

UTILISER DES GARDE-FOUS POUR LES SUJETS DIFFICILES ***

1. DESCRIPTION

A. PRÉSENTATION

Le JdR a beau être un média récent et ne pas avoir le prestige de certains de ses aînés, il n'en reste pas moins extrêmement riche. En effet, il est capable d'aborder des thématiques variées, y compris celles réputées très difficiles. De plus, sous certaines conditions, il propose des expériences uniques, à même de bouleverser ceux qui le pratiquent. Selon ses goûts, on peut apprécier de jouer une partie pour décompresser et retrouver la fantasy des origines, familière et rassurante, comme de courir les scénarios intenses spécialement conçus pour pousser les participants dans leurs retranchements. Mieux, on peut apprécier les deux et avoir assez de recul sur sa pratique pour savoir quand opter pour l'un ou pour l'autre. Mais quelle que soit sa préférence, la partie ne peut être réellement agréable pour tous que si l'on arrive à vouloir jouer ensemble, plus ou moins de la même façon et dans une disposition combinant une forme d'ouverture et de vulnérabilité consentie. Cet état d'esprit pourrait se résumer ainsi : se faire confiance mutuellement et, en cas de problème, prendre soin de l'autre et lui donner par défaut le bénéfice du doute, sans penser d'abord qu'il cherche à nous nuire, à nous piéger ou à nous manquer de respect.

En psychologie, cet état d'esprit a un nom : la sécurité émotionnelle. Dans le cadre du JdR, où elle semble être devenue un sujet régulier de polémiques, elle est parfois comprise comme un ensemble de techniques visant à s'empêcher de ressentir quoi que ce soit d'intense ou de négatif, voire comme une forme de censure. Cette confusion est compréhensible vu que nombre de rôlistes ont découvert cette notion par l'intermédiaire d'un outil, la carte X, qui permet effectivement à une joueuse de refuser tout ou partie d'une scène. Mais cette vision n'en est pas moins erronée. Il s'agit plus d'avertir de ses limites que d'en imposer, même si, bien entendu, les deux peuvent se

confondre. L'objectif reste avant tout de créer ensemble la suite de l'histoire sans que personne n'en pâtisse, et donc de construire les conditions de la confiance évoquée précédemment, et de s'aider à prendre soin les uns des autres en cas de problème. C'est aussi se donner les moyens d'apprendre à doser, directement avec les autres joueuses, l'intensité de ce que l'on propose. Cela ne veut pas dire qu'il n'y aura pas de sujets à éviter ou qu'il ne faudra pas, parfois, se restreindre. Cependant, ce n'est finalement guère différent que d'adapter le contenu de la partie lorsque l'on joue avec des enfants, ou d'éviter d'asséner une scène de ménage au personnage d'une joueuse que l'on sait vivre une période compliquée chez elle en ce moment. La plupart du temps, tous ces éléments ne nous empêcheront pas d'apprécier la partie. Et si on a trop peur que ce soit le cas, on pourra toujours faire une autre partie entre personnes averties.

Dans la plupart des groupes, surtout si on joue entre amis et depuis longtemps, on considère que cette attitude relève du bon sens. Et il est vrai que si tout le monde a déjà pris ses marques, on peut faire l'économie de la plupart de ces techniques. Toutefois, même avec les meilleures intentions du monde, on peut aussi ne pas avoir exactement la même vision de ce qui constitue le bon sens. On peut aussi ne pas se connaître, se tromper, oublier, être surpris par son propre malaise, ne pas réussir à en parler, voire ne pas vouloir être celui qui gâche le plaisir des autres. Mais plus encore, on peut expérimenter, être pris dans l'enthousiasme, s'emballer. Bref, personne ne sait exactement ce qui va se passer au cours d'une partie, si ce n'est qu'on va probablement passer plusieurs heures avec des gens que l'on apprécie et ressentir un grand nombre d'émotions grâce à eux.

