COLLECTIF OPEN SOURCE

Session : Le théâtre comme outil

Mardi 25 – vendredi 28 novembre 2025
Anis Gras, le lieu de l'Autre.

Conception et organisation collective.

Participant-es :

Mathieu Huot, Christelle Larra, Morgane Lory, Fabien Martin, Chloé - Erika Guillouzouic.

Invité-es :

Raphaël, Mathilde, Sébastien Garcin, Alban Lacroix, Geoffroy Vernin, Pierre-Marie Baudoin, Simone Goggiano et les interprètes de la cie la Clef des Songes.

Présentation de la session : Lors de cette session, nous avons souhaité nous interroger sur la manière dont la pratique théâtrale peut devenir un outil au service de causes sociales, militantes, démocratiques... Le théâtre mobilise de nombreuses compétences (jeu, narration, écriture, dramaturgie, improvisation, rapport au corps, sens du collectif, etc...) et nous avons souhaité nous interroger sur la manière dont ces outils peuvent activer du lien, du sens, des prises de conscience, au-delà de la pratique artistique. Nous avons également souhaité nous interroger sur le lien entre art et société, en analysant une autre activité artistique : le cinéma à impact.

Pour mener cette réflexion, nous avons invité différents professionnels à venir réfléchir avec nous, sur une demi-journée ou une journée, pour échanger autour de leur activité (sociale, militante, thérapeutique) et interroger ce que le théâtre peut apporter dans leur activité professionnelle.

Nous avons réfléchi selon un **axe double** : comment le théâtre peut-il être un apport pour des professionnels du secteur associatif ou militant ? Comment des professionnels du milieu théâtral investissent leur pratique dans un cadre thérapeutique ou social ?

PLANNING DE LA SESSION

MARDI 25 NOVEMBRE

10h-13h : **Rencontre avec Raphaël**

Présentation du collectif Open Source & du protocole de travail : chaque journée/demi-journée u.

Echauffement animé par Mathieu : mémoire sensorielle

Thème : un souvenir fondamental de révolte. (Exercice issu de l'actor's studio.)

Protocole : Les yeux fermés. Choisir un souvenir d'une première révolte fondatrice. Comme une méditation guidée, préciser au maximum le souvenir, au niveau des 5 sens : vue, ouïe, toucher, odorat, goût.

Discussion libre

14h- 18h : **Rencontre avec Mathilde** (bénévole et ancienne salariée de l'association LE SPOT)

Sieste / lecture de textes par Christelle (Starhawk, *comment s'organiser,* Françoise Vergès – *Décoloniser le musée,* Justin Torres – *Black out.)*

Discussion

Exercices :

Peindre son tableau (proposé par Fabien)

Le cercle de Tante Françoise : météo personnelle artistique (proposé par Mathieu)

Exercice d'écriture : j'aurais besoin d'aide quand... / je peux t'aider à...
(proposé par Morgane)

Exercice de danse en binôme – regarder / raconter l'histoire.

MERCREDI 26 NOVEMBRE

10h – 18h : **Rencontre avec Sébastien Garcin et Alban Lacroix,** (entreprise Men at work)

Matin : Echauffement, animé par Christelle.
Discussion

Après-midi : Sieste dirigée par Chloé.
Discussion
Ateliers en 2 demi-groupes (conception d'exercices à proposer au groupe)
Exercices : la main / le toucher d' épaule.

JEUDI 27 NOVEMBRE

10h- 13h : Rencontre avec Geoffroy Vernin autour de la médiation et de l'art-thérapie.
Echauffement
Discussion

14h – 17h : discussion interne autour des expériences pédagogiques et animation d'ateliers.

VENDREDI 28 NOVEMBRE

10h- 13h : Rencontre avec Pierre-Marie Baudoin.
Echauffement
Discussion collective
Exercice type psychodrame autour du thème – le repas.

14h- 18h : Rencontre avec Simone et la compagnie
Discussion.
Improvisation collective.

JOURNEE 1 - MARDI - planning détaillé

JOURNEE 2 - MERCREDI - Planning détaillé

Matinée : rencontre et discussion avec Sebastien et Alban, de Men at Work.

