'exercice du caca c'est... c'est plutôt vers la fin qu'on l'a fait... Je pense que c'est entre... Entre l'exercice du point et l'exercice de l'étoile

Psychologue : très bien. Est-ce que tu voudrais rajouter quelque chose...

Alexandre : ...

Psychologue : Alors, c'est bon tu as pu dire tout ce que tu avais à dire ? Il y a peut-être des questions que je ne t'ai pas posées et sur lesquels tu voulais parler

Alexandre : euh non...

Psychologue : non ? eh bien je te remercie

Alexandre : de rien

**Annexe 5 :**  
**Entretien avec Marie**



Psychologue : voilà alors je vais te poser quelques questions, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse je m'intéresse seulement à ce que toi tu ressens et à ce que tu pourras dire de ce que tu as vécu à l'atelier. Je vais te demander de te rapprocher pour parler plus près du magnétophone pour que l'on nous entende bien et si tu as des questions tu pourras me les poser à la fin de l'entretien sans aucun problème voilà.

L'essentiel ce n'est pas de dire tout, l'essentiel c'est que ce que tu dises, ce soit la vérité, c'est la seule règle un peu comme au théâtre donc je vais d'abord te demander si tu peux me raconter ce qui s'est passé depuis ces deux dernières années en gros pour toi.

Marie : ce qu'il s'est passé c'est-à-dire ce que j'ai fait et bien déjà j'ai été en seconde donc ça va niveau scolaire j'ai un peu mieux réussi

Psychologue : c'est-à-dire ?

Marie : c'est-à-dire mes deux premiers trimestres j'ai douze de moyenne je ne suis pas fière j'aurais pu faire mieux et ce qu'il s'est passé d'autres rien de spécial j'ai eu une petite vie tranquille j'ai plus d'autorisation de sortie et tout parce qu'on m'a fait plus confiance

Psychologue : d'accord donc je vais te demander aussi depuis deux ans tu te compares aussi avec les autres est-ce que tu vois des différences notoires entre toi et les autres adolescents de ton âge ?

Marie : oui par exemple là je suis dans un lycée où il y a des gens j'aime pas vraiment leur façon de penser et tout ça j'en viens à les mépriser et je déteste ça c'est par rapport à ça ?

Psychologue : ça peut être par rapport à tous ce que tu peux trouver de différents chez-toi par rapport aux autres au niveau intellectuel au niveau de ta manière de voir le monde et puis des différences aussi avec les autres enfants ou adolescents qui sont à la fonda avec toi

Marie : par rapport aux autres enfants je ne me compare pas vraiment parce que je suis la plus grande donc je ne cherche pas vraiment... bien sûr au niveau familial niveau situation de famille il y a toujours des comparaisons mais ils vont jamais juger jamais dire moi c'est pire moi c'est mieux et voilà la façon de penser j'ai l'impression plus quand je suis toute seule je fais en sorte de moins m'occuper des autres et de plus m'occuper de moi

Psychologue : d'être autonome ?

Marie : j'essaie

Psychologue : c'est depuis quand ça

Marie : bah en fait j'ai toujours été un peu autonome mais là depuis que je suis entré au lycée ça m'a pas bouleversé mais ça m'a ça a vraiment changé des choses donc

Psychologue : l'entrée en seconde qui s'est fait en début d'année là ?

Marie : oui

Psychologue : d'accord

Marie : j'ai pas l'impression d'être plus mature forcément que les autres personnes mais vu que les gens ont quasiment tous une vie un peu tranquille sans... enfin je ne dis pas qu'ils ont pas de vécu mais ils n'ont pas eu plus de problèmes que ça donc j'ai l'impression d'être un peu plus mature oui

Psychologue : même par rapport à ceux qui sont à la fonda ?

Marie : par rapport à ceux qui sont dans la fonda forcément puisque je suis la plus grande je sais je me répète enfin j'ai pas l'impression d'être la plus mature par rapport à eux mais je... Maintenant je sais que à cause de l'internat je connais pas vraiment les gens... Ça sert un peu de... Il y a beaucoup de personnes qui sont parties donc...

Psychologue : et par rapport aux personnes qui sont parties est-ce que tu pensais être plutôt comme eux plutôt différente ? Comme par exemple quand on faisait l'atelier la dernière année ? avec Cédric...

