

Amandine Canovas, Glori Euvrard, Jacques Pithioud



LE THÉÂTRE DU VÉCU, OU
QUAND LE THÉÂTRE
DEVIENT UN SOIN INATTENDU

En page de titre :
1. *Écriture.*



Photos : Fondation recherche et formation pour l'enseignement du malade, 52, boulevard Saint-Georges 1205 Genève.

2. *Répétition.*



3. *Répétition.*



4. *Jeu.*

Amandine Canovas, infirmière puéricultrice, formatrice en éducation thérapeutique,
Glori Euvrard, nutritionniste, formatrice en éducation thérapeutique,
Jacques Pithioud, art-thérapeute, comédien.

Le Théâtre du Vécu, ou quand le théâtre devient un soin inattendu

Le Théâtre du Vécu (TdV) est l'aboutissement du travail de plus de trente années de Jean-Philippe Assal¹ sur l'éducation thérapeutique des malades et sur l'influence du poids psychologique que représente pour le patient la gestion de sa maladie.

Le médecin est souvent un technicien qui ne peut pas (ou ne veut pas) prendre le temps d'être à l'écoute de son patient. Or, Cynthia Fleury précise : « Le soin est une fonction en partage² » et ajoute : « Il n'y a pas de maladie mais seulement des sujets qui tombent malades³. » Ces patients « ont simplement besoin d'être écoutés à un niveau humain⁴ ».

Le TdV met l'humain au cœur de ce voyage, et non la maladie.

Jean-Philippe Assal a cherché à « développer un atelier au cours duquel les patients chroniques pourraient exprimer leur vécu et en même temps prendre une certaine distance, ce qui leur permettrait de gérer ce vécu qui, d'une certaine manière, les paralyse⁵. »

Sa rencontre avec Marcos Malavia, metteur en scène de théâtre, lui permettra de créer le Théâtre du Vécu en 2002 et de mettre en place un processus théâtral capable de donner corps et forme à une expérience passée souvent douloureuse.

Un processus créatif

Le Théâtre du Vécu est un processus créatif : il s'agit pour les patients d'écrire un texte relatant un vécu personnel important et ensuite de le mettre en scène eux-mêmes, avec l'aide de professionnels du théâtre.

Cette mise en corps peut les aider à mettre à distance, dans un parcours symbolique, sur un espace symbolique, une difficulté particulièrement marquante de leur vie.

« L'expression soulage, la création transforme », nous dit Jean-Pierre Klein⁶.

C'est ce passage de l'expression (écriture) vers l'acte de création théâtrale que revendique le Théâtre du Vécu.

Le déroulement du Théâtre du Vécu

Ces ateliers suivent un déroulement conçu dans ses grandes lignes dès l'origine. Cela ne signifie pas qu'ils soient figés dans une forme immuable, mais ils doivent reposer sur un équilibre subtil.

En quoi ce déroulement consiste-t-il ?

Chaque TdV dure trois jours et réunit un groupe de cinq ou six participants, une équipe de théâtre (un metteur en scène et deux comédiens professionnels ainsi qu'un technicien son et lumière) et une

personne de référence qui veille au bon déroulement de l'atelier. Peuvent s'y ajouter des observateurs, en général des professionnels (gens de théâtre, personnel soignant ou formateurs), qui assistent aux ateliers dans le but de se former.

Le premier jour est dédié à l'écriture.

Préparation à l'écriture.

Après un temps de présentation, l'atelier commence par des exercices ludiques qui favorisent la dynamique de groupe et suscitent une confiance réciproque. Cette confiance est primordiale, car chacun va être amené à se dire, à dévoiler une intimité rarement partagée.

L'écriture

Le metteur en scène demande à chaque participant d'écrire un texte dans lequel il relate un événement marquant de sa vie. Quelques consignes peuvent être données (longueur maximum par exemple). La salle est obscurcie, et chaque participant est installé à une table dotée d'une lampe de bureau, dans une ambiance qui favorise la concentration et où chacun se retrouve avec soi-même et avec son vécu.

En grande majorité, les participants choisissent un récit de vie douloureux : diabète, amputation, violences sexuelles, burn-out, etc. L'écriture semble enfin leur offrir la possibilité d'extérioriser une souffrance qui n'a pas trouvé de destinataire et qui s'est figée, encapsulée, au plus profond d'eux. Il y a aussi des participants qui choisissent de raconter un événement heureux qui a marqué leur vie.

À la fin de l'écriture, chacun lit son propre texte devant les autres.

Le soir même, ces textes sont retranscrits tels quels et envoyés par mail aux deux comédiens et au technicien pour qu'ils en prennent connaissance avant leur venue le lendemain.

Au cours de cette étape, l'auteur emploie le « je » de la narration.

Le deuxième jour est dédié à la mise en scène.

Lecture des textes par deux comédiens

Le matin, les comédiens professionnels (toujours une actrice et un acteur) lisent ces textes d'une manière neutre, sans intention expressive, devant leurs auteurs et le reste du groupe. Cette lecture marque un début de distanciation et amorce le processus de mise en scène.

Mise en scène par l'auteur du texte

Tour à tour, chaque participant, aidé par le metteur en scène, procède à la mise en scène de son texte et à la direction des acteurs qui vont jouer pour lui.

C'est le moment où le texte prend corps, où le texte prend chair.

