

Théâtre avec réfugiés - remarques préliminaires aux moniteurs

1. Analyse de la situation des réfugiés

Un projet qui a pour but de contribuer à une meilleure intégration des réfugiés ne peut se passer d'une analyse de leur situation.

Les centaines de milliers de réfugiés qui, en ces jours, mettent leurs derniers espoirs dans l'Europe pour échapper aux dangers mortels et aux humiliations, n'attendent d'abord qu'une chose: des signes d'humanité.

Quelle chance que des milliers de nos compatriotes l'ont compris! Mais il y en a d'autres qui se refusent à cette empathie, portant devant eux leurs <peurs> - justifiées ou non - comme un ostensor.

Ce contraste prouve que les raisons de l'engagement humanitaire des uns, du refus des autres réside d'abord dans nous-même: dans notre propre perception de nous et des autres. Le refus d'empathie signale d'abord un manque de confiance en soi-même et dans les autres. Ceci a pour résultat de ne pouvoir percevoir la présence des autres - surtout d'étrangers - que sous l'aspect négatif d'un danger pour lui-même. Ce réflexe, normalement inconscient, surtout dans les milieux nationalistes, est un phénomène psychologique bien étudié: projeter ses propres <peurs> sur des personnes en-dehors de soi-même qui n'en sont pas la cause mais qui déclenchent, par leur simple présence, des réactions de défense. Ceci caractérise le <personnage autoritaire> qui se prosterne devant les autorités et piétine les personnes qu'il juge inférieures à lui-même.

Il faut tout de même considérer cette réserve vis-à-vis d'autres comme <normale> au sens que l'éthologie a prouvé le besoin des êtres humains - comme de beaucoup d'animaux - de garder une certaine distance pour protéger l'intégrité de sa personne. (On peut l'observer chez les oiseaux sur un fil télégraphique gardant toujours une distance minimale par rapport aux autres.)

Ignorer ce besoin de <distance individuelle>, cela ne peut se faire sans des suites négatives qu'avec le consentement mutuel. Il faut s'attendre à rencontrer, dans des situations où la promiscuité est due aux circonstances (comme p.e dans un bus surchargé ou au milieu d'une foule inattendue), des gens qui se sentent <menacés> et croient devoir <se défendre> par une agressivité spontanée. C'est le résultat d'une perception intériorisée.

Les stratégies démagogiques <populistes> reposent justement sur ce phénomène psychologique: alimenter une <peur> confuse, la faire passer comme l'oeuvre de forces sombres et dangereuses, symbolisées par celui qui nous paraît étrange, et créer par là les conditions qui justifient cette <peur>.

Voilà ce qu'on appelle en psychologie la stratégie de <self-fulfilling prophecy>, à savoir échanger la cause contre l'effet pour produire par là l'effet souhaité.

2. Les traumatismes: caractéristiques et conséquences

La connaissance de ces faits est d'une grande importance pour tous ceux qui sont en contact avec des personnes traumatisées comme c'est normalement le cas pour des réfugiés.

Le traumatisme est décrit par Wikipédia (éd. française) de la façon suivante:

< Un traumatisme désigne une expérience de violence hors du commun au cours de laquelle l'intégrité physique et psychique d'un individu ou d'un groupe a été menacée. (...) Pour avoir un effet potentiellement traumatique, l'événement représente une menace pour l'intégrité de la personne, dépassant ses possibilités de réaction, survenant de manière soudaine et

non anticipée, et s'accompagnant d'un sentiment de terreur, de détresse, d'effroi, de solitude, d'abandon, etc. (...). Pour le courant de la psychologie humaniste qui a émergé aux États-Unis après la Seconde guerre mondiale (Eric Berne, Carl Rogers, Milton Erickson, Fritz Perls), le traumatisme est rattaché à la souffrance psychique de l'individu (occasionnée par un événement violent).>

Le problème à long terme consiste dans deux faits:

(1) Le traumatisme est étroitement lié avec des circonstances présentes - par hasard - au moment où il a été déclenché: des objets, des sons, des odeurs (liaison particulièrement forte) etc. Il peut donc être déclenché toujours à nouveau lorsqu' une de ces circonstances réapparaît et provoque donc des réactions imprévues.

(2) Un traumatisme n'est jamais oublié, il peut donc être réactivé des dizaines d'années après l'évènement en question. Il ne peut être adouci que par une psychothérapie à long terme.

Stratégies et exemples:

ad (1)

La personne touchée par un traumatisme peut en général apprendre à vivre avec sa situation, surtout en évitant des circonstances dont il connaît les suites, ou en changeant le contexte.

Pour moi-même, le goût du thé - lié à une expérience de violence dans mon enfance - a longtemps provoqué des réactions spontanées d'étranglement. Pour apprendre à vivre avec une situation quotidienne, il fallait changer le goût du thé même, p.e. en ajoutant beaucoup de jus de citron.

A cette stratégie s'ajoute celle du <réfoulement>, stratégie de survie - psychologiquement nécessaire - de toute une génération de guerre ou d'après-guerre (causée soit par des sentiments de culpabilité, soit par des expériences en tant que victime): refouler toute idée, toute discussion qui rappelle son propre passé.