Marie : non je ne me posais pas ces questions là en fait c'est quand on était à l'atelier, c'était vraiment le théâtre enfin moi j'oubliais tout j'essayais d'oublier un maximum les problèmes

pour pouvoir être dans mon personnage donc je les voyais comme des gens avec qui j'aurais pu être au collège n'importe qui pas forcément avec qui j'aurais pu être en institution

Psychologue : d'accord donc je voulais savoir aussi est-ce que tu t'es senti différente avant de rentrer dans l'atelier au cours des deux ans et après quand tu es sorti de l'atelier est-ce que tu sent qu'il y a eu une transformation qui n'était pas juste de tout ce qu'il y avait autour mais uniquement avec ça ?

Marie : oui il y a eu une différence c'est que avant je ne disais rien enfin je ne disais rien je ne disais pas ce que je ressentais cela permit de me... Je ne sais pas si c'est grâce à ça que j'ai pris conscience qu'il fallait que je parle plus mais en tout cas ça m'a permis de me dire qu'il fallait peut-être que... que je dise un peu plus ce qui allait mal chez moi

Psychologue : d'accord. Et si tu avais à raconter ce que tu as vécu lors de l'atelier comment est-ce que tu en parlerais maintenant avec le recul des deux ans ?

Marie : alors déjà j'étais avec des amis donc forcément c'était bien

Psychologue : ils étaient amis avec toi avant ?

Marie : oui. Donc forcément déjà ça aidait. Pas de complexe... c'est pas ça... c'est pas le mot il y avait moins de gêne. Que dire d'autre ?

Psychologue : est-ce que ça a favorisé vos relations amicales ?

Marie : bah je me suis disputé avec Moussine et donc ça nous a beaucoup aidé parce que sans ce que l'on avait fait au théâtre on ne se serait jamais reparlé

Psychologue : d'accord. Et sinon à part ça de quoi est ce que tu te souviens de l'atelier ? Des moments peut-être comme ceux-là qui sont un peu plus saillant un peu plus précis et quand tu fermes les yeux et que tu imagines, de quoi tu te rappelles par exemple

Marie : je me souviens surtout de l'échauffement en fait où tu nous racontait en quelque sorte des histoires, on devait s'adapter faire un géant, tout à coup un bébé, l'autruche, je me

souviens surtout de ça en fait vraiment les moments où on n'avait pas de personnages fixes donc on pouvait vraiment se libérer en quelque sorte et je me souviens aussi de l'atelier caca bien sûr

Psychologue : l'atelier caca, est-ce que tu peux en dire plus ?

Marie : alors c'est un atelier où si je me souviens on concentrait en quelque sorte on pensait très fort à des choses qui nous énervaient qui nous avaient énervé pendant toute la semaine et après on devait jeter en quelque sorte, on devait jeter toute cette boule de tristesse de haine qui s'était formée en nous et à laquelle on avait pensé pendant cinq minutes. Ca remettait bien en forme.

Psychologue : d'accord ça c'est l'exercice en fait plus que l'atelier ?

Marie : oui

Psychologue : d'accord. Et ce qui t'a marqué à part ça c'est... c'est peut-être autre chose est-ce qu'il y a eu des séances particulières qui t'ont marquée ou le spectacle ?

Marie : à vrai dire pas vraiment je n'ai pas beaucoup de souvenirs en gros enfin si j'ai des souvenirs en gros en fait enfin j'ai des toutes petites visions sur les séances comme des séances de maquillage au tout début la première année où tu nous avais appris à changer de visage mais j'ai pas beaucoup plus de souvenirs

Psychologue : d'accord les émotions peut-être en général que tu ressentais pendant l'atelier est-ce que tu t'en souviens ?

Marie : alors les émotions... Je me souviens surtout des émotions que j'avais enfin par rapport à la semaine c'était selon mes humeurs en fait, par exemple, si j'étais un peu fâché je faisais un ogre pas très joyeux, je faisais pas des émotions... J'étais pas souvent joyeuse je crois

Psychologue : tu adaptais tes émotions à l'atelier en fait c'est-à-dire les émotions que tu avais eu la semaine tu transformais ça pour les utiliser dans l'atelier ?

