Document generated on 10/12/2024 4:40 a.m.

Nouvelles pratiques sociales

Jeux de rôle et vidéorétroaction : une expérience orientée vers les solutions auprès d'un groupe de réadaptation pour hommes toxicomanes

Pierre Dostie

Volume 8, Number 2, Fall 1995

Les pratiques sociales des années 60 et 70

URI: https://id.erudit.org/iderudit/301334ar
DOI: https://doi.org/10.7202/301334ar

See table of contents

Publisher(s)

Les Presses de l'Université du Québec à Montréal

ISSN

0843-4468 (print)
1703-9312 (digital)

Explore this journal

Cite this article

Dostie, P. (1995). Jeux de rôle et vidéorétroaction : une expérience orientée vers les solutions auprès d'un groupe de réadaptation pour hommes toxicomanes. *Nouvelles pratiques sociales*, *8*(2), 157–167. https://doi.org/10.7202/301334ar

Article abstract

Le présent article décrit en détail la technique du jeu de rôle orienté vers les solutions et utilisée en groupe de réadaptation pour hommes au Centre de réadaptation en toxicomanie 02 du Centre hospitalier de Jonquière. Cette technique peut être utilisée spontanément ou à partir de mises en situation. Dans ce dernier cas, les jeux de rôle sont filmés et leur visionnement (vidéorétroaction) permet aux clients de se percevoir comme des acteurs (non comme des consommateurs passifs) capables de modifier leur style de vie et leur environnement. L'expérience, qui est des plus appréciées malgré le stress positif qu'elle engendre, s'avère pour la clientèle une belle occasion de relever un défi.

Tous droits réservés © Les Presses de l'Université du Québec, 1995

This document is protected by copyright law. Use of the services of Érudit (including reproduction) is subject to its terms and conditions, which can be viewed online.

https://apropos.erudit.org/en/users/policy-on-use/

This article is disseminated and preserved by Érudit.

Érudit is a non-profit inter-university consortium of the Université de Montréal, Université Laval, and the Université du Québec à Montréal. Its mission is to promote and disseminate research.

https://www.erudit.org/en/

Jeux de rôle et vidéorétroaction: une expérience orientée vers les solutions auprès d'un groupe de réadaptation pour hommes toxicomanes

Pierre DOSTIE
Travailleur social en réadaptation
Centre de réadaptation en toxicomanie 02
Chargé de cours en travail social
Université du Québec à Chicoutimi

Le présent article décrit en détail la technique du jeu de rôle orienté vers les solutions et utilisée en groupe de réadaptation pour hommes au Centre de réadaptation en toxicomanie 02 du Centre hospitalier de Jonquière. Cette technique peut être utilisée spontanément ou à partir de mises en situation. Dans ce dernier cas, les jeux de rôle sont filmés et leur visionnement (vidéo-rétroaction) permet aux clients de se percevoir comme des acteurs (non comme des consommateurs passifs) capables de modifier leur style de vie et leur environnement. L'expérience, qui est des plus appréciées malgré le stress positif qu'elle engendre, s'avère pour la clientèle une belle occasion de relever un défi.

INTRODUCTION

Le jeu de rôle est une technique de plus en plus répandue en animation et en intervention sociale. Il est régulièrement utilisé dans les groupes de réadaptation destinés notamment aux clientèles violentes ou toxicomanes. D'autre part, depuis quelques années, les enregistrements sur vidéo des séances de groupe sont utilisés pour la supervision des intervenants et intervenantes. Le présent article décrit une expérience où les jeux de rôle et leur enregistrement sur vidéo sont utilisés en thérapie dans le cadre de groupes restreints au Centre de réadaptation en toxicomanie (CRT) 02 du Saguenay–Lac-Saint-Jean.