En tant que meneur, vous avez la possibilité de mettre en place un dispositif pour vous assurer que ces émotions, positives ou négatives, soient celles recherchées et que tout le monde en profite. Non pas que le JdR soit dangereux, mais justement parce qu'il est passionnant. Ainsi, il l'est encore plus si l'on ne ressent pas de malaise, ou que l'on ne passe pas son temps à se demander si on n'y va pas trop fort, à regretter de ne pas avoir suivi ses idées, à réfléchir comment on n'aurait pas pu faire autrement, etc.

Cette fiche essaye de vous montrer comment mettre en place un tel dispositif et quels outils utiliser.

B. À UTILISER DE PRÉFÉRENCE LORSQUE VOUS VOULEZ :

- limiter les éventuels moments gênants et jouer longtemps avec le même groupe ;
- permettre aux joueuses d'exprimer leurs limites, mais aussi leurs centres d'intérêt ;
- s'assurer que la séance ne sera pas en partie gâchée par une maladresse ;
- découvrir de nombreux outils porteurs d'approches complémentaires à la vôtre.

C. VARIANTES

Les variantes des outils présentés sur cette fiche sont extrêmement nombreuses, et une section de celle-ci explique comment créer les siennes. Toutefois, il est également possible de résoudre une partie des problématiques présentées ici en utilisant une combinaison d'autres techniques présentes dans les fiches Établir le contrat social durant la

séance zéro p. 72, Gérer les tensions entre joueuses p. 104 et Débriefing p. 55. Il manquera certains aspects importants présentés ici, mais cela vous permettra néanmoins de mettre en place un dispositif intéressant et à même d'obtenir une adhésion plus large.

D. MOTS-CLÉS

Début de séance, opposition, séance zéro, tripes.

2. MODE D'EMPLOI

Cette fiche part du principe que vous n'avez pas l'habitude d'évoquer les problématiques liées à la sécurité émotionnelle. Aussi trouverez-vous d'abord quelques questions à vous poser afin d'évaluer vos besoins et en déduire une ligne directrice. Elle vous aidera à choisir les mécaniques les plus pertinentes parmi la trentaine proposées dans cette fiche. Celles-ci sont réparties en trois catégories : les outils préventifs, les outils palliatifs et les autres outils. Enfin, une dernière section présente quelques conseils pour leur utilisation concrète.

A. RÉFLÉCHIR À VOS PROPRES ATTENTES

Au bout d'un certain nombre de parties, des situations en rapport avec la sécurité émotionnelle finiront invariablement par se produire. Si vous avez l'habitude de jouer, vous y avez déjà été très probablement confronté. Contrairement à l'image que l'on en a parfois, ces problèmes prennent rarement la forme d'une joueuse qui fond en larmes parce qu'une autre a réveillé un trauma enfoui depuis l'adolescence. Ils peuvent se manifester ainsi, mais bien plus souvent, ils le font de manières aussi diverses que deux membres de votre groupe qui commencent à ne plus se supporter à cause de ce qui vous semble être un détail, une joueuse qui ne revient plus ou que vous ne rappelez plus, des moments un peu gênants où vous ne savez plus si c'est le personnage ou la personne qui l'interprète qui réagit aussi vivement, voire où vous êtes embêté en jouant parce que vous ne savez pas si ce que vous vous apprêtez à faire risque d'être mal interprété ou mal vécu par une de vos camarades. Certains de ces inconvénients sont moins graves que d'autres, mais presque tous pourraient être évités sans trop de difficultés si on avait l'habitude de les aborder sereinement, et non de les taire jusqu'à ce qu'ils éclatent et provoquent une situation bien plus tendue que le problème initial ne l'aurait mérité.