Marie : je pense que c'est ça que j'ai essayé de faire je ne sais pas si j'y arrivais mais c'est ça que j'essayais de faire

Psychologue : et maintenant quand tu y repenses quelles émotions ça te donne ?

Marie : alors maintenant quand j'y repense je me dis que j'ai vraiment passé des bons moments que je me suis super bien amusé et que c'était un peu... c'était vraiment bien de pouvoir changer comme ça, pas rester dans un, dans une idée fixe, pouvoir changer s'adapter et tout moi j'ai... D'habitude j'arrive bien à m'exprimer

Psychologue : continue il n'y a pas de mauvaises réponses tu peux dire ce que tu veux

Marie : voilà c'est vraiment... En tout cas ce que je retiens ce que je me suis vraiment beaucoup amusé

Psychologue : d'accord. Est-ce que tu pourrais me dire ce qui t'a vraiment le plus plu ?

Marie : c'étaient les échauffements vraiment vraiment ce qui m'a le plus amusé

Psychologue : l'échauffement émotionnel c'est ça ?

Marie : oui c'était pas l'écriture, l'écriture de la pièce et tout ça enfin ce n'est pas que ça m'a pas plus c'était moins personnel en fait on va dire. Je pense que ça a été vraiment un travail personnel, bon l'écriture du texte ça été plus collectif donc enfin j'étais pas fermée mais

Psychologue : ça t'apportait plus au niveau personnel de faire l'échauffement ?

Marie : oui

Psychologue : d'accord est-ce qu'il y a des choses que tu avais trouvé particulièrement difficile à faire, à vivre, ressentir des exercices ou des choses dans l'atelier ?

Marie : difficile ? pas vraiment enfin si c'est par rapport au monde extérieur enfin au monde extérieur aux autres gens qui m'entouraient non parce que les gens je les connaissais, donc il

n'y avait pas de gêne, c'était un peu difficile par contre quand ils y avait des gens qui passaient, et tout, ça déconcentrait.

Psychologue : la concentration c'est ça le plus difficile se concentrer ?

Marie : oui

Psychologue : et tu penses que tu as progressé sur la concentration grâce à ça ?

Marie : dans ma vie où en cours ?

Psychologue : en général ta concentration tes capacités de concentration ?

Marie : en fait je suis d'un naturel bavard donc j'ai beaucoup de mal à me concentrer je ne pense pas que ça m'es vraiment... Par contre ça m'a permis de juger mieux, de pouvoir imaginer des choses par exemple le point, ça, ça permettait vraiment de se concentrer dessus et de visualiser, quand le point se transformait en fraise ou en étoile ça c'était vraiment ...  
Ce n'est pas au niveau de la concentration c'est plutôt au niveau de l'imagination

Psychologue : d'accord et les capacités d'attention en fait ?

Marie : oui

Psychologue : tu étais plus attentive ?

Marie : oui et plus concentré aussi dès qu'il y avait un bruit ou n'importe quoi

Psychologue : d'accord donc ça c'était difficile ?

Marie : oui

Psychologue : et d'après toi si tu te mets à la place des autres adolescents qui étaient avec toi comment est-ce que tu penses qu'ils ont ressenti l'atelier ?

Marie : alors j'en parlais pas vraiment en dehors enfin quand on en parlait c'était surtout pour parler de nos personnages à la fin de la pièce et sinon je ne sais pas vraiment, mon frère, mon frère je ne sais pas, je ne sais pas vraiment ce qu'il a ressenti je ne sais pas

Psychologue : d'accord est-ce que tu penses que l'atelier, la manière dont il était fait, et le fait que ça a duré pendant deux ans ça t'a apporté quelque chose ?

Marie : je pense mais je pense que ça aurait pu plus m'apportr s'il avait duré plus longtemps

Psychologue : d'accord et...

Marie : parce que... Ce n'est pas que c'était à court terme, enfin deux ans c'est quand même quelque chose mais je pense qu'on est vraiment dans la progression en fait c'est plus on en fait et plus on progresse...comme dans quasiment tout mais je pense que ça se ressentait plus par exemple au début je devais être beaucoup plus réservée qu'à la fin, enfin je pense, je suis pas sûre mais...

