

# L'improvisation théâtrale

## Construction d'histoires, construction de relations

*L'impro est surtout connue pour ses matchs médiatisés mais peu pour tout le travail de préparation en atelier que ceux-ci demandent. Or, dans un atelier d'impro, deux niveaux d'objectifs se côtoient : d'une part, la construction d'histoires, et d'autre part, la construction de la relation. Florence Pire, qui a animé des ateliers d'impro lors des Universités de Printemps de Lire et Ecrire <sup>1</sup>, développe ici sa conception de l'impro comme moyen ludique et original pour expérimenter autrement l'entrée en relation avec l'autre.*

Pour vous emmener dans cette rencontre avec l'impro comme outil de développement des compétences relationnelles, je vais aborder quelques points de repères qui guident le déroulement des ateliers. Je parlerai surtout des impros entre deux 'jouteurs' <sup>2</sup> mettant particulièrement en jeu l'interactivité. Cela me permettra d'établir des connexions entre les principes de l'impro et les principes de la communication interpersonnelle. Je présenterai également les aspects de pédagogie active de l'impro et son intérêt dans l'apprentissage de compétences.

L'improvisation théâtrale nous vient du Québec et s'est développée en Belgique depuis 20 ans. Dans un espace comparable à la page blanche de l'écrivain, les jouteurs construisent ensemble une histoire, brique par brique, avec pour seuls matériaux leur corps, leurs émotions, leur imaginaire et leur ouverture.

### Comment cela se déroule-t-il ?

Dans l'improvisation théâtrale, tout est à créer. Pas de texte, pas d'accessoire, pas de

décor, pas de costume. Les jouteurs sont à la fois scénaristes, metteurs en scène et interprètes.

### Les règles

Une première règle importante de l'atelier est « tout le monde participe à tous les exercices ». Chacun est amené à être à la fois joueur-observateur et apprend en regardant et surtout en jouant. Cette approche pratico-pratique de l'impro permet aux participants d'être mis dans le bain très rapidement, de vivre pleinement l'impro et de prendre conscience de ses liens avec la communication.

La seconde règle consiste à « laisser sa veste au vestiaire ». En laissant de côté leurs rôles quotidiens, les jouteurs sont invités à créer des histoires imaginaires, à explorer des univers hors du connu afin de sortir des schémas habituels. Ce choix vise à créer de nouveaux liens, de nouvelles interactions et à (re)nouer des contacts sans différence de statut ou de fonction, en modifiant la vision que les uns peuvent avoir des autres. Les

rencontres sont donc prises sous un autre angle qui invite chacun à prendre conscience de ses propres modes relationnels face à ses ressources et ses limites, le tout dans une ambiance conviviale et ludique.

Il ne s'agit donc pas de mettre en scène des relations existantes ou des situations vécues par les participants dans leurs milieux de vie. L'impro se distingue ainsi des jeux de rôle et du psychodrame.

### La progressivité

Les objectifs d'un atelier sont graduels en fonction du nombre de séances, du nombre de participants, de leurs attentes,... Il s'agit de les adapter au niveau du groupe, à son énergie et à son implication.

La progressivité est importante pour créer un climat serein de détente, pour installer une confiance au sein du groupe afin que chacun y trouve sa place. Elle permet également d'assimiler petit à petit les règles de l'impro.

Aborder tout d'abord la construction d'histoires permet de travailler l'imaginaire et montrer que tout le monde peut avoir des idées. Travailler l'élaboration de personnages par le corps et les émotions amène ensuite à la construction du contexte, de l'univers et de l'espace par les mimes.

Des exercices d'échauffement et des petits jeux collectifs permettent de stimuler l'énergie pour démarrer une séance ou après une pause.

### Les debriefings

Les moments de debriefing se font en plusieurs temps :

- après une impro pour donner un feedback aux participants qui viennent de jouer

et pour donner des conseils et guider les suivants ;

- après un exercice complet pour établir des liens avec l'ensemble du processus parcouru ;
- en fin d'atelier.