C'est pourquoi il peut être intéressant que vous définissiez à l'avance votre propre position par rapport à ces questions. Il ne s'agit pas de faire de votre réponse une sorte de table de la loi, mais juste de définir ce qui vous semble être un bon principe de fonctionnement, quitte à l'adapter à chaque fois que ce sera nécessaire. Non seulement cette réflexion vous aidera à mieux identifier les soucis quand ils se produisent, et donc potentiellement à faire en sorte de les désamorcer, mais également à garder un peu de distance si jamais la situation dégénère malgré tout. Bien entendu, vous pouvez en parler avec vos joueuses, et il est sans doute mieux de le faire (par exemple lors de

la séance zéro [p. 72], ou d'un débriefing [p. 55]). Toutefois, étant donné que s'il y a une discussion vous allez probablement devoir l'animer¹, nous vous encourageons à commencer à y réfléchir par vous-même.

On peut notamment citer les lignes de conduite suivantes, que l'on rencontre assez régulièrement, si ce n'est explicitées et théorisées, au moins appliquées :

- on ne blesse personne² : cette optique implique de faire attention à ne pas créer ou utiliser un contenu qui puisse mettre qui que ce soit mal à l'aise. Et si on a le moindre doute, on s'abstient de faire courir un risque à ses partenaires de jeu. Ce choix s'accompagne généralement d'outils permettant de poser ses limites de façon claire (lignes, voiles, etc.). Il s'agit de loin de l'option la plus contraignante ;

- on prend soin les uns des autres : cette ligne de conduite part du principe que l'on ne cherche pas à se mettre réellement mal à l'aise, mais que l'on reconnaît que cela peut arriver. Si l'on respecte les limites claires indiquées par les joueuses, on ne s'interdit pas d'expérimenter en dehors de celles-ci. L'essentiel n'est donc pas que l'on ne soit jamais mal à l'aise, mais que l'on puisse s'adapter immédiatement si cela se produit. Avec ce type d'approche, il est assez courant que les joueuses s'accordent sur les moyens de vérifier en cours de partie que tout va bien ;

- tant que ça ne fait pas mal : cette approche consiste à jouer en essayant de se mettre un peu à l'épreuve, par exemple au travers d'objectifs antagonistes, mais sans aller jusqu'à faire du mal à l'autre d'un point de vue émotionnel. Les joueuses s'engagent à continuer à jouer si elles sont simplement mal à l'aise ou qu'elles trouvent que la phase de jeu est dure, mais à signaler si elles pensent que cela va trop loin, notamment parce qu'elles risquent d'en souffrir. Dans ce cas, leurs partenaires cessent immédiatement tout comportement considéré comme inopportun ;

- chasse gardée : cette optique implique d'utiliser une des trois façons de faire précédentes sur la plupart des sujets et « je ne vous abandonnerai pas » (voir ci-dessous) sur un autre, bien défini. Autrement dit, si généralement on évite de se mettre mal à l'aise, voire on s'adapte si jamais cela se produit ou si on va trop loin, il existe quelques points identifiés qui seront présents quoi qu'il arrive. Il peut par exemple s'agir d'une campagne assez compétitive où l'on s'accorde sur le fait de ne pas remettre ce principe en cause, ou d'une autre où certains sujets pouvant poser problème apparaîtront de toute façon pour une raison ou une autre (« réalisme », principe de la campagne, etc.) ;

- je ne vous abandonnerai pas² : cette approche part du principe qu'une joueuse doit s'attendre à en pousser d'autres dans leurs retranchements, et à ce que cela lui arrive aussi. Si c'est effectivement le cas, elle doit continuer à jouer avec le même engagement ;

1. En effet, vu qu'elles n'y auront pas forcément réfléchi à l'avance, il est probable que la plupart de vos joueuses considèrent que certaines choses iront implicitement de soi, alors que ce n'est pas forcément le cas. De plus, certains termes particulièrement difficiles à définir, comme *safe*, ont de grandes chances de prêter à confusion si personne ne prend le temps de structurer la discussion.