Psychologue : tu penses que ça t'a apporté des choses comme par exemple d'être moins inhibée, moins réservée

Marie : oui mais que dans ce contexte-là par contre

Psychologue : d'accord pas à l'extérieur

Marie : non. Enfin... Je pense... Mon lycée ça a été vraiment un grand changement, ça m'a vraiment chamboulée

Psychologue : oui ?

Marie : donc je pense que mon lycée a beaucoup joué aussi sinon, je serais restée dans mon collège ou quelque chose comme ça je pense que ça m'aurait permis d'être un peu plus ouverte mais là...

Psychologue : d'accord. Mais ce que tu peux me donner des exemples de choses que ça t'a apporté

Marie : hum

Psychologue : si tu peux, il n'y a pas d'obligation à trouver

Marie : oui mais j'ai envie de réfléchir un peu

Psychologue : c'est vraiment ce que toi tu ressens

Marie : je pense que c'est un tout en fait c'est pas des choses... Par exemple je pourrais pas dire comme ça quoi quoi enfin je serai pas dire... Ça m'a vraiment apporté un tout... un tout de quoi ça je saurais pas dire non plus... C'est pas comme si ça avait été bénin on va dire... Ça m'a appris quelque chose quand même, sur quoi, je peux pas dire non plus

Psychologue : enfin en tout cas s'il y a des idées qui te reviennent après pendant que l'on discutera tu peux revenir dessus à tout moment il n'y a pas de problème on en rediscutera. Je voulais te demander aussi si il t'est arrivé d'utiliser certains exercices comme l'exercice de la bulle, comme l'étoile ou l'exercice du caca que tu as évoqué tout à l'heure dans ta vie de tous les jours en fait ?

Marie : non, non j'y ai pensé, par exemple je sais que ça peut être très pratique pour un exposé à faire, rentrer dans un personnage, ça doit être très pratique mais j'ai jamais osé essayer

Psychologue : d'accord

Marie : je ne sais pas pourquoi

Psychologue : et au niveau émotionnel l'étoile par exemple est-ce que tu l'as déjà utilisé dans d'autres circonstances ?

Marie : non je ne sais pas ça m'a parlé mais dans ma tête j'ai un peu l'impression de m'être un peu idéalisé un monde



Psychologue : oui ?

Marie : que je redécouvre en fait petit à petit

Psychologue : c'est-à-dire ?

Marie : c'est-à-dire que par exemple les gens au début de l'année dans mon lycée ils étaient vraiment... Je me disais tout le monde il est beau, tout le monde il est gentil mais au fur et à mesure en fait je me rends compte que ce n'est pas comme ça, je ne sais pas si c'est par rapport à l'étoile ça m'étonnerait

Psychologue : l'étoile c'est le monde imaginaire où on pouvait se projeter et ensuite on pouvait aller dans ce monde imaginaire et en revenir

Marie : oui et on inventait des choses qu'on aimerait bien faire et tout

Psychologue : voilà. Donc tu as imaginé le lycée un peu comme l'étoile c'est ça ?

Marie : oui, enfin j'avais une belle image du lycée qui m'a beaucoup déçu, je ne sais pas si c'est par rapport à ça mais...

Psychologue : d'accord

Marie : voilà

Psychologue : et est-ce que tu crois que les autres ont pu à un moment ou à un autre utiliser des exercices comme ça pour se dépatouiller de la réalité par exemple quand elle ne leur plaisait pas ?

Marie : alors je pense que si ils ont fait ça, ils l'ont fait dans leur tête, ils n'ont pas joué comme nous, comme on faisait, comme on faisait vraiment on mimait par exemple si on était sur un cheval vraiment, on mimait et tout, je pense que si ils ont fait ça ils ont fait ça dans leur tête ça m'étonnerait qu'ils aient tout montré, mais ce n'est qu'une supposition

Psychologue : d'accord donc avec du recul comment est-ce que tu parlerais de l'activité que tu as fait pendant deux ans. Tu imagines quelque chose de chronologique où tu vas prendre depuis la première séance par exemple jusqu'à la fin. Ce n'est pas grave si tu en oublies puisque tu ne peux pas tout retenir pendant deux ans mais un petit peu comme une histoire que tu me raconterais là en quelques minutes à partir du début jusqu'à la fin. Tant pis si ce n'est pas forcément dans l'ordre chronologique, tu peux revenir en arrière etc. mais juste pour faire un petit peu rassembler un petit peu toutes ces idées-là

Marie : alors déjà si je me souviens bien au début le premier exercice je pense que c'était la bulle, exercice où chacun était dans sa bulle ou on devait toucher personne et tout... Je raconte un peu tous les ateliers qu'on a fait ?