Dans un premier temps, il sera question du CRT 02 et de son programme de réadaptation. Sera ensuite brièvement décrit le programme de thérapie de groupe pour hommes dans lequel les jeux de rôle en question sont utilisés. Nous présentons également quelques éléments de l'approche orientée vers les solutions. S'ensuit une description détaillée de la technique du jeu de rôle, qu'elle soit utilisée spontanément en cours de discussion ou à partir de mises en situation prédéterminées. Enfin, nous aborderons brièvement l'impact de l'utilisation d'une telle technique et les perspectives d'avenir.

LE CRT 02

Le Centre de réadaptation en toxicomanie 02 offre à la population adulte toxicomane (c.-à.-d. qui a une dépendance à l'alcool, aux drogues ou aux médicaments) du Saguenay–Lac-Saint-Jean une gamme complète de services prioritairement externes de désintoxication, de réadaptation et de suivi. Une approche globale (bio-psychosociale) préside à la prestation des services qui s'actualisent à l'intérieur d'un plan d'intervention approprié à la situation et aux besoins particuliers de chaque client.

Le programme de réadaptation comprend cinq phases : 1) l'évaluation, qui permet de cerner la problématique et les besoins du client, de stimuler sa motivation et de déterminer des éléments d'un plan d'intervention ; 2) la désintoxication, qui mène à un rétablissement physique et psychologique ; 3) la stabilisation des conditions (bio-psychosociales) propices à la réadaptation et pendant laquelle le client précise son plan de réadaptation ; 4) la thérapie, qui favorise une démarche d'introspection et l'apprentissage d'habiletés conduisant à la modification du style de vie ; et 5) la consolidation (suivi de trois mois), qui vise le maintien des changements à la suite du stage intensif de réadaptation.

Le groupe est le contexte privilégié d'intervention. Certains groupes sont semi-ouverts (désintoxication, stabilisation et consolidation). Les

groupes de thérapie qui ont cours pendant le stage intensif de réadaptation sont fermés. Ces groupes sont également non mixtes en raison des approches utilisées qui prennent en considération le vécu spécifique des hommes et des femmes dans le développement de la toxicomanie.

LE GROUPE DE THÉRAPIE

Les hommes qui adhèrent au programme de réadaptation du centre s'inscrivent, pour une période de trois semaines intensives, à un ensemble d'activités complémentaires de trois types : groupe de thérapie, activités éducatives (conférences, films) et activités physiques, sportives et manuelles. Le groupe de thérapie est le lieu de la continuité et de l'intégration de l'ensemble de la démarche de réadaptation. En plus d'une rencontre pré-groupe, ce programme comprend neuf rencontres de deux heures qui portent sur des thèmes suivant un ordre séquentiel. Tout au long des rencontres, divers exercices ont pour but de favoriser chez les membres :

- une clarification et un approfondissement de leur motivation et de leur décision ;
- une compréhension de leur expérience personnelle de l'assuétude ;
- une démarche d'introspection conduisant à une meilleure connaissance et acceptation de soi, une responsabilisation et une plus grande autonomie affective ;
- un apprentissage de stratégies alternatives d'adaptation (gestion des émotions, communication interpersonnelle, affirmation de soi, résolution de problèmes, gestion du stress et de l'agressivité) ;
- une mise à jour de leurs réseaux de soutien (affectif, social, services) et une stimulation de leurs capacités à les utiliser adéquatement ;
- une amélioration de leurs capacités à s'insérer dans un milieu social, à fonctionner, à participer et à y apporter une contribution personnelle.

Les jeux de rôle spontanés sont régulièrement utilisés au cours des rencontres, quels que soient les thèmes abordés. Toutefois, le jeu de rôle planifié avec vidéorétroaction fait l'objet d'un exercice particulier.

LE JEU DE RÔLE

Le jeu de rôle est une technique expérientielle (apprendre en le faisant) et expérimentale (risquer de nouveaux comportements). C'est une technique très productive qui comporte un haut potentiel d'*insight*, de *feed-back* et d'apprentissage des habiletés dans les relations interpersonnelles.