Le metteur en scène aide l'auteur à trouver une traduction scénique des moindres résonances du texte. Il accompagne l'auteur en veillant à rester sur une ligne d'équilibre entre suggestions et respect de ses souhaits et émotions. Les comédiens participent aux décisions en

proposant des alternatives et des façons différentes de traduire une même phrase. *In fine*, c'est toujours l'auteur, devenu metteur en scène, qui tranche et valide les décisions.

Couleurs, lumière et musique

Aidé par le metteur en scène, l'auteur choisit les couleurs et les éclairages qui construisent l'espace, dévoilant les enjeux qui animent la pièce, ainsi que la musique qui accompagne et illustre la scène. Jeu, couleurs, lumière et musique révèlent des réalités qui se cachent entre les mots et disent souvent ce qui n'est pas dit dans le texte initial.

Sur scène, l'œuvre se fait et se défait, se transforme selon les choix successifs de l'auteur, qui semble redécouvrir son texte à mesure que se construit sa pièce. Le théâtre décuple l'exploration des possibles. Il remplace le point de vue unique sur les choses par une vision élargie ouvrant sur une multitude de perspectives. Le participant-auteur commence à voir son histoire sous un éclairage différent. Il cherche à mettre en valeur ce qu'il veut exprimer et peut même devenir très exigeant. Chaque petit détail est essentiel ; dire telle phrase les yeux ouverts ou les yeux fermés peut changer radicalement le sens. Il découvre une capacité et une richesse en lui. À un moment donné, l'auteur ressent la pièce comme achevée car « juste ».

Ce passage du texte à la mise en scène dure approximativement une heure trente pour une scène finale d'environ sept minutes.

Au cours de cette étape, l'auteur utilise « tu » en donnant des instructions aux comédiens.

Le groupe assiste et partage.

Pendant ce temps, les autres participants, muets et attentifs mais présents, assistent à la mise en scène de chacun d'entre eux. Certains s'identifient parfois aux histoires des autres. Les récits de vies singulières semblent parler de tous et permettent une interaction entre les participants. Une participante dit :

« Ce qui m'a touchée le plus, c'est d'entendre chaque être humain présent se raconter et de voir que le vécu de mon histoire n'est au final pas si différent de celui des autres. »

Le troisième jour est dédié à la présentation suivie de toutes les pièces.

À la fin de la matinée consacrée à la mise en scène des textes restants, une présentation de toutes les pièces les unes à la suite des autres est organisée devant tous les participants.

Ceux-ci s'assoient face à la scène et deviennent des spectateurs. La réalisation est devant eux, elle existe comme un prolongement d'eux-mêmes. Elle donne lieu à beaucoup d'émotions. Cette réalisation finale apparaît soudain comme un vaste tableau collectif où les histoires se recourent, s'éclairent et se rejoignent pour parler de la souffrance liée à la condition humaine.

Au cours de cette étape, l'auteur parle en utilisant « il ». Il est

spectateur d'une histoire, qui est bien sûr la sienne mais qu'il a mise à distance, dans un espace symbolique que représente la scène de théâtre. Ce lent glissement en trois étapes, d'un rôle d'écrivain vers celui de spectateur, en passant par celui de metteur en scène, l'éloigne pas à pas de ce vécu douloureux afin, peut-être, « d'aller mieux et être davantage », précise Jean-Pierre Klein.

À la fin de chaque partie de ces étapes, des échanges sont proposés où chacun (participants, comédiens, régisseur, animateurs) est libre de s'exprimer, de donner son ressenti.

Aujourd'hui

Depuis 2002, plus de mille participants, dans de nombreux pays, ont pris part à ce processus de création : des patients atteints de maladies chroniques (diabète, obésité, insuffisance rénale, maladie cardio-vasculaire, cancer, anorexie, dépression, etc.), des soignants, des victimes et des humanitaires.

Les thèmes abordés expriment le choc éprouvé par les malades face au diagnostic de la maladie ou par les victimes de catastrophes naturelles ou de conflits, ainsi que la difficulté de la tâche des soignants ou des humanitaires, l'espérance de la guérison et de la survie, et la peur des complications voire de la mort. Des situations de vie qui créent un sentiment d'isolement et de solitude communs aux uns et aux autres.

Aujourd'hui, une association s'est construite à Dole, L'Art du Vécu. Elle a pour but de mettre en place dans la région des sessions du Théâtre du Vécu. Une première expérience a vu le jour en avril 2022 avec l'espace santé de Dole et du Nord Jura. Une prochaine se déroulera à l'automne 2022, grâce au soutien de Jean-Philippe Assal qui nous encourage dans notre démarche.

NOTES

1. Professeur de médecine (université de Genève), diabétologue, ancien directeur du Centre collaborateur OMS pour l'éducation des malades, membre honoraire du CICR, président de la fondation Recherche et formation pour l'enseignement du malade, cofondateur de l'éducation thérapeutique du patient telle qu'elle est décrite dans les textes de l'OMS.

2. **Fleury Cynthia**, *Le Soins est un humanisme*, Tracts, Gallimard, 2019, p.20.

3. *Id.*, *ibid.*, p. 30.

4. **Assal Jean-Philippe**, *Le Théâtre du Vécu*, éd. Raison et Passions, Dijon, 2016, p. 34.

5. *Id.*, *ibid.*, p. 25.

6. Psychiatre honoraire des hôpitaux de Paris, auteur de *L'Art-thérapie*, Que sais-je ?