Psychologue : oui, tu peux raconter ce que tu as fait, ce que tu as ressenti à chaque atelier, ta manière de voir l'atelier, si tu devais raconter à quelqu'un ce que tu as vécu, et tu peux décrire les ateliers comme si je ne les connaissais pas. De toute façon il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse même si tu te trompes ce n'est pas grave. C'est comment toi tu l'as vécu comment tu l'a ressenti.

Marie : et comment je m'en rappelle

Psychologue : voilà

Marie : alors je me souviens qu'au début... enfin en tout cas l'exercice de la bulle du début m'a vraiment marqué

Psychologue : oui ?

Marie : je ne sais pas pourquoi.

Psychologue : est-ce que tu peux expliquer à quoi servait la bulle et qu'est-ce que c'était que cet exercice ?

Marie : si je me souviens bien, la bulle c'était un exercice où on devait imaginer une espèce de sphère autour de nous, où on ne devait toucher personne, où on devait se promener sans qu'il n'y ait de contact physique avec les autres, on était concentré, on était dans d'autres trucs. Alors au début c'était une toute petite bulle qui grandissait enfin je pense une petite bulle qui grandissait et notre espace s'agrandissait aussi. Sinon je sais pas... L'exercice du caca qui revient, mais ça j'ai déjà expliqué tout à l'heure enfin je fais quand même. Alors c'est un exercice où on dit... Toutes nos émotions de la semaine en fait, la mauvaise émotion de la semaine on va essayer d'en faire une sorte de boule dans notre ventre qu'on doit après jeter et qui nous permet de repenser à tout ce qui n'était pas bien aux personnes que l'on n'a pas trop appréciées pendant la semaine et en quelque sorte leur jeter du caca dessus... Enfin leur jeter tout ce qu'on pensait et tout tout ce qui était mauvais sur eux et quand on sortait de... Quand on terminait de faire cet exercice, quand on sortait de l'atelier ça faisait vraiment comme une libération. Après il y avait l'échauffement, l'exercice où on pouvait se transformer en ce qu'on voulait. Il y avait l'exercice de la concentration où on devait visualiser un point au début pour ensuite pouvoir entrer dans notre personnage. On mettait soit comme de la crème soit comme un habit. Donc voilà je ne me souviens pas beaucoup d'autres choses, il y a surtout ces trucs-là qui m'ont marqué en fait. Après il y a eu l'atelier théâtre les répétitions c'était un peu dur. Enfin c'est pas dur mais c'est vrai que pour apprendre le texte c'était pas très au point donc voilà c'est tout ce dont je me souviens.

Psychologue : d'accord et bien est-ce que tu voudrais rajouter quelque chose sur autre chose. Quelque chose que je ne t'aurais pas demandé mais dont tu as envie de parler ou revenir sur un point.

Marie : je n'ai pas beaucoup plus d'idées

Psychologue : d'accord et bien je te remercie et on a terminé l'entretien.

**Annexe 6 :**

**Entretien**

**Avec la psychologue,**

**Mme S.**

Psychologue : dans le cadre de la recherche que je suis en train d'effectuer sur les ateliers auxquels vous avez eu l'occasion de participer en tant qu'observatrice à plusieurs reprises il y a déjà 18 mois de cela, j'aurai besoin de votre témoignage et que vous répondiez à quelques questions afin d'évaluer la pertinence du dispositif et puis les éventuelles retombées que cela a pu avoir sur les sujets.

Comme dans tous les entretiens il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Je m'intéresse surtout à ce que vous avez ressenti, et ce que vous pensez de ce que vous avez pu observer lorsque vous êtes venue à t0, à t + 6 mois, t + 1 an, t + 1 an et demi et t + 2ans après le début des ateliers. Donc, dans un premier temps je vais vous demander de quoi vous vous souvenez à chaque période à laquelle vous êtes venue si vous pouviez donner quelques idées là-dessus ?

Mme S, Psychologue : par rapport au déroulement ou par rapport à quoi précisément, à un enfant en particulier ?