Les discussions rationnelles, à elles seules, ne suffisent pas, en effet, à provoquer des changements qui ne se vivent en fait que par l'expérience.

Le jeu de rôle consiste donc en quelque sorte en une « expérience vécue ». S'inspirant d'une situation de vie réelle ou simulée, il crée un contexte à l'intérieur duquel sont reproduites, le plus souvent naturellement, les stratégies personnelles d'adaptation des membres. Par les interactions qu'elle génère, cette technique fait surgir les émotions, les malaises, les prises de conscience et l'espoir qui sont en fait le carburant même du changement. Le jeu de rôle offre ainsi un contexte où les impasses du membre et du groupe peuvent se dénouer sur-le-champ, grâce aux nouvelles habiletés (attitudes et comportements) que le contexte sécuritaire du groupe permet de risquer.

Les gratifications et renforcements occasionnés par l'expérience du jeu de rôle donnent enfin aux membres le goût de reproduire ces nouveaux comportements à l'extérieur du groupe. C'est là un des buts spécifiques du groupe de réadaptation.

Voici une description détaillée de l'utilisation de cette technique à l'intention des intervenantes et intervenants intéressés.

Jeu de rôle exécuté à partir d'une mise en situation

Lorsque le groupe démarre, les membres sont prévenus qu'il y aura des jeux de rôle enregistrés sur vidéo à la huitième rencontre. Sans donner plus de détails, nous les rassurons sur le fait que cet exercice ne demande aucune préparation et qu'il est très apprécié. Cette activité, qui survient vers la fin du stage intensif, met l'accent sur l'expérience et le passage à l'action.

La perspective orientée vers les solutions

Les jeux de rôle planifiés ont été conçus dans la perspective de la thérapie orientée vers les solutions (de Shazer, Berg et Miller). Cette approche met l'accent non pas sur le passé et sur les problèmes, mais bien plutôt sur l'avenir et sur les solutions. La recherche des exceptions (c.-à-d. quand le problème ne se présente pas) permet en effet de révéler et de renforcer la solution déjà présente dans les stratégies des clients. Les mises en situation suggérées créent donc un contexte où les « acteurs » ont soit à concevoir spontanément des solutions, soit à décrire comment ils ont réussi à résoudre un problème.

Par équipes de deux ou trois, les membres exécutent des jeux de rôle à partir de mises en situation qui les projettent dans un contexte à l'intérieur duquel ils risquent de se retrouver trois ou six mois après leur stage.

L'expérience est clairement présentée comme :

- une occasion pour les membres de se situer comme des acteurs et non des spectateurs de leur vie (consommateurs passifs d'un contenu préfabriqué) ;
- une occasion d'apprendre de nouvelles habiletés par l'action (c.-à.-d. en le faisant).

Ces jeux de rôle sont filmés sur vidéo et sont l'objet de discussions de groupe à deux moments : d'abord, immédiatement après leur exécution et, ensuite, après leur visionnement, comme pour permettre à chacun de s'observer lui-même avec une certaine distance.

Avant le jeu de rôle

L'intervenant explique les objectifs du jeu

- Nous placer dans une situation concrète de vie nous permettant de réagir naturellement, avec ce que l'on est, notre bagage d'expériences, de connaissances, nos sentiments, nos attitudes et nos comportements.
- Apprendre sur notre façon d'entrer en relation et de communiquer avec les autres.
- Risquer de nouvelles attitudes, de nouvelles avenues devant une situation, sans crainte d'être jugés.
- Acquérir de nouvelles habiletés interpersonnelles par l'expérience (plutôt qu'en discuter).
- Le but n'est pas de « performer ». Il n'y a pas de « bons » et de « mauvais » jeux. Le but est de refléter et d'explorer nos sentiments, nos attitudes et nos comportements dans une situation donnée.