Il est évident qu'il n'est pas possible d'éviter, par ces stratégies, tous les conflits possibles. Dans le deuxième exemple, cette stratégie a contribué, surtout en Allemagne, à la révolte des jeunes contre la génération des parents.

ad (2)

Un congrès des <enfants de la guerre> en 2005 a constaté chez 25 % de la génération concernée des maladies psychiques, causées par des expériences traumatisantes de la guerre ou d'après-guerre (donc 60 ans plus tôt!) qu'on croyait <oubliées> dans une vie active. Au moment du changement de la situation personnelle (ici: la retraite) elles ont réapparues. On a même constaté que des récits, p.e. des grands-pères, pouvaient provoquer des traumatismes chez des jeunes gens qui, eux-mêmes, n'ont pas subi ces expériences.

3. Le théâtre comme forme de thérapie: les chances

Les traumatismes provoquent des réactions contradictoires des personnes concernées par leur caractère même: Elles ont tendance à vouloir <oublier> les expériences accablantes. Mais pour que ce soit possible, ceux-ci doivent d'abord réapparaître du subconscient et entrer, avec toute la douleur, dans notre conscience - processus douloureux et long, entrepris par la psychothérapie.

La littérature, le théâtre en particulier, présente une autre possibilité.

La génération des <enfants de la guerre> l'a prouvé: Vers 2005 on a constaté, surtout en Allemagne, un véritable boom de littérature qui a thématiqué, souvent de façon très

personnelle, des expériences de guerre et d'après-guerre. Phénomène facile à comprendre: Ecrire, confier ce qui nous accable à d'autres, c'est se libérer de ses aspects menaçants. A part cela, le théâtre offre encore une autre chance: En entrant dans un <rôle>, on a la chance d'attribuer toutes ses douleurs, toute sa honte, toutes ses agressions à un autre personnage et de se libérer par là soi-même. Le fait que ce <rôle> n'est qu'un personnage fictif n'a aucune importance dans ce contexte. Il facilite au contraire les choses: Sous le masque de mon <rôle>, je ne suis responsable d'aucune méchanceté qui sort de ma bouche, et je ne connais plus de honte: Ce n'est pas moi, c'est mon <rôle> qui parle. Une révélation particulièrement importante pour tous les cas où la honte joue un rôle primordial, comme p.e. dans le cas de violation.

Et il y a une troisième chance du théâtre: le travail en groupe. L'expérience d'être accepté par un groupe, d'avoir le même but, de partager des émotions et des responsabilités. Il ne peut y avoir d'activités qui donnent plus de motivation et de désir d'une intégration positive pour des personnes qui ont connu des situations accablantes de dictature, de guerre ou de fuite.

4. Méthodes et risques du théâtre

Le plus grand but d'un acteur, c'est la <présence> sur scène: à savoir la capacité de <rentrer> dans son rôle de telle manière, qu'elle paraisse au public non seulement <réelle> et crédible, mais qu'elle arrive aussi à le <toucher> dans ses émotions.

Ceci a pour condition un travail émotionnel très profond qui réduit les scrupules: envers soi-même, son propre corps aussi bien qu'envers les autres. L'expression de notre corps entier, dans toute sa complexité, n'apparaît <naturelle> qu'à condition qu'elle ne semble pas <apprise>, mais qu'elle sorte spontanément de l'intérieur du personnage. On peut mentir par les paroles, on ne peut pas mentir par ses gestes et son corps.

Voilà la fascination du théâtre, son succès p.e. chez des personnes handicapées mentales ou physiques. Le théâtre leur apprend la richesse de leur corps, malgré toutes les restrictions.

Il faut tout de même ne pas ignorer ou sous-estimer les risques.

Une condition d'un travail théâtral couronné de succès, c'est la volonté et la capacité de tous de s'ouvrir vers l'autre dans une atmosphère de confiance. Et il inclut la capacité de prendre le contact corporel avec d'autres personnes comme <naturel>.

Or, ceci n'est pas d'une évidence pour tout le monde, surtout pour des personnes qui sortent d'un milieu culturel ou religieux avec des restrictions artificielles et inhumaines, surtout en ce qui concerne le contact entre les sexes.

Ceci peut causer de graves problèmes pour un metteur en scène ou un moniteur d'un groupe théâtral. Autant qu'il est évident qu'il ne peut en aucune manière accepter de se faire dicter les lois par des idéologies fondamentalistes, autant il doit, dans le cas réel, non seulement prouver de la sensibilité, de la capacité de se mettre à la place de l'autre, mais aussi de la flexibilité pour trouver des solutions à des conflits.

Pour finir avec un exemple:

Pendant les répétitions pour la mise en scène des "Oiseaux" d'Aristophane en version bilingue, j'ai dû constater qu'une fille, dont le rôle était, entre autres, de se faire porter hors de la scène, ne supportait pas d'être touchée, même par des camarades de classe. La solution était une modification de la distribution des rôles en la faisant porter par sa propre sœur.