Psychologue : Ce dont vous vous souvenez lorsque vous êtes venue la première fois au premier atelier, ce qui vous a marqué ce dont vous vous souvenez à l'heure actuelle

Mme S, Psychologue : le premier atelier... Le premier atelier, je me souviens du déroulement en fait des exercices de départ par rapport aux émotions... Des enfants... Exprimer une émotion... En se déplaçant... Enfin exprimer une émotion sous forme de régression, passer du stade bébé, enfant à adolescent. Et après le jeu en lui-même, les personnages, comment les enfants... Comment les enfants habitaient leurs personnages si on peut dire cela comme ça et... Leur façon de s'approprier la personnalité du personnage, les expressions... Après je ne sais pas ce que vous voulez savoir précisément, c'est peut-être un peu général

Psychologue : non mais c'est bien c'est pour contextualiser le déroulement et puis un petit peu évaluer avec vous deux ans après quand même ce dont vous vous souvenez de ce que vous aviez vu la première fois quand vous êtes venue dans l'atelier. Donc par rapport à cela est-ce que vous avez l'impression aux différentes étapes auxquelles vous avez suivi l'atelier, d'avoir vu des modifications en ce qui concerne les enfants... Et si oui lesquelles

Mme S, Psychologue : des modifications oui, par rapport à certains enfants qui me semblaient peut-être au départ un peu plus hésitants, un peu inhibés par les exercices, je les sentais plus à

l'aise, à gérer les émotions qu'ils devaient manifester dans le premier exercice de l'atelier et avec une certaine souplesse ils arrivaient à gérer le changement d'émotion, passer d'une émotion positive à une émotion négative sans pour autant se retrouver pris complètement dans l'émotion sans arriver à passer à autre chose et aussi au niveau du jeu ce que j'ai vu au bout de six mois... On sentait que les personnages n'étaient pas plaqués en fait. On sentait vraiment que les enfants s'appropriaient le personnage, arrivaient à penser dans le personnage sans pour autant être dans un plaquage comme s'ils étaient en train de lire un texte, ou de l'apprendre par coeur, le réciter par coeur. Et puis aussi pas mal d'idées enfin j'ai trouvé qu'ils avaient de bonnes idées, enfin... Qu'ils étaient vraiment pris dans le jeu et l'envie de développer pas mal de choses par rapport aux situations par rapport au dialogue, plus participatifs.

Psychologue : d'accord. Est-ce que vous pensez que l'atelier aurait pu avoir des répercussions au niveau psychologique et comportemental chez les adolescents que vous aviez pu observer à cette occasion ?

Mme S, Psychologue : en termes psychologiques, je pense que par rapport à une certaine confiance en soi, une estime de soi, arriver à valoriser ses actes de façon positive, arriver à s'investir dans une activité volontairement, sans se sentir obligé. Et au niveau du comportement, je trouvais qu'ils arrivaient à gérer plus facilement leurs débordements.

Psychologue : c'est-à-dire ?

Mme S, Psychologue : c'est-à-dire... Au lieu peut-être d'avoir une attention un peu flottante... Des fois en décrochant facilement, ou parler, les bavardages, de... De bouger différemment dans l'atelier par rapport à ce qui était demandé, Ils arrivaient plus à intégrer le cadre, d'une certaine manière. Et à se remobiliser quand ils sentaient qu'ils risquaient de décrocher un peu.

Psychologue : en fait, est-ce que vous avez également observé des modifications au cours des deux années pendant lesquelles vous avez assisté ponctuellement à l'atelier ? Des modifications visibles, quelque chose qui vous aurait vraiment marqué, d'une transformation quelconque.

Mme S, Psychologue : je pense la première peut-être transformation que j'ai pu voir c'est physiquement. Dans la stature, dans la façon d'être, dans la façon de bouger, quelque chose de

moins, peut-être, pour certains de moins rigide, quelque chose de plus souple, et pour les autres quelque chose de moins hésitant dans le corps avec... Vraiment... Un corps vraiment comment dire ça... Une conscience vraiment du mouvement... Des positionnements... Et après ce que je pourrais dire de visible, les expressions peut-être du visage aussi. Des expressions plus... Un air plus... Enfin... Je ne sais pas si je peux dire plus serein mais plus détendu peut-être moins crispé, des expressions positives, je les sentais... Je les ai vus au début et au bout de deux ans et je les sentais plus... En mesure d'être content de ce qu'ils avaient fait, de se valoriser par rapport à ce qu'ils avaient fait et d'être moins dans la critique, ou l'autocritique, on va dire ça comme ça.