L'intervenant situe le jeu dans le contexte du groupe

Le but de la thérapie de groupe est d'acquérir de nouvelles habiletés, dans le contexte sécuritaire du groupe (acceptation sans jugement), afin de pouvoir reproduire ces habiletés à l'extérieur du groupe dans la vie quotidienne.

Consignes pour la préparation du jeu

- Distribution de trois mises en situation et lecture de celles-ci par les membres du groupe.

Mise en situation 1

Vous êtes sobre depuis 3 mois déjà. Un dimanche après-midi de beau temps, vous allez marcher seul au vieux port de Chicoutimi. Vous y rencontrez un copain de vieille date avec qui vous avez déjà consommé. Il ne sait pas que vous êtes sobre et vous ne savez pas non plus qu'il l'est. Après avoir découvert que vous avez fait le même choix de cesser de consommer et de changer votre style de vie, vous discutez des avantages actuels de votre nouvelle vie et vous échangez sur les façons dont vous vous y prenez pour surmonter vos difficultés.

Mise en situation 2

Vous avez à construire et à jouer un scénario de rechute. Vous avez à démontrer que cette rechute était prévisible. Vous illustrez ce qui la déclenche et comment le rechuteur fait ses choix. Montrez que cette rechute n'est pas la fin du monde et que l'on peut apprendre quelque chose de cette expérience. Suggérez quelques moyens de prévenir une rechute.

Mise en situation 3

Vous êtes à des noces. L'un des noceurs est ivre. Il ne tient plus debout, agresse verbalement les gens et fait honte à sa famille. Un membre de la parenté vous aborde. Il ne connaît pas votre passé, vous qui êtes sobre depuis 3 mois. Il vous parle des toxicomanes, combien ils sont irresponsables, etc. Il voudrait faire quelque chose pour aider le noceur ivre. Que lui répondez-vous ? Que faites-vous ?

- Chaque membre du groupe se prononce sur la situation dans laquelle il aimerait jouer.
- Jumelage des membres en fonction des situations choisies.
- Travail d'équipe (15-20 min) afin de convenir des rôles et du contenu des scénarios que les équipes doivent compléter en déterminant entre autres le dénouement de l'histoire. Pendant cette étape, les intervenants peuvent visiter les équipes et les soutenir dans leur préparation. Les joueurs sont invités à puiser dans leur expérience (ou celle de leur entourage) pour alimenter le contenu. Les équipes ont le loisir d'orienter le déroulement final du scénario dans la mesure où il est réaliste (non magique). Les joueurs sont prévenus de l'importance d'écouter l'autre durant le jeu, de maintenir un équilibre dans la place occupée par chacun, d'éviter les crocs-en-jambe et, surtout d'être en contact avec ses propres émotions dans le jeu (plutôt que de jouer un personnage de théâtre). Les intervenants seront particulièrement attentifs à ces éléments durant le déroulement du jeu.
- Retour des équipes en groupe et exécution des jeux à tour de rôle.

Durant le jeu de rôle

- Chaque équipe exécute le jeu qu'elle a choisi (environ 10 min), qui est filmé sur vidéo.
- L'intervenant peut agir comme ressource pour dépanner le jeu en cas de dérapage ou d'impasse. Il peut soutenir un joueur en l'aidant à exprimer ce qu'il ressent dans l'interaction. Dans l'ensemble, il voit au maintien de la structure et de la forme de la communication dans le jeu. Il gère également le temps.
- Il peut proposer qu'un autre membre du groupe (non-joueur) vienne remplacer un joueur et continuer ou reprendre le jeu à partir de la séquence de son choix.
- L'intervenant observe attentivement le jeu et retient une interaction à travailler avec le groupe par la suite.

Après chaque jeu de rôle

- L'intervenant félicite les joueurs et encourage l'appréciation positive du groupe.
- Il invite les joueurs à exprimer ce qu'ils ont *ressenti* durant le jeu, en particulier durant les moments forts du jeu, et ce qu'ils ont *appris* sur eux-mêmes durant le jeu.
- Il encourage les membres du groupe à exprimer leurs sentiments, leur perception du déroulement de la scène et ce qu'ils *retiennent* de ce jeu. Il est souvent surprenant de constater combien un jeu de rôle peut toucher les membres du groupe qui n'ont pourtant pas participé en tant que joueurs.