Il s'agit d'évaluer les éléments tant positifs que négatifs. Comme les participants comprennent progressivement les rouages de l'impro, ils perçoivent les erreurs de leurs pairs. Il ne s'agit donc pas de jouer à 'l'école des fans' où tout le monde est merveilleux mais bien d'être juste, de relever les points sur lesquels chacun éprouve des difficultés et de souligner l'évolution des participants. *« [...] il faut que le droit à l'erreur désamorce le sentiment d'échec et puisque pendant l'apprentissage ce sont plutôt les improvisations ratées qui prédominent c'est en quelque sorte heureux. Car il importe avant tout de bien comprendre les fautes qui se glissent dans la mécanique et consolider ainsi la base sur laquelle on édifie sa compétence. Qui a dit : 'l'expérience est la somme de nos erreurs' ? »* <sup>3</sup>

Ces temps d'évaluation permettent d'exploiter les éléments qui ont été révélés pendant les exercices et d'échanger sur le vécu de chacun. Ils sont des moments de réflexions sur les liens entre l'impro et le contexte personnel et/ou professionnel des participants.

### Co-construction et interactivité

*« L'improvisateur n'est pas seul sur son île déserte. Il y a l'Autre ! Et il ne pourra pas l'exclure. Il va organiser le monde avec lui. Et c'est là qu'il va découvrir son véritable talent d'improvisateur. »* <sup>4</sup> Chacun entre en communication avec son propre système de référence et donc ses propres idées. Ce sont autant de ressources que de contraintes pour le partenaire. La rencontre de l'autre va



passer par la connaissance de soi et par la compréhension du personnage et de l'univers de l'autre.

Les joueurs entrent en interaction : un stimulus de A va provoquer une réponse de B qui joue à son tour le rôle de stimulus pour provoquer une réponse suivante, et cela dans une chaîne infinie d'interactions. Les idées de l'un nourrissent les idées de l'autre. L'histoire prend corps, se définit, se contextualise. L'émetteur et le récepteur ont donc chacun leur part de responsabilité dans la construction de leur œuvre commune.

La complexité de l'impro exige une approche ouverte aux interrelations. Il s'agit de développer des communications souples, un climat d'innovation et de tolérance face à son interlocuteur. Des surprises, refus, résistances peuvent donc survenir car l'autre nous fait pénétrer dans un monde incertain et parfois contradictoire avec ce que nous avions prévu.

Augusto Boal, fondateur du théâtre-forum, souligne également l'importance du travail à

deux. « Deux êtres – et pas seulement un ! – parce que le théâtre étudie les multiples relations existant entre les hommes et femmes vivant en société, et ne se limite pas à la contemplation de chaque individu solitaire, pris séparément. Le théâtre est un dialogue de paroles et d'actions, il est conflit, contradiction, affrontement. L'action dramatique est le mouvement de cette confrontation de forces. » <sup>5</sup>

### **Principes de l'impro, principes de la communication**

L'impro ne s'improvise pas ! Cela demande de l'entraînement pour intégrer la complexité de ses différentes composantes. « Il serait faux de penser que l'art d'improviser n'a pas besoin de techniques. » <sup>6</sup>

### **L'écoute**

« A et B savent qu'ils ont comme tâche maintenant d'écrire à deux une œuvre spontanée. Ils vont ensemble chercher des moteurs. Ils vont être à l'écoute de soi et de l'autre en même temps. »



Atelier d'impro animé par Florence Pire à l'Université de Printemps de Lire et Ecrire

Deux niveaux d'écoute sont relevés par l'impro : ce qui se dit, 'l'écoute auditive', et ce qui se montre, se passe, s'installe sans les mots, 'l'écoute visuelle'. Ensemble, tout est à créer à ces deux niveaux.

L'écoute est d'autant plus importante que l'histoire doit rester cohérente, même dans des mondes farfelus, et être respectée par tous. La concentration et la mémorisation sont suscitées à tout moment.