Psychologue : d'accord. Et par rapport à l'aspect, critique, autocritique etc. qu'est-ce que vous avez pu observer lors de vos visites sur le déroulement des séances en termes de prise de parole ? Est-ce que vous vous souvenez un petit peu des moments de restitution qu'il y avait entre les différentes étapes des séances et est-ce qu'il y a des choses qui vous ont interpellée par rapport à ça ?

Mme S, Psychologue : restitution, c'est-à-dire à la fin de l'atelier ?

Psychologue : au milieu, à la fin, entre les exercices et entre les échauffements

Mme S, Psychologue : là, comme ça, a priori, je ne me rappelle pas, peut-être... Peut-être par rapport aux restitutions par rapport à l'écriture, l'écriture du spectacle, les moments où ils parlaient de leur dialogue au niveau des personnages, peut-être. Je me souviens de... Peut-être de questionnement par rapport à un fil conducteur, peut-être dans une difficulté de garder un fil conducteur, peut-être au départ. Et après, ils arrivaient à envisager le début, le milieu et la fin. Alors qu'au départ j'ai l'impression que ça partait un peu, enfin... Ils n'arrivaient pas à avoir des idées... de façon cohérente, en fait. J'ai l'impression qu'au départ ça partait un peu dans tous les sens et qu'après, qu'après, je ne sais pas si on peut dire que c'était au bout de six mois ou deux ans précisément mais, mais après ils arrivaient vraiment à envisager le début, le milieu la fin donc quelque chose peut-être de plus... De plus cohérent au niveau de la structure de l'histoire.

Psychologue : d'accord. En termes cliniques, est-ce qu'il y a des choses que vous avez pu observer dans cette pratique et sur lesquelles vous aimeriez revenir ?

Mme S, Psychologue :... Au niveau de la clinique, je peux peut-être parler... Parler peut-être de... De l'inhibition... Du départ... De l'inhibition peut-être, pas uniquement... Pas uniquement motrice, mais émotionnelle aussi au départ. Avec quelque chose de très défensif, avec peut-être une difficulté aussi de laisser s'exprimer les choses, des choses peut être très personnelles au départ... Et ensuite quelque chose de plus... Comment dire cela... Je pense que c'est au fur et à mesure ce qui s'est construit, c'est aussi une confiance dans le groupe... Les enfants entre eux, arrivaient à s'exprimer, à exprimer les émotions sans avoir peur du regard de l'autre. Et sans avoir peur d'être critiqué par l'autre en fait. Et arriver aussi à ce que chacun puisse prendre sa place en tant que personne avec des avis différents, avec des tempéraments différents, arriver à composer avec l'autre. Et ce que j'avais envie de dire sentir peut-être je ne sais pas si on peut dire cela comme ça mais arrivé à décrocher peut-être d'un faux self, présenté au départ... Au départ des ateliers avec quelque chose de très... De très verrouillé au départ, un peu comme un masque un peu au départ. Et avec une certaine évolution, on sentait vraiment les enfants... On les découvrait en fait sur la fin, on découvrait vraiment ce qu'ils étaient par rapport au début.

Psychologue : et par rapport à d'autres éléments cliniques, sur les notions de transfert par exemple, est-ce que, enfin pensez-vous que la part de la technique et la part du transfert dans l'efficacité de cet atelier soit... Soit égales, pensez-vous que la part de technique soit plus importante, ou la part de transfert. Quel est votre avis là-dessus ?

Mme S, Psychologue : je pense que... Je pense que les deux sont inter reliées, je pense que c'est difficile de distinguer, en sachant que là c'est quand même quelque chose qui se passe en groupe, et donc je pense que déjà d'emblée, pour qu'il y ait une confiance qui s'établisse il faut qu'il y ait un transfert positif où les enfants puissent se sentir à l'aise avec la personne et ne soient pas jugés par elle. Et en même temps la technique apporte un cadre assez contenant pour que les choses, pour que les émotions puissent s'exprimer sans partir... Sans que les enfants se retrouvent dans quelque chose de traumatique ou une régression qui pourrait les ramener à un passé douloureux.