Visionnement des jeux de rôle

Comme nous venons de le voir, le premier échange permet l'expression des sentiments vécus durant le jeu et l'établissement de similarités avec la réalité. Il permet aussi de soulever un questionnement sur les attitudes des joueurs et leur façon de communiquer. L'échange qui suit le visionnement des jeux de rôle donne l'occasion aux membres de verbaliser sur leur autoperception en tant qu'acteurs, de recevoir un *feed-back* des autres, d'approfondir le questionnement sur leurs attitudes et comportements et enfin de poursuivre la réflexion sur le contenu.

- Avant de procéder au visionnement, l'intervenant invite les membres à observer surtout leur propre jeu, leur communication verbale et non verbale, leur façon d'interagir avec les autres, etc.
- La discussion qui suit le visionnement vise à permettre à chaque membre :
  - de faire des prises de conscience qui viennent compléter ou confirmer le premier *feed-back* ;
  - de renforcer une autoperception positive ;
  - de relativiser, grâce au *feed-back* du groupe, une autoperception moins réaliste ;
  - de constater qu'il a su trouver les attitudes et les habiletés pour répondre à la mise en situation proposée d'une façon qui dépasse souvent son estimation initiale.

Mise en perspective des jeux de rôle

Une fois les jeux de rôle exécutés, l'intervenant amène les membres du groupe à exprimer ce que cette expérience représente dans leur cheminement personnel. On notera par exemple que la plupart expriment qu'ils ne se pensaient jamais capables de jouer un rôle. En plus de vaincre leur gêne, ils y ont pris goût, ont eu du plaisir et se sont dépassés. Certains membres, habituellement réservés lors des discussions de groupe, se révèlent particulièrement dynamiques dans les jeux de rôle. Il est alors important de recadrer cette expérience dans la *perspective du changement* visé par les toxicomanes. Ceux-ci ont démontré qu'ils possèdent des ressources qu'ils ne soupçonnaient peut-être pas et qu'ils peuvent surmonter les obstacles qui se posent devant les défis à relever. Le plaisir et la satisfaction de soi succèdent à la peur quand on ose foncer et relever un défi (au lieu de fuir).

Quelques exemples de questions à discussion :

- « Qu'est-ce que vous retenez le plus de cette expérience et qui peut vous aider dans les changements que vous voulez apporter à votre vie ? »
- « Quelle application de cette expérience voyez-vous dans votre vie quotidienne et face à quelle situation ? »

Le jeu de rôle spontané

En cours de discussion de groupe, le jeu de rôle peut être proposé spontanément pour aider un membre ou le groupe à débloquer une impasse ou

à expérimenter de nouvelles habiletés. On invite d'abord le membre concerné à exposer brièvement le problème et à situer les personnages (réels dans sa vie et qui seront représentés dans le jeu). Le membre pourra jouer son propre rôle et un autre membre jouera son interlocuteur dans la situation-problème. Selon les circonstances, il pourra être très profitable de demander au membre de ne pas jouer son propre personnage, mais plutôt celui de son interlocuteur. Le choix que fera l'intervenant dépendra ici de l'objectif visé, en tenant compte du problème du membre et des habiletés à favoriser. Si, par exemple, l'impasse du membre apparaît marquée par son manque d'empathie pour son interlocuteur (ex. : sa conjointe), on lui confiera ce rôle. Si le problème du membre est surtout relié à ses difficultés de s'affirmer face à l'interlocuteur, on lui demandera de jouer son propre rôle.

L'intervenant pourra interrompre le jeu et demander aux joueurs ou au groupe de décrire ce qui est en train de se passer dans l'interaction (métacommunication). Quelle est, par exemple, la signification de telle attitude ou tel comportement, quels sont les sentiments sous-jacents et comment débloquer la situation.