Une écoute idéale permet une parfaite circularité : il y a réciprocité et chacun y trouve son compte. Des échanges bilatéraux peuvent donc s'établir. Le joueur va trouver des idées en lui mais aussi en écoutant et en observant son partenaire. L'autre devient source d'inspiration. Porter son intérêt sur l'autre et se centrer sur lui poussent à la rencontre et à la collaboration. « [...] le dépassement et l'abnégation de soi [...] Tout donner à l'autre, s'oublier et par là gagner. »

Le 'moi je' n'a pas sa place dans l'impro car le joueur reste alors sur lui-même au lieu d'aller vers l'autre, et de ce fait, exclut l'imbrication

des idées et des univers. Le travail portera sur l'installation d'un rapport à l'autre qui permettra à chaque personnage de se définir tour à tour.

### L'acceptation

Le 'oui et ...' a pour objectif de construire et de raconter une histoire. « *Les comédiens doivent pratiquer le oui sans lequel aucune action n'est possible. Deux comédiens qui improvisent ne sont pas en état de duel mais en état de coopération pour écrire.* »

Le 'oui', c'est l'écoute et l'acceptation de ce que le partenaire donne. Cela demande souplesse et ouverture aux idées, aux informations et aux univers apportés par l'autre.

S'arrêter au seul 'oui' n'apporte cependant rien de plus. Avec le 'et', il s'agit d'amener des informations supplémentaires pour avancer, capter tout ce qui se passe et le transformer, le faire évoluer. Une info de l'un + une info de l'autre + ... : chacun amène une brique à la construction collective. Plusieurs voies s'offrent aux joueurs et ils en choisissent une à explorer. Les idées



Atelier d'impro, Université de Printemps

des différents protagonistes se rencontrent. Tous les univers sont ainsi compatibles dès que chacun cherche à établir des liens avec l'autre, quitte à lâcher ses premières idées.

Le 'oui mais' implique une remise en question des informations et le 'non' les refuse. Le joueur ferme alors les portes que son partenaire lui a ouvertes.

L'acceptation, c'est aussi ne pas se montrer surpris par la proposition de l'autre car il s'agit de raconter la même histoire ensemble. Les joueurs nous montrent un morceau d'une histoire qui a une histoire, un passé, un présent et un futur.

*« Le comédien ne devra jamais être surpris par l'accident, par la proposition nouvelle, par le défi et par l'incongru qui se rattache à son art et à la vie. »*

Le 'oui et...' peut être vu comme une philosophie de vie : en disant oui, s'offrent à

l'individu de nouvelles voies auxquelles il n'aurait pas eu accès s'il avait refusé. *« Pour l'acteur, l'improvisation doit être un mode de vie. »*

### Affirmer, oser et assumer

Ne pas poser de questions et affirmer rejoignent le 'et' car le joueur donne des éléments à l'histoire. D'autre part, ne pas tout donner d'un bloc laisse à l'autre la possibilité d'apporter également sa pierre à l'édifice. Sinon, le joueur tombe dans la rudesse où tout est scénarisé et imposé à l'autre. S'affirmer tout en respectant l'autre.

Oser car tout est possible (autres époques, autres lieux, objets, animaux, concepts,...) et tout est à créer. Comme tout le monde participe, la peur d'être ridicule est relativisée. L'impro aide à ne plus craindre le regard de l'autre et à le dépasser.

Assumer les idées qui surviennent et les faire passer clairement, de façon à ce que chacun y croie, demande de la part du joueur sincérité et authenticité du personnage.

### L'expression verbale

Pour comprendre la communication, il s'agit de prendre en compte le discours explicite et l'ensemble des réactions non verbales des personnes en présence.

En impro également, il est important de donner les informations de manière claire et précise en pensant aux questions : qui ? quoi ? quand ? pourquoi ? combien ? où ? comment ? C'est un moyen d'organiser ses idées et de s'assurer que l'on n'oublie rien d'important.

