

Trois étudiants de la formation Master HES-SO Innokick témoignent

Les premiers cours m'ont tétanisée...

Crystel Ybloux, Design & Arts Visuels, étudiante 2015

Nous avons eu en début d'année plusieurs cours d'expression orale avec des professionnels du théâtre. Il a fallu se mettre en scène, faire des jeux de rôles, articuler, contrôler sa gestuelle... Cela paraît simple, dit comme cela, mais pas pour moi. Les premiers cours m'ont littéralement tétanisée, je ne pouvais plus bouger, ni parler, tellement le stress m'envahissait. En tant qu'artiste, les spectateurs me jugent et me regardent à travers mes œuvres. En revanche, ici lors de la première séance d'expression orale, une quarantaine de personnes me fixaient silencieusement du regard. Oui, moi, Crystel Ybloux. Pas mes photos ou mes sculptures, non, uniquement moi. Ils devaient se poser la question, mais pourquoi ne fait-elle rien, celle-là ? Elle est bizarre.

Cette différence entre l'arrière et le devant de la scène a été un sacré choc. J'ai toujours pensé que certaines personnes étaient naturellement à l'aise devant un auditoire et que d'autres ne le seraient jamais. Or cela s'apprend, et parfois on peut même y prendre plaisir et jouer avec son public. En fait, ce n'est pas si difficile : il faut lâcher prise, avoir confiance en soi, car c'est un échange avec l'autre. Si on se loupe, ce n'est pas grave, on recommence. Évidemment, trois séances, ce n'est pas assez pour devenir un génie de la scène et ce n'était pas le but non plus de ce cours. Toutefois, cela m'a donné une prise de conscience et une découverte de moi-même, ainsi que des outils pour mieux gérer avant, pendant et après ma performance orale, pour qu'elle me corresponde au mieux.

Apprendre à faire attention à nos propres gestes

Nicolas Broillet, Ingénierie & Architecture, étudiant 2015

Le cours Plateau est vraiment particulier, car on ne peut s'entraîner qu'en pratiquant ! Nous avons effectué des exercices simples, mais peu évidents. Nous étions obligés de sortir de notre zone de confort et d'apprendre à faire attention à nos propres gestes. Ceci nous a permis de découvrir notre « présence sur scène », laquelle, avec du recul, n'est pas si différente de notre présence lors d'une présentation. Cette conscience de soi est importante et ouvre à une plus profonde réflexion, notamment concernant la gestion du silence, et de son public. Comme dit l'adage, « On n'a qu'une seule chance de faire une bonne première impression ».

Les barrières de l'interculturel et de l'interdisciplinaire volatilisées !

Loïc Geoffroy, Économie & Services, étudiant 2016

Les différentes activités – artistiques comme de prise de parole en public – en groupe proposées lors de cette journée m'ont permis d'entamer la formation avec une cohésion et un esprit de classe. J'ai eu l'occasion de participer à des activités où les barrières de l'interculturalité ainsi que celles de l'interdisciplinarité se sont volatilisées. Mettant tout le monde au même niveau, j'ai notamment expérimenté la prise de décision collective dans un cadre d'improvisation et de laps de temps très réduit.

élimination des mouvements parasites, captivité de l'auditoire, mobilisation de l'énergie, etc.

Il est important pour les participants de montrer qu'ils sont capables de communiquer leurs idées, leurs résultats ou l'avancement de leur projet en captant l'auditoire et en employant un langage et une posture adaptés à chaque situation. Le vocabulaire et les mouvements peuvent en effet être anticipés afin de faire passer au mieux le message principal. L'enjeu étant de présenter le projet avec clarté et enthousiasme pour convaincre le mandataire ou le client. L'art de savoir jongler et réagir avec les imprévus et les questions fait partie intégrante de l'étape de présentation et de conviction. Des compétences clés utiles pour toute la vie.