Le retour sur le jeu de rôle et sa mise en perspective, l'utilisation des acquis du groupe à transférer dans la vie quotidienne peuvent se faire de la façon décrite plus haut.

L'IMPACT DU JEU DE RÔLE

L'impact de l'utilisation d'une telle technique reste encore à mesurer. Toutefois, l'effet recherché sur le plan clinique est de :

- placer les clients dans une position d'acteurs, ayant la possibilité de se percevoir eux-mêmes comme tels avec une certaine distance ;
- donner aux clients l'occasion de mettre en pratique, d'actualiser l'intégration du programme de réadaptation du centre et aux intervenants l'occasion d'en faire l'observation ;
- créer un effet d'« impression », de renforcement des nouvelles habiletés (attitudes et comportements) puisées à même leur bagage de connaissances et d'expériences ;
- renforcer chez les clients le sentiment que les solutions sont en eux ou qu'elles peuvent leur être accessibles, sans qu'ils aient recours à des moyens artificiels et magiques ;

- proposer un défi aux membres qui leur procure une satisfaction plus grande encore que l'anxiété éprouvée à l'appréhension de l'expérience.

Certains indices nous portent à croire en l'efficacité de la technique :

- La plupart des clients expriment un degré élevé de satisfaction à l'égard de cette expérience dont plusieurs auraient préféré s'exempter au départ.
- L'autoperception positive, par-delà les premières impressions, s'avère la plupart du temps une surprise pour les clients eux-mêmes, peu portés à s'apprécier de la sorte.
- Au moment de l'évaluation du stage, les clients sont nombreux à indiquer que cette activité est celle qui les a le plus touchés.
- Certains ont même demandé une copie de l'enregistrement afin de le regarder à l'occasion.
- Des anciens ont rappelé le souvenir frais, un an plus tard, de la scène jouée lorsqu'ils étaient confrontés à des situations similaires.

CONCLUSION

Le jeu de rôle n'est pas une pièce de théâtre ni une scène d'improvisation. Il n'a en fait rien à voir avec la performance. C'est un médium et une *expérience* par laquelle les membres d'un groupe sont invités à être ce qu'ils sont naturellement (contenant) à travers le prétexte d'un jeu, d'une scène (contenu). C'est aussi une occasion pour ceux-ci de risquer *maintenant* d'être ce qu'ils veulent devenir. Même dans leurs efforts pour changer, les clients ont naturellement tendance à reproduire les comportements et scénarios habituels qui caractérisent leur style de vie toxicomane. Les accompagner dans ce processus, c'est créer un contexte dans lequel non seulement ils découvriront l'ampleur et les nombreuses facettes du changement qu'implique leur réadaptation, mais où ils expérimenteront aussi des nouvelles habiletés, de nouvelles façons de faire et d'être qui leur permettront de modifier plus en profondeur leur style de vie.

Bibliographie

DE SHAZER, S. (1985). *Keys to Solution in Brief Therapy*, New York, W.W. Norton & Company Inc.

DOSTIE, P. (1995). *Programme de thérapie de groupe pour hommes en toxicomanie*, Jonquière, Centre de réadaptation en toxicomanie 02.

DOSTIE, P. (1993). *L'impact de la supervision sur la mobilisation des forces du groupe en réadaptation*, Mémoire de maîtrise, École de service social, Québec, Université Laval.

LIDDLE, H.A. et G.W. SABA (1983). *Family Therapy Training and Supervision : Creating a Context of Competence*, New York, Grune & Stratton.

MILLER, S.D. et I.K. BERG (1995). *The Miracle Method : A Radically New Approach to Problem Drinking*, New York, W.W. Norton & Company Inc.

MILLER, S.D. et I.K. BERG (1992). *Working with the Problem Drinker : A Solution-Focused Approach*, New York, W.W. Norton & Company Inc.