La voix doit être claire et audible afin que le partenaire puisse rebondir sur ce que le joueur lui donne.





*Atelier d'impro animé par Florence Pire à l'Université de Printemps de Lire et Ecrire*

## **L'expression non verbale**

Les messages qui passent par le non-verbal sont sujets à de multiples interprétations. Le partenaire va définir une lecture de ce que l'autre montre, à partir de ses propres références, de ses propres idées. En y mettant des mots, il donne un sens au non-verbal de son partenaire, il fait avancer l'histoire en le situant dans un contexte, un univers. Son équipier sera alors tenu d'accepter cette interprétation.

Il ne s'agit pas nécessairement de faire quelque chose pour qu'il y ait communication. Dès que deux personnes ou plus sont ensemble, elles communiquent, qu'elles le veulent ou non. Le jeu théâtral va se servir énormément des différentes lectures possibles. Le joueur joue avec des nombreux éléments non verbaux 'parlants' comme les expressions faciales, les expressions vocales, les silences, les gestes, les mouvements du corps, la présence, l'utilisation de l'espace,...

Le regard entre les partenaires est très important en impro car il permet de partager et de créer la complicité. Il est la première relation à l'autre. Il introduit une réciprocité dans la communication et assure l'établissement et le maintien du contact. Oser regarder en face et supporter le regard de l'autre renforcent l'affirmation de soi et constituent un atout dans de nombreuses situations.

Les émotions sont également travaillées en impro. Elles sont des moteurs aux personnages et aux histoires. Elles donnent des couleurs à la vie comme aux histoires. L'authenticité et la sincérité des émotions sont valorisées au détriment des stéréotypes et des caricatures.

Les émotions permettent à la personne de communiquer spontanément son ressenti mais aussi de décoder rapidement ce que son interlocuteur éprouve, sa disposition. Ce travail permet d'être davantage conscient des émotions que la personne communique et de

celles qui lui sont communiquées. Qu'est-ce que le corps, les mimiques, les attitudes, les gestes transmettent comme informations ?

Le travail sur le corps a également une importance afin d'amener les participants à sortir de leur corps en le transformant. Le corps, l'émotion et la voix sont des composantes à la création des personnages, protagonistes des histoires.

## Une méthode active

Par différents exercices, les participants apprennent les principes de l'impro. Et en même temps, dans un esprit ludique et convivial, ils sont amenés à vivre en réel les principes de la communication (en tant qu'improvisateur mais également en tant qu'observateur). Ils peuvent se rendre compte de leur importance pour que 'la sauce prenne', pour que l'histoire se construise ensemble, pour que la relation s'établisse.

L'utilisation de l'impro permet d'ouvrir la réflexion sur une méthode active, mettant l'accent sur l'action et l'expérimentation en groupe. L'activité de celui qui apprend est privilégiée. Ses capacités à agir et à réagir sont valorisées.

L'impro comme outil pédagogique permet de sortir des approches classiques de la communication. L'enjeu est bien d'amener un renversement dans le mode habituel d'apprentissage. L'impro est ainsi un moyen mobilisateur d'un changement de type mutation, provoquant des ruptures par rapport aux références installées. Les participants sortent du cadre pour expérimenter d'autres manières de se rencontrer. Les relations se situent dans des univers imagi-

naires et sont donc prises sous un autre angle apportant ainsi un nouvel éclairage.