Grâce aux activités théâtrales, les étudiants de cette formation sont ainsi plongés dans un voyage expérimental qui les accompagnera tout au long de leur Master en Innovation et au-delà. En effet, la prise de risque, la gestion de l'inconnu, la capacité à convaincre et à improviser sont des compétences clés dont ils auront besoin tout au long de leur vie professionnelle. /

les élèves séduits par l'impro ou comment créer à partir de soi

mehdi mokdad

L

« Lorsqu'un autre vient vers vous avec une proposition, on ne dit jamais non, on l'accepte et on construit ensemble à partir de là. » C'est l'un des mantras de base de l'improvisation théâtrale. Ici, pas de texte, pas de décors, pas de costume, on vient avec soi-même et son imagination. L'ambiance est décontractée mais on n'est pas là pour se tourner les pouces, improviser ça se travaille. Rencontre avec deux entraîneurs-improvisateurs, Émile Martin et Manfred Habicht, qui œuvrent à Nyon, au collège et au gymnase.

Pour en savoir un peu plus sur ce cousin du théâtre, qui séduit de plus en plus de jeunes dans les écoles et gymnases romands, parce que l'impro peut apporter beaucoup à de jeunes élèves et étudiants aux prises avec une période compliquée de la vie.

À l'origine, c'est l'histoire d'un groupe d'amis, qui, à l'école secondaire a entendu parler de l'improvisation théâtrale comme d'une rumeur, et s'est mis en tête d'en faire une de leurs activités. Seulement il n'y avait qu'un cours de théâtre classique à l'école. Bille en tête, ils partagent avec l'enseignante responsable de ce cours leur envie, et ils se lancèrent dans l'aventure, ne sachant pas trop comment s'y prendre.

C

Construire une histoire avec rien et très peu de temps

Et pour cause, l'approche est bien différente : « En improvisation, il n'y a pas de texte, pas de décors, pas de costume, il n'y a que soi, et l'autre. Et c'est avec cela que l'on doit construire une histoire, en très peu de temps. C'est pour cela qu'une des règles fondamentales en impro est de toujours dire oui, on ne refuse pas ce que l'autre propose. Cela demande un sens aigu de l'association d'idées et une capacité d'écoute affûtée », nous expliquent les deux entraîneurs. À cela s'ajoutent aussi beaucoup de termes et de décorum

empruntés au monde du sport. On parle alors de matchs, il y a des arbitres, des pénalités (que l'on se doit de contester !), la scène est nommée patinoire et en a la forme, en plus petit, on parle d'équipes qui portent des maillots, et même si l'esprit est bon enfant, le cadre reste celui d'une compétition, ce qui renforce l'esprit d'équipe chez les participants.

É

École et gymnase, viviers de futurs improvisateurs

Pour Manfred et Émile, l'aventure se poursuit au gymnase de Nyon, cette fois-ci en s'inscrivant dans la ligue d'impro vaudoise, chapeautée par l'AVLI (Association Vaudoise des Ligues d'Impro), ce qui induit de participer à des matchs face à d'autres équipes. Durant ces années, ils feront la rencontre de Sébastien Freymond, figure emblématique de l'AVLI, lui-même enseignant de métier, ayant écrit une thèse sur l'improvisation théâtrale. Ainsi le lien avec le monde scolaire semble intrinsèque à l'impro, c'est notamment à l'école et au gymnase qu'elle trouve son terreau de futurs improvisateurs, l'un et l'autre se font écho et s'apportent des bénéfices non négligeables.

D

Démocratiser la discipline

Aujourd'hui, ils ont cette volonté farouche de démocratiser la discipline, par passion mais surtout par conviction. Pour ce faire, ils ont monté l'association Improvizanyon en 2013, avec laquelle ils donnent régulièrement des spectacles, animent des galas et autres manifestations en tout genre, afin de sortir du cadre des matchs de ligue, mais s'évertuent également à former les prochaines générations. Ainsi ils entraînent deux équipes à Nyon, l'une à l'école secondaire en catégorie écoliers (11-16 ans) et l'autre au gymnase

cantonal, en catégorie juniors (15-20 ans), et continuent eux-mêmes à participer en catégorie 20 ans et plus.