Invités : groupe HALF (Hommes alliés des luttes féministes) / Men at work, entreprise formant les hommes à l'égalité de genre en entreprise : forts de leur compétence - qu'ils savent accaparée par les hommes - de trouver de l'argent et d'avoir du réseau chez les puissants, ils s'en servent pour former des hommes qui sont au coeur du système capitaliste, à l'inclusivité et l'égalité, à travers une formation de quatre heures aux savoirs féministes. Ce n'est pas un groupe de parole, ils utilisent une pédagogie très descendante. La formation d'adresse à des hommes qui expriment une envie de changer, mais les services de ressources humaines ne respectent pas toujours ce cadre de volontariat. Dans ce cas, ça ne marche pas très bien. Sinon, c'est un outil efficace, parce que ce sont des hommes qui forment. Les formations contre les VSS animées par des femmes sont ressenties comme une culpabilisation et n'éveillent pas l'empathie étouffée par le sexisme. La formation de MAW inclut des cas pratiques en sous-groupe, où la position de témoin incite à prendre soin des victimes, à ne plus rester passif donc complice. D'autre part, en étant invité à décrire une situation d'injustice, les participants abordent l'oppression avec un point de vue d'opprimé, puisqu'ils ont au moins vécu l'adultisme dans leur enfance. Les hommes sont sans cesse en lutte pour maintenir le statut d'« homme », de dominant, qui implique une perte de personnalité et donc des troubles de santé mentale. Les féministes les invitent à sortir de ce rôle, mais ils ne savent pas comment faire, car leur corps n'existe pas, c'est un corps-machine, purement performant ou intellectuel. Comment le mettre en mouvement pour qu'il se raconte lui-même ? Le corps des hommes n'est jamais jugé, ils sont considérés comme des sujets à part entières et aimés comme tels. Sur le regard complètement opposé qui est appliqué en général au corps des femmes, voir le documentaire *Brainwashed*. Les contacts émotionnels et corporels entre hommes sont uniquement autorisés socialement lors de rituels ultra-codifiés par le virilisme, comme le stade. Comme la vulnérabilité leur est interdite, la sensualité l'est également, et se réduit donc à une vision violente, pornographique, performative de la jouissance.

Qu'est-ce qui fait peur aux hommes dans le féminisme ? On peut rouvrir son empathie aux groupes humains opprimés auxquelles elle a été fermée par l'éducation, quand on arrive à la ressentir pour soi-même. La nécessité de ressentir son corps, ses émotions, son empathie suppose de faire à nouveau face à la haine de soi qui s'est construite à l'adolescence, voire dans l'enfance, soit suite à des agressions, soit du fait des humiliations rituelles entre garçons. Les femmes sont le bouc émissaire final de cette haine de soi construite par l'humiliation de la fragilité et du soin, au moment où le garçon est contraint de vivre l'hétérosexualité patriarcale. La formation de MAW consiste à comprendre, pour les hommes, que leur expérience n'est pas universelle, mais spécifique. Elle consiste, pour des gens qui sont dans la norme - et dès lors se pensent comme une norme universelle - à sortir de leur masque social de dominant, alors que ce masque, ils l'ont construit pour ne plus être un enfant, c'est-à-dire une victime facile. Ils ont peur d'être tué ou violé sans ce masque : l'orgueil du dominant n'est que le paravent de la honte, qui est en fait la peur de mourir abandonné de tous.

Comment le théâtre pourrait-il mettre à jour la violence induite par le masque de la virilité ? En surperformant le genre masculin (clown viriliste) ou féminin (sans caricature sexiste, c'est le risque) ? Se promener entre l'un et l'autre ?

Après-midi :

Suite d'exercices élaborée en commun pour déconstruire les rôles genrés à travers le corps :

0 - auto-massage mains – visage – cou – épaule + étirements pour reprendre contact avec son corps et se concentrer. Possible en posture assise, moins malaisante.

1 - **La main qui souffre (ou la main lourde) et la main qui assure/contrôle (ou la main légère)**. Elles peuvent d'abord commencer à bouger et se rencontrer en individuel. Les deux mains s'approchent très lentement.