Les exercices sont souvent très cadrés. Cela peut paraître parfois même très rigoureux mais c'est dans la contrainte que la créativité peut se développer car les joueurs sont obligés de dépasser le connu. « *L'animateur choisira des exercices excitants pour l'esprit ou du moins il les placera toujours dans cette perspective. Par là, nous voulons dire qu'un exercice doit être considéré comme une provocation constructive à l'entendement du participant. Le but visé est d'étendre le champ d'action de l'activité mentale. L'exercice se présente comme une sorte d'aventure qui appelle la mobilisation des capacités mentales et physiques, qui elles-mêmes ouvrent des voies, des portes vers d'autres aventures et ce, à l'infini !* »<sup>7</sup>

Le cerveau droit est sollicité à tout moment, plaçant les participants dans une position 'd'explorateur de l'imaginaire'. La créativité permet de lâcher la pensée linéaire et de donner un sentiment de liberté car l'individu a l'impression de pouvoir trouver une solution à ses problèmes, il ne se sent pas bloqué. Les difficultés rencontrées, les contraintes imposées ne sont plus vécues comme des menaces ni comme des échecs mais comme des défis et des occasions de croissance, comme source de créativité.

L'humour, toujours présent dans ce type d'atelier, apporte une rupture par rapport aux schémas habituels et réintroduit un nouveau sens aux actions des joueurs. Il permet donc, avec le recul 'décalé', un autre regard sur la réalité. Un atelier d'impro offre ainsi un temps d'arrêt, d'amusement, une bouffée d'oxygène pour sortir du quotidien.



*Atelier d'impro, Université de Printemps*

Les debriefings sont des temps de verbalisation qui invitent les participants à s'exercer à la métacommunication, à la communication sur la communication. *« Lorsque nous ne nous servons plus de la communication pour communiquer, mais pour communiquer sur la communication, ce qui est absolument nécessaire dans des recherches concernant la communication, nous avons recours à des conceptualisations qui ne sont pas une partie de la communication mais un discours sur la communication. »*<sup>8</sup>

Les joueurs ne sont plus dans les exercices d'impro et ils portent un regard extérieur sur ce qu'ils ont joué, vécu. Chacun peut évaluer sa propre attitude et sa manière d'entrer en relation. *« Le théâtre – ou la théâtralité – est cette propriété humaine qui permet que le sujet puisse s'observer lui-même, en action. La connaissance de soi qu'il acquiert ainsi lui permet d'être le sujet (celui qui observe) d'un objet, qui est un autre sujet : lui-même. Cette capacité lui permet d'imaginer des variantes à son action, d'inventer des alternatives. [...] Il (le théâtre) permet de voir et d'écouter. En voyant et en écoutant – et en se voyant et en s'écoutant –, le protagoniste acquiert des*

*connaissances sur lui-même. Je vois et je me vois, je parle et je m'écoute, je pense et je me pense – cela n'est possible que par le dédoublement du moi : le moi-maintenant observe le moi-avant et énonce un moi-possible, un moi-futur. »*<sup>9</sup>

## **Conclusions et perspectives**

L'impro se révèle un outil intéressant pour la formation personnelle tant des intervenants sociaux (au sens large) que des populations avec lesquelles elles travaillent. Plusieurs usages de l'impro peuvent, en effet, être relevés à destination de différents publics. Tout d'abord, un atelier d'impro peut être envisagé comme un axe d'une formation visant la communication, l'expression verbale et non verbale.

Il peut également constituer un temps de travail sur soi et de développement personnel. Les participants se surprennent eux-mêmes. Ils découvrent des possibilités qu'ils n'avaient pas ou peu explorées. Ils se voient autrement et osent de nouvelles expériences. *« Le théâtre est un indéniable outil de développement de l'individu. Il aide à lever certaines inhibitions, il optimise la créativité, il permet d'oublier le stress de la vie quotidienne, il apprend à vivre ensemble puisqu'il est toujours une aventure collective. Il aide aussi (et surtout) la personne qui le pratique à s'installer dans une connaissance de soi féconde et évolutive. Cela ne fait pas pour autant du théâtre un lieu thérapeutique mais plutôt une aventure qui aurait des effets éventuellement thérapeutiques. »*<sup>10</sup>

L'impro suscite les interactions et rend le groupe davantage porteur et moteur. Elle amène les personnes à créer de nouveaux liens, de nouvelles relations et à renouer des



contacts en modifiant la vision que les uns ont des autres. L'impro dynamise, d'une part, les nouveaux groupes en participant à leur genèse, et d'autre part, les groupes existants en suscitant de nouveaux rapports. Utilisé dans un objectif de Team Building <sup>11</sup>, l'atelier d'impro devient alors un outil d'intervention auprès de groupes ou d'équipes de travail.