Psychologue : quelles sont les éléments techniques que vous pourriez citer par rapport à cet aspect-là, de la technique en elle-même, ce qui vous semble donc contenant.



Mme S, Psychologue : ce qui me semble contenant, c'est la description peut-être d'émotions au départ, le cadre dans lequel l'émotion est ressentie et le fait que progressivement en fait le changement... Le changement d'exercice au niveau des émotions à exprimer... Le changement se fait progressivement, pas brutalement. La personne est amenée progressivement à le faire.

Psychologue : d'accord, et pensez-vous qu'à long terme les éléments, en fait, que le sujet a rencontrés, pensez-vous qu'à long terme les sujets puissent utiliser ce qu'ils ont appris lors de l'atelier pour affronter certaines situations ?

Mme S, Psychologue : je pense que c'est quelque chose... Ces techniques, je pense qu'ils peuvent, qu'ils pourront l'utiliser, peut-être pas forcément de façon si concrète dans la vie de tous les jours mais peut-être inconsciemment arriver à... À comprendre leurs émotions, à comprendre la situation, enfin la situation qui relie l'émotion et arriver à ne pas se retrouver complètement dépassé par cette émotion.

Psychologue : et pensez-vous que les effets que vous avez observés porteront sur du long terme avec eux et à votre avis sur combien de temps ?

Mme S, Psychologue : je pense que... Je pense que la... Cette technique, elle intervient quand même à une période charnière au niveau de la construction de soi, de la construction identitaire, en tout cas à ces âges-là. Et je pense que arriver à retrouver une estime de soi, à savoir ce que l'on est capable de faire à cet âge-là, je pense que c'est quelque chose qui peut aider pour la suite, dans la vie adulte.

Psychologue : d'accord. Et pensez-vous que cet atelier puisse être facteur de protection face à un certain nombre de facteurs de vulnérabilité ou qu'il n'est pas forcément facteur de protection ?

Mme S, Psychologue : je pense que c'est... Je ne sais pas si j'utiliserai le mot protection... Moi j'utiliserai plus le mot soutien. Le soutien... Un soutien qui les accompagne dans leurs difficultés et leurs vulnérabilités que ce soit passées ou actuelles.

Psychologue : Et où situeriez-vous cet atelier par rapport aux prises en charge traditionnelles ?

Mme S, Psychologue : je vais dire en termes de courants...

Psychologue : en termes de prises en charge qui peuvent être présentées à ces adolescents, est-ce que vous pouvez situer cet atelier par rapport à la prise en charge classique avec un psychologue, par rapport au psychodrame, par rapport à vos activités extrascolaires, comment est-ce que vous le situeriez, quelle place vous lui donneriez ? de votre observation.

Mme S, Psychologue : quelle place je lui donnerai... Je pense que c'est quelque chose qui peut être un plus pour certains enfants, voire une approche, ça dépend vraiment de la personnalité de l'enfant. Je pense que certains... Certains enfants ou adolescents pourront se sentir beaucoup plus à l'aise dans uniquement ce type de prise en charge et d'autres je pense pourraient apprécier le complément s'ils avaient une prise en charge psychothérapeutique classique duelle avec ce type de technique en plus, voire uniquement cette technique pour certains enfants ou adolescents qui ont beaucoup de mal à investir la relation duelle.

Psychologue : Que pensez-vous du nom de cette technique « le théâtre de la résilience ». Pensez-vous que ce soit approprié ?

Mme S, Psychologue : je le trouve assez cohérent par rapport... Par rapport aux enfants et par rapport à l'évolution des enfants.

Psychologue : c'est-à-dire ?

Mme S, Psychologue : c'est-à-dire les fragilités ... Les fragilités des enfants au départ et la possibilité qu'ont eue ses enfants au fil des ateliers d'arriver à trouver leur identité propre et d'arriver à se construire en dehors de leur passé.

Psychologue : A moins que vous ayez encore des choses à rajouter nous sommes arrivés au terme de l'entretien, est-ce que vous avez des choses à rajouter ?

Mme S, Psychologue : non, ça va.

Psychologue : d'accord, eh bien je vous remercie.