2 – Une équipe de mains qui assurent, une autre de mains qui souffrent (on choisit son groupe avant en dessinant ce « caractère » dans la paume de sa main, avec du maquillage ou un stylo bille). Les deux équipes de mains vont d'abord interagir en interne, puis les deux groupes vont se rencontrer à travers leurs mains. Les maquillages peuvent se mélanger.

3 – Notre main n'est plus polarisée, elle est le fruit de toutes ces rencontres et peut se mettre à bouger dans l'espace librement, selon sa propre personnalité et son vécu. Comment va-t-elle alors aller vers les autres mains – ou pas ? On incarne à travers cette suite d'exercices le moi clivé par la polarité de genre (vulnérable/dominant) tout en le mettant à distance à travers sa main, partie du corps que l'on peut regarder comme de l'extérieur.

Note : on peut commencer par une mise en jeu des mains séparément, et la 3ème étape peut commencer par un maquillage de main fait par quelqu'un d'autre (contact physique par l'intermédiaire d'un objet donc acceptable pour des hommes cis hétérosexuels).

– TOUCHER L'EPAULE :

Demander le consentement, en cercle, pour toucher l'épaule de son voisin, en le regardant dans les yeux. Exercice intense, mais la répétition du même geste en cercle peut faire perdre un peu de cette intensité. Il y a le problème du mimétisme du « oui ». On pourrait aussi essayer en choisissant la personne à qui on a envie de toucher l'épaule (avec des chaises mobiles par exemple, pour rester assis, à la même hauteur), et en donnant clairement la liberté de dire non dans la consigne. Car s'entraîner à demander un consentement ne suffit pas. Il faut aussi s'entraîner à recevoir un « non » → exercice d'auto-défense, dire « non » de différentes manières (regard, parole, geste, cri), alors que quelqu'un s'approche de vous rapidement – la personne qui mime l'approche apprend à réagir avec empathie et non par orgueil. Entre une demande de consentement et du harcèlement, la frontière peut être floue, si la réception du « non » n'est pas également travaillée.

L'objectif de ces exercices est de conscientiser le toucher entre hommes, dans le cadre d'un jeu de rôle, cadre auquel ils sont habitués : accepter de toucher, d'être touché, surtout dans le cadre de son travail, est un tabou viriliste puissant. Les exercices de théâtre en général, de nos jours, concrétisent la culture du consentement, et enseignent l'écoute émotionnelle nécessaire au véritable consentement.

Autres activités envisagées : écrire une liste de phrase « je consens à… / je ne consens pas à ... »

JOURNEE 3 - JEUDI - planning détaillé

Toute la matinée de la journée a été consacrée à une rencontre avec Geoffroy Vernin, qui nous a parlé de son activité de médiation (suivi d'un groupe) en service d'addictologie, après une formation à l'INECAT (Institut national d'expression création art et transformation de la personne).

Voici quelques extraits des moments marquants de cet échange.

Geoffroy : l'hôpital n'est plus un lieu qui prend soin.
J'espère que mon action est thérapeutique, mais je le décide pas.

Geoffroy insiste sur l'importance d'instaurer un climat de soin. Il considère mener des ateliers de théâtre à visée thérapeutique, ce qui induit une réflexion sur le cadre et sur la posture. Il s'agit de proposer un cadre pensé, bienveillant, souple, ouvert à l'imprévu. Le cadre doit être propice aux échanges informels (sociabilisation) et permettre d'exprimer des ressentis. Les consignes doivent également rester ouvertes pour que chaque participant puisse l'investir à sa manière. Le groupe est à lui seul thérapeutique. la médiation vise à réinscrire la personne dans un collectif et à redonner à chacun une place en tant que sujet créatif, pas seulement objet de sa souffrance.

La séance doit permettre de tracer un chemin et d'ouvrir vers l'imaginaire.
Il rappelle l'importance de penser l'espace et les conditions acoustiques pour accueillir les participants.

Geoffroy est en lien avec les autres professionnels qui travaillent avec le patient. A la fin des séances, ses observations portent à la fois sur le groupe et sur l'évolution de chaque participant (ouverture face au groupe, face à la création, humeur).