2. À ce sujet, voir BAKER Meguey, *More Alphabet Soup*, <http://fairgame-rpgs.com/index.php/fairgame/thread/32>

- *hardcore* !³ : aussi bien présente dans le jeu compétitif que dans le jeu collaboratif, cette ligne de conduite consiste à non seulement s'attendre à être poussé dans ses retranchements et à y pousser les autres, mais à le rechercher activement. En caricaturant, tout est autorisé tant que cela ne contrevient pas aux règles et au thème (genre, univers, ton, etc.). Généralement, les groupes choisissant cette approche cherchent à explorer une palette d'émotions rarement abordées (deuil, culpabilité, jalousie, passion, etc.), une intensité accrue (aussi bien pour les émotions négatives que positives) ou n'hésitent pas à décrire des contenus assez graphiques (sexe, horreur, gore, etc.). L'objectif est rarement de choquer, mais davantage de chercher à provoquer des sensations fortes. Ce choix permet une très grande variété de thèmes, et il est très plaisant quand tout se passe bien, mais il est aussi celui qui peut le plus facilement dérapier.

À ce stade, il est sans doute important de rappeler que, même si vous avez sans doute vos préférences, les lignes de conduite décrites ci-contre et ci-dessus sont toutes aussi légitimes les unes que les autres. Aucune n'est à éviter ou à privilégier de façon absolue. Leur pertinence dépend du contexte et de vos envies.

Avant d'en discuter avec votre groupe, il peut également être intéressant d'essayer d'anticiper les différents éléments liés au contexte, c'est-à-dire à la fois au jeu, au scénario ou à la campagne, et aux personnes avec qui vous allez jouer (ou au cadre dans lequel vous allez jouer si vous ne les connaissez pas). Comme évoqué, selon toute logique, vous devriez en parler avec elles, mais le fait d'y avoir un peu réfléchi peut vous aider non seulement à poser vos propres limites, mais également à aider le reste de la table à le faire.

Vous pouvez, par exemple, vous poser les questions suivantes :

- est-ce qu'il y a des personnages ou des options de création de personnage qui peuvent perturber certaines joueuses ? Seront-elles gênées de ne pas voir d'autres types de personnages disponibles ?

- est-ce qu'il y a des événements prévus qui peuvent gêner certaines joueuses ? Sans parler d'éventuels passages rappelant des traumas, il peut par exemple arriver que l'on attende des personnages qu'ils ne soient pas toujours irréprochables, ou qu'ils subissent des revers assez durs. Pour différentes raisons, toutes les joueuses n'y sont pas forcément prêtes ;

- est-ce qu'il y a des situations qui peuvent facilement dérapier ? ;

- est-ce qu'il y a des choses que je dois éviter de faire devant ces joueuses ou d'autres personnes qui pourraient regarder la partie ? Ce peut être notamment le cas s'il y a des enfants, des joueuses qui ne sont pas habituées au JdR, ou qui entretiennent un rapport particulier avec vous qui pourrait être impacté par la partie (famille, collègues, couple ou ancien couple, ne s'appréciant guère, etc.) ;

3. BOWMAN Sarah Lynne, *A matter of Trust - Larp and Consent Culture*, <https://nordiclarp.org/2017/02/03/matter-trust-larp-consent-culture/>

- est-ce qu'il y a des sujets qu'il vaut mieux que j'évite ? Il peut aussi bien s'agir d'un thème sensible, par exemple lié au vécu récent d'une des joueuses, que d'une pomme de discorde due à une ancienne partie, une discussion politique, un passif entre deux joueuses, un sujet qui risque de susciter des moqueries, etc. ;

- est-ce que certaines joueuses ont des préférences clairement marquées ou des phases de jeu qu'elles pourraient vouloir éviter, refuser de jouer ou qui les stresseraient plus que de raison ? La compétition ou l'horreur peuvent par exemple créer des problèmes ;

- quels sont les comportements que les joueuses sont susceptibles d'avoir et que je ne souhaiterais pas qu'elles aient ? Jusqu'au point d'arrêter la partie ? Quand cela se produit, est-ce que je préviens ou est-ce que j'arrête tout ?

- est-ce que nous allons jouer dans des conditions qui sont plus propices à ce que les joueuses soient plus sensibles ou plus agressives ? Certains facteurs peuvent en effet participer au fait que certains événements qui seraient passés inaperçus lors d'une autre séance peuvent devenir plus gênants : fatigue, alcool, présence de certaines personnes, altercation ou grosse contrariété avant de commencer, etc.

