



Mémoire de Master présenté à la Faculté des Lettres  
de l'Université de Fribourg (CH)

Département des Sciences de l'Education

Centre d'enseignement de la recherche francophone pour la formation des  
enseignant-e-s du secondaire I et II (CERF)

## **Synthèse**

**Le théâtre en tant qu'activité parascolaire**  
**Répercussions sur l'estime de soi des adolescents**

Florence MASSET

Lieu d'origine : Châtillon FR

Travail réalisé sous la direction de Dr. Sylvie Jeanneret

Septembre 2015

**Table des matières**

- 1. Problématique ..... 3**
- 2. Passation des entretiens..... 4**
- 3. Résultats..... 5**
- 4. Ouvrage de référence ..... 6**

## 1. Problématique

Le théâtre est une activité qui est actuellement présente dans la majorité des Cycles d'Orientation fribourgeois. Ce travail de recherche s'intéresse au lien entre théâtre et estime de soi des adolescents en se basant sur cinq grandes thématiques : la motivation des élèves pour cette activité ; les apprentissages qu'ils peuvent en tirer ; l'impact de ce loisir sur l'estime de soi des adolescents ; le rapport aux autres ; les répercussions de la représentation publique sur l'estime de soi des adolescents

Dans cette recherche, nous partons du principe que le théâtre est une activité qui engage la personne dans sa globalité. La pratique d'une activité théâtrale entraîne l'adolescent dans plusieurs domaines de compétences tels que : l'intellect pour la compréhension du texte ainsi que sa mémorisation ; la motricité pour la gestuelle, la gestion de l'espace sur scène et l'expression corporelle ; l'émotionnel pour l'incarnation du personnage ainsi que la gestion des émotions. La personne exerçant une activité théâtrale devrait développer ou renforcer ces compétences. La pratique théâtrale devrait donc apporter des bénéfices émotionnels et personnels que les acteurs peuvent transposer dans leur quotidien. Cette recherche tente d'identifier l'impact que le développement de ces compétences peut avoir sur la personne et plus particulièrement sur l'estime de soi des adolescents.

Le théâtre étant une activité collective, les adolescents doivent pouvoir collaborer et évoluer ensemble vers un but commun qui est le spectacle de fin d'année. Nous aimerions également nous rendre compte de la vision que l'adolescent a de lui-même. L'intérêt se porte d'une part sur la perception de l'élève par rapport aux autres comédiens, de l'autre sur sa perception par rapport au public en général. Ce travail permettrait donc de nous rendre compte du rapport que les acteurs-adolescents entretiennent avec eux-mêmes, ainsi qu'avec les autres.

Toute pièce de théâtre a pour but d'être produite sur scène. Le moment clé qu'est la représentation publique met l'adolescent dans une situation de mise à l'épreuve où il doit accepter de se montrer et d'être vu tel qu'il est. De plus, le comédien doit incarner un rôle, il doit le faire avec son propre ressenti du personnage tout en respectant les directives du metteur en scène. Pour arriver à la représentation, l'adolescent aura dû travailler

ardemment tout au long de l'année scolaire afin d'incarner au mieux son personnage et que le public soit contenté et convaincu par ce dernier. Lors de la représentation, l'acteur-adolescent se met à nu sur scène devant un certain nombre de personnes connues et inconnues. C'est à ce moment-là que les effets de l'activité théâtrale peuvent être le mieux ressentis, lorsque les metteurs en scène n'ont plus d'emprise sur le jeu, que les adolescents sont autonomes et responsables de la pièce. Ils se soumettent alors au jugement de leur propre personne par les spectateurs. Ce travail cherchera à nous fournir des éléments sur les répercussions que cette représentation produit sur l'estime de soi des adolescents.

## 2. Passation des entretiens

Les entretiens se sont déroulés en deux séries. En effet, le but étant de se rendre compte des impacts de la représentation publique sur l'estime de soi des adolescents, nous avons fait passer les entretiens en deux temps, avant et après la représentation théâtrale. La première série d'entretiens a eu lieu durant le mois de mars 2015. Pendant ce mois, les élèves ont une semaine spéciale durant laquelle ils peuvent faire toutes sortes d'activités culturelles ou sportives. Cette semaine s'appelle la « semaine Divers ». Pour les élèves qui font le théâtre, cette semaine-là est réservée pour répéter la pièce théâtre qui est proposée en fin d'année. C'est durant cette semaine et la semaine qui a suivi que nous avons fait passer nos premiers entretiens aux élèves. Ceci nous a permis de ne pas déranger les élèves en dehors des cours.