U

Un apport précieux pour des jeunes en construction

Forts de leurs propres expériences, ils sont persuadés que l'improvisation est une pratique aux apports essentiels à des jeunes en construction. « Nous travaillons sur différents aspects avec eux, la créativité et l'association d'idées bien sûr, mais

Forts de leurs propres expériences, Emile et Manfred sont persuadés que l'improvisation est une pratique aux apports essentiels à des jeunes en construction.

également à prendre conscience de et à utiliser avec aisance son corps et sa voix », nous confie Émile, ce à quoi Manfred ajoute : « Ça, c'est la base, et c'est essentiel. Mais l'improvisation nous permet d'aller tellement plus loin, on aborde évidemment le rapport à l'autre et l'écoute, ce qui est indispensable si l'on veut construire une histoire à plusieurs, apprendre à assumer ses erreurs et en tirer quelque chose, mais aussi des sujets plus graves, privés ou d'actualités, qui, traités à travers le prisme de l'improvisation, se décantent plus facilement. » Et Émile de conclure : « Ce qui est important c'est que tout cela se fait sous la forme d'un jeu, c'est récréatif, ludique, et sous cette forme ça permet d'aborder toutes sortes de sujets et de thèmes essentiels, parfois compliqués, sans que cela en ait l'air. On travaille sans en avoir l'impression. Tout ce qu'on peut développer à travers cette pratique est tellement global qu'il m'est impossible de le résumer en quelques mots ici. »

Même s'ils ne peuvent pas toujours tout décortiquer et comprendre, l'effet recherché est de les sensibiliser à affûter pleinement leurs sens de l'observation et de l'analyse afin de prendre conscience des multiples mécanismes qui régissent notre quotidien.

U

Un « déclic » aux vertus multiples

À en croire les différents gymnasiens qui suivaient l'entraînement d'Émile Martin ce jour-là, pratiquer l'impro a des répercussions positives bien au-delà du simple cadre de la discipline : confiance en soi, aisance dans l'expression orale, notamment lors d'examens, avec et dans l'acceptation de son corps, dans la relation avec les autres, l'écoute, l'esprit d'équipe sont les termes qui reviennent le plus fréquemment lorsqu'on leur demande simplement, selon eux, ce que l'improvisation théâtrale leur a apporté. Et cela corrobore les propos de plusieurs enseignants et parents desquels les entraîneurs ont obtenu des retours, leur rapportant que certains élèves, qui ne s'exprimaient jamais, le faisaient dorénavant régulièrement et avec aisance ou que leurs constructions argumentatives s'étaient significativement améliorées, pour ne citer que ces exemples.

A

Amener l'impro dans toujours plus d'écoles

La volonté de Manfred et Émile est profondément altruiste. Ils ne cherchent pas à former des professionnels du théâtre ou des vocations dans l'improvisation, certains se dirigeront peut-être dans cette voie et c'est très bien, mais ils visent avant tout à apporter à des jeunes tous les bénéfices qu'eux-mêmes ont pu retirer de la pratique de l'im-

Certains élèves, qui ne s'exprimaient jamais, le faisaient dorénavant régulièrement et avec aisance et leurs constructions argumentatives s'étaient significativement améliorées.

provisation théâtrale, à une période de la vie si critique et dure, parce que pleine de mutations fondamentales pour tout être humain.

« Notre volonté, et ce à quoi nous travaillons avec Improvizanyon, en partenariat avec l'AVLI, c'est d'amener l'impro dans toujours plus d'écoles et de gymnases, de multiplier les matchs, les représentations de gala, tout ce qu'il est possible de faire pour apporter plus de visibilité à cette discipline, et faire réaliser aux différents milieux scolaires tous les bienfaits qu'une telle activité annexe peut avoir sur la scolarité des jeunes, alors nous le ferons, sans jamais déborder. »

U

Un terrain de libre expression

Il faut comprendre cette discipline comme un terrain de libre expression où la construction de soi, l'écoute, mais aussi l'acceptation de soi et des autres, tels que l'on est, tels qu'ils sont, sont essentielles. Et ces valeurs, lorsqu'elles sont conscientisées, sont indispensables dans le parcours scolaire et privé de n'importe quel jeune, de l'adolescence à l'âge adulte. /

Plus de détails : improvizanyon.ch, avli.ch