« Penser la séance comme un voyage » " tout le monde est concerné par le toucher"

"Je suis un facilitateur, j'ouvre des portes et je les accompagne dès qu'il y a blocage."

"je cherche pas un résultat esthétique, mais je cherche qu'ils symbolisent des choses – c'est leur mystère intérieur"

"j'arrive avec des intentionnalités mais pas des intentions."

"Il y a un lien entre « écoute du présent » et soin" "l'enseignement et soin c'est la même démarche."

……..

L'après-midi est consacrée à une discussion informelle sur les ateliers menés par les uns et les autres.
Selon les expériences, les ateliers sont à la fois appréhendés du point de vue de leur utilité sociale « Partager un espace et un temps ensemble. » mais aussi comme des espaces où la fiction et le ludique ont toute leur place.

Chloé évoque les no talent show, qui permettent à chacun de se sentir autorisé et légitime quelle que soit son expérience : Comment redonner confiance aux personnes dépressives ? Redonner confiance aux opprimés ? S'autoriser à être nulle.
Mathieu évoque l'importance de faire avec le réel : valider l'état de départ comme une matière de travail possible.

Morgane évoque les ateliers comme un lieu de transmission des outils, d'un artisanat, pour casser la notion de génie.

Chloé : "combattre la honte c'est donner aux autres la possibilité d'agir, car tout le monde est bloqué par la honte."

JOURNEE 4 - VENDREDI Planning détaillé

Matinée : Rencontre avec Pierre Marie Beaudouin

Thématique abordée par notre invité : **La dramathérapie**

Fonction de l'intervenant : Metteur en scène, auteur, diplômé en psychanalyse et actuellement inscrit en DU de « Dramathérapie »

- Nous présentons le collectif à Pierre Marie et sa manière de fonctionner pour alimenter nos recherches, dans un va et viens de réflexions accompagnées d'un passage à l'expérimentation. Nous lui présentons également les différents intervenants que nous avons reçus.

- Pierre Marie souhaite prendre en charge le réveil corporel.

- Pierre Marie nous demande de nous présenter à tour de rôle, en cercle, et avec une petite question : par quoi sommes nous préoccupés en ce moment ? Dans nos recherches professionnelles mais aussi dans nos vies quotidiennes…

Une fois seulement le tour de présentation effectué et ce de manière volontaire, il se présente et nous expose son travail d auteur, de metteur en scène, de chercheur, d'universitaire et nous introduit des notions au sujet de ce qu'est le « Psychodrame » et partage avec nous cette question :

Le psychodrame comme source esthétique pour la création ou le psychodrame comme thérapie ?

Psychodrame : - notion de SOIN envers les participants (toujours volontaires)

- se pratique toujours avec un groupe de personnes

- il s'agit de JOUER et REJOUER, beaucoup de JEUX

- le thérapeute va organiser un processus de soins avec l'ensemble du groupe laissant aller le récit collectif

- ne pas rentrer dans le vrai mais toujours rappeler qu on joue

- INTERDICTION DE SE TOUCHER pendant les moments mis en jeu

- notion de JEU DE ROLES (faire jouer sur son moi idéal par exemple)

Mélanger les outils de la psychanalyse avec ceux du théâtre?

Mettre au service des acteurs le savoir faire de la psychanalyse?

Les sujets souvent abordés font écho, travaillent sur le groupe, la création d'un groupe, d'une société avec l'idée notamment que l'inconscient de chacun est construit comme un groupe. « A l'intérieur de nous on est plusieurs »

Expérimentation proposée par Pierre Marie :

Assis sur des chaises, en cercle, un thème de conversation est lancé. En l'occurence ça sera LE REPAS. Tout le monde est libre de dire ce à quoi le repas lui fait penser et les idées rebondissent parfois les unes avec les autres. Quoiqu'il en soit il s'agit d'un espace libre de paroles. Puis une fois que la conversation est lancée, qui veut se lève et au centre du cercle joue un rôle (parfois au choix ou attribué selon le groupe) et il est rejoint par les autres pour jouer le repas ou l'organisation du

repas, ou les attentes des uns et des autres… La seule consigne importante est la suivante : ne pas se toucher.