L'impro est aussi un outil dans un processus de réaffiliation sociale. L'atelier vise le développement d'un savoir-être au sein d'un groupe et participe ainsi à la reconstruction de l'identité de la personne en rétablissant une motivation, en lui permettant d'acquérir des compétences sociales et en restaurant des capacités oubliées. Il en ressort une reconnaissance sociale et une meilleure confiance en soi nécessaire pour pouvoir aborder la suite d'un parcours de réinsertion. Cette étape est un moment où la personne est invitée à poser ses valises, à faire le point sur ses choix personnels et professionnels, à définir un projet et à se mobiliser autour de celui-ci.

Mais, comme tout outil pédagogique, le formateur ou l'animateur doit pouvoir être à l'aise avec lui, savoir où il va et comment il va y arriver. Cela exige une réflexion pédagogique sur le chemin à prendre et demande de pouvoir jongler avec les exercices et les référentiels du monde de l'impro pour s'adapter à chaque groupe. Cela exige aussi de sa part d'être conscient que l'impro demande de se mettre 'à nu' devant les autres. Elle touche à l'identité de la personne et au regard qu'elle pose sur elle. Tout le monde n'est pas nécessairement prêt à ce travail. Il s'agit d'oser la nouvelle expérience, d'avoir envie d'avancer et de s'impliquer personnellement.

Et, pour conclure, je voudrais simplement dire que c'est un réel plaisir pour moi, en tant que formatrice, de travailler cette approche car je constate à chaque fois de magnifiques évolutions, des transformations des participants dans leurs relations aux autres. « Enseigner le théâtre, c'est enseigner la vie... ou presque. » <sup>12</sup>

**Florence Pire, intervenante  
à l'asbl Ex-expression  
[www.ex-expression.be](http://www.ex-expression.be)**

1. Formations à l'intention des intervenants en alphabétisation organisées chaque année pendant les congés de Pâques par Lire et Ecrire Communauté française. Divers ateliers (de 2 à 5 jours) sont proposés aux participants. Pour plus d'infos : 02 502 72 01 ou [lire-et-ecrire@lire-et-ecrire.be](mailto:lire-et-ecrire@lire-et-ecrire.be)
2. Un match d'impro est composé de joutes ; on ne parle donc pas ici d'acteurs mais de jouteurs.
3. GRAVEL Robert et LAVERGNE Jean-Marc, **Impro. Réflexions et analyses**, Léméac Editeur, 1987, p. 32.
4. *Ibid.*, p. 24.
5. BOAL Augusto, **L'arc-en-ciel du désir. Du théâtre expérimental à la thérapie**, Editions La Découverte, 2002, p. 21.
6. GRAVEL et LAVERGNE, *op. cit.*, p. 31. Toutes les citations se trouvant dans ce paragraphe sur les principes de l'impro sont tirées de ce même ouvrage (pp. 26, 44, 28, 17 et 13).
7. GRAVEL Robert et LAVERGNE Jean-Marc, **Impro II. Exercices et analyses**, Léméac Editeur, 1989, p. 16.
8. WATZLAWICK Paul, **Une logique de la communication**, Editions du Seuil, Paris, 1979, pp. 35-36.
9. BOAL, *op. cit.*, pp. 18 et 34.
10. HERIL Alain et MEGRIER Dominique, **Techniques théâtrales pour la formation d'adultes**, Editions Retz, 1999, p. 6.
11. Le Team Building est utilisé pour renforcer l'esprit d'équipe et les systèmes de communication au sein d'une équipe de travail ou d'un service.
12. GRAVEL et LAVERGNE, 1989, *op. cit.*, p. 18.