La deuxième série d'entretiens s'est faite entre la fin du mois de mai et début juin 2015 ; à savoir, les semaines suivant la représentation publique. C'est une période relativement proche de la fin de l'année scolaire ; les élèves étant fortement sollicités en vue des épreuves bilans, nous avons décidé d'interroger ces derniers durant une de leurs heures d'étude. De ce fait, nous n'avons pas perturbé leur travail scolaire et cela nous a évité de les garder après les cours.

Les élèves ont été interrogés individuellement afin qu'ils puissent nous livrer leur sentiment personnel sur leur activité théâtrale. Les entretiens se sont déroulés exclusivement dans le cadre de l'école. Pour les deux séries d'entretiens, nous avons réservé une salle de classe

inoccupée. De ce fait, les élèves se retrouvaient dans un cadre connu, au sein duquel ils se sentaient à l'aise. Tous les entretiens se sont déroulés l'après-midi. Ils ont duré en moyenne vingt minutes pour les premiers entretiens et quinze minutes pour les seconds.

### 3. Résultats

Les résultats de notre recherche montre que de manière générale, l'activité a un impact favorable sur l'estime de soi des adolescents.

Dans un premier temps, nous nous sommes intéressés aux répercussions de la pratique théâtrale sur la prise de parole en public. L'entraînement théâtral améliore les compétences nécessaires à la prise de parole en public et la représentation induit une certaine habitude qui tend à normaliser cette dernière. De ce fait, nous pouvons affirmer que le théâtre facilite la prise de parole en public.

Deuxièmement, notre intérêt s'est porté sur la vision de soi et l'acceptation de son corps. Notre recherche démontre que l'activité théâtrale n'améliore pas la vision de soi des adolescents et elle ne la rend pas plus objective non plus. Nous ne pouvons pas non plus affirmer que le théâtre favorise l'acceptation du corps. Cependant, il est indéniable que l'activité théâtrale aide les adolescents à être plus à l'aise avec leur propre corps. Cette aisance pourrait les prémices de l'acceptation de soi et ainsi la favoriser.

Nous avons ensuite porté notre intérêt sur l'impact du théâtre sur la confiance en soi ainsi que l'affirmation de soi. Nous avons pu observer que la confiance en soi est légèrement améliorée par l'activité théâtrale. Nous pouvons également avancer que l'activité théâtrale favorise l'affirmation de soi des adolescents. En effet, chez la majorité des acteurs, nous avons pu observer un détachement par rapport à l'image qu'ils renvoient, une amélioration de leur assurance corporelle, ainsi qu'une facilitée lors de la prise de parole qui les aident à s'affirmer en tant que personne.

Finalement nous nous sommes intéressés aux effets du théâtre sur l'acceptation des adolescents pas leurs pairs. Nous n'avons malheureusement pas pu valider cette hypothèse. De par les données récoltées lors des entretiens, nous pouvons conclure que la socialisation des comédiens-adolescents n'est pas garantie à tous les niveaux. Les élèves faisant partie de la troupe de théâtre sont acceptés par les autres comédiens. Cependant, nous ne pouvons pas affirmer que l'activité théâtrale facilite la socialisation des acteurs avec les adolescents

non-comédiens. En effet, notre recherche ne nous permet pas de faire un lien en pratique théâtrale et socialisation des comédiens avec les adolescents non-comédiens.

#### 4. Ouvrage de référence

- André, C. (2006). *Imparfais, libres et heureux. Pratiques de l'estime de soi*. Paris: Odile Jacob.
- André, C., & Lelord, F. (2012). *L'Estime de soi. S'aimer pour mieux vivre avec les autres*. Paris: Odile Jacob.
- Bariaud, F., & Bourcet, C. (1998). L'estime de soi à l'adolescence. Dans M. Bolognini, & Y. Prêteur, *Estime de soi. Perspectives développementales* (p. 125). Lausanne: Delachaux et Niestlé.
- Bolognini, M. & Prêteur, Y. (1998). *Estime de soi. Perspectives développementales*. Lausanne: Delachaux et niestlé.
- Duclos, G. (2010). *L'estime de soi, un passeport pour la vie* (éd. 3ème). Montréal: CHU Sainte- Justine.
- Gurtner, J.-L. (2014). *Psychologie pédagogie: l'adolescent. Cours universitaire*. Cours en ligne. Fribourg: Université de Fribourg.
- Héril, A., & Mégrier, D. (2002). *Entraînement théâtral pour les adolescents*. Paris: Retz.
- Héril, A., & Mégrier, D. (1999). *Techniques théâtrales pour la formation d'adultes*. Paris: Retz.
- Page, C. (1997). *Eduquer par le jeu dramatique*. Paris: ESF éditeur.
- Renoult, N., Renoult, B., & Vialaret, C. (1990). *S'exprimer par le théâtre*. Paris: Armand Colin.
- Leplâtre, F.(1996). *La formation se met en scène ou les mille et une vertus du théâtre* Saint-Just-La-Pendue: CENTRE INFFO.