- ORGANISER LE REPAS = ORGANISER L IMPRO = ORGANISER DU LIEN

- L IMPROVISATION FAIT SOCIETE ET FAIT RESSORTIR DES SUJETS DE SOCIETE

- AUCUN ASPECT PERFORMATIF , NE PAS CHERCHER A PRODUIRE QUELQUE CHOSE, LAISSER ALLER

Remarque : aujourd'hui c'est plus le théâtre qui va s'emparer des thématiques autour du SOIN (source de recherche et de création d'actualité) plutôt que le modèle médical et thérapeutique qui a besoin des outils du théâtre.

Retours sur l'intervention :

Expérience vécue dans un premier temps comme peu agréable :

- adopter une posture dès le début d'une intervention et s'y tenir nous semble peu rassurant pour s'inscrire dans un groupe et nous souligne un manque d'écoute ressenti durant la première partie de l'échange qui a plutôt été perçue comme un monologue assez monocorde délivré comme quelque chose d'un peu trop pensant voire écrasant.

- questionnement au sujet de la place importante de la souffrance évoquée de manière récurrente dans le processus de travail et de création.

Mais l'expérimentation a libéré et soulagé tout le monde. Elle nous a montré de manière concrète un processus pour mettre en jeu tout naturellement un cercle de paroles, dès lors que tous les participants étaient dans l'écoute, qu'on entre dans la mise en jeu ou qu on reste en observation participative. Un vrai moment de JEU et de PLAISIR mais aussi de DEBAT.

Après midi : Rencontre avec Simone Goggiano et des acteurs de la Cie La Clef Des Songes

Thématique abordée par nos invités : **Théâtre et handicap**

Fonction de l'intervenant : Metteur en scène et créateur d'une compagnie de théâtre dont les acteurs sont en situation de handicap

- Il s'agit de la deuxième rencontre entre les acteurs de la compagnie La Clef Des Songes et le collectif Open Source. Ils avaient partagés un moment de la session de recherche autour du « training ».

- Simone nous présente son parcours notamment ses années au sein de la compagnie Pipo Delbono, la création de la compagnie La Clef Des Songes avec des résidents du foyer de vie de l' ETAI du Kremlin Bicêtre et prend surtout le temps pour que chacun des acteurs se présente à leur tour. Catherine, Antonino, Mohand et Omar nous parlent de leur handicap et surtout le plaisir qu ils ont à faire du théâtre ou encore comment le théâtre agit et transforme leurs vies.

Expérimentation proposée par Simone :

Tous ensemble au plateau en condition de jeu ils nous partagent trois scénettes qu'ils ont déjà travaillées. Nous sommes à tour de rôle acteurs partenaires ou spectateurs. Il y a du plaisir de jeu et de partager une histoire. Tout ce qui se passe fait théâtre nous dit Simone et surtout ça vient du plateau, pas de psychologie. On finit par tous jouer ensemble une improvisation où nous constatons

avec surprise que des messages, des luttes, des liens se créent sans le pointer et le surligner volontairement.

Retours sur l'intervention :

- notion de CADRE à remplir DES HISTOIRES VENANT DE CHACUN DES ACTEURS

- Parallèle entre LIBERTE DE JEU et ABSENCE DE JEU / LACHER PRISE

- DELICATESSE et ABSENCE TOTALE DE JUGEMENT

- TRAVAILLER EN MIXITE EST UNE RICHESSE

- VIVRE AVEC

Fin de journée : Bilan global sur la semaine écoulée

Chaque participant/e fera un bilan personnel de la semaine autant sur ce qui aura pu le questionner durant les rencontres et experimentations, que sur les thématiques abordées. En quoi tout cela résonne dans nos pratiques artistiques et/ou militantes ?

Remarques : Quelques mots reviennent souvent dans nos bilans et je vous les partage ici :

GENEROSITE / SOUPLESSE / DELICATESSE / SOIN

Le théâtre comme outil ? = Notion d' Artisanat et Transmission = Donner des outils aux autres pour qu'ils se les accaparent, qu ils s'en servent pour prendre soin d'eux. Les outils se transmettent même et surtout sans imposer une volonté de transmettre absolument ceci ou cela.