Comme les précédentes, ces questions ne sont que des exemples et il n'est pas nécessaire de vouloir répondre à tout. Si vous connaissez vos joueuses, vous devriez rapidement identifier les points qui méritent votre attention en priorité.

B. CHOISIR DES OUTILS ADAPTÉS

Une fois que vous avez une idée assez claire de vos attentes et de celles de votre groupe, il est temps de réfléchir aux outils que vous allez mettre en place. Cette fiche en comprend certains, mais ils sont extrêmement nombreux et il en apparaît de nouveaux très régulièrement. Pour réussir à trouver ce qu'il vous convient, à vous et à votre table, il est donc préférable d'aller au-delà du simple catalogue pour comprendre leur fonctionnement. Ceci nécessite de passer par une étape supplémentaire.

Tout d'abord, gardez à l'esprit que vous n'allez probablement pas appliquer un seul outil, mais plusieurs, et que ces derniers pourront prendre des formes très diverses. Certains sont très codifiés et conçus pour être remarqués, comme la carte X ou la mise en place de mots de sécurité (*safeword*). D'autres passent presque inaperçus, voire sont utilisés de manière inconsciente, comme interroger du regard une joueuse pour vérifier que tout va bien, le lui demander lors d'un aparté, ou éviter d'aborder certains sujets parce que l'on sait qu'ils pourraient être difficiles. De fait, certains de ces éléments apparaîtront davantage comme du simple bon sens, plutôt que comme des techniques à part entière. C'est une très bonne chose et, la plupart du temps, si vous pouvez atteindre les mêmes objectifs de façon naturelle et sans que cela ne mette la pression à qui que ce soit, il serait dommage de s'en priver. D'autres fois, en revanche, il est utile de davantage marquer le coup. Quoi qu'il en soit, essayez de vous limiter à un très petit nombre d'outils clairement identifiés comme tels. Passé un certain stade, vous n'avez pas besoin de les multiplier. Cela ne vous permettra pas d'arriver au risque zéro et vous ajoutera de la pression, ainsi que des contraintes pour les joueuses.

Pour déterminer quels outils choisir, demandez-vous de quoi vous avez besoin pour que la partie se passe bien. Votre réflexion préalable sur votre ligne directrice et sur le contexte de jeu devrait vous y aider. Parfois, le jeu auquel vous jouez propose déjà des solutions. Pour l'instant, notez les fonctions dont vous avez le plus besoin sans réfléchir aux outils correspondants. En effet, à ce stade, il est plus important de savoir que vous voulez qu'une joueuse puisse avertir les autres en cas de souci que de déterminer si elle le fait par l'usage d'un mot de sécurité, d'un geste, d'une carte X ou tout simplement en interrompant la partie et en l'annonçant hors-jeu. Une fois en situation, vous ne pourrez pas forcément détecter qu'une joueuse va mal si elle ne vous le dit pas, mais serez sans doute prêt à l'écouter quel que soit le moyen qu'elle utilisera pour vous le signifier. De plus, comme nous allons le voir, il est toujours possible de créer ses propres outils pour répondre exactement à ses besoins.

Voici quelques exemples de questions permettant de définir les fonctions dont vous avez besoin :

- est-ce que tout le monde peut savoir avant de venir si la partie a de grandes chances de lui convenir ou pas ?
- est-ce que les joueuses ont des moyens de savoir quand elles doivent insister auprès d'une de leur camarade, ou au contraire relâcher la pression ?
- est-ce que l'on peut éviter que des joueuses soient mises mal à l'aise, voire poussées dans leurs retranchements, si elles ne le souhaitent pas ?
- si cela arrive malgré tout, comment peut-on faire pour gérer les conséquences ?
- est-ce qu'il y a des moyens prévus pour apaiser une éventuelle tension entre plusieurs joueuses ?⁴
- est-ce que les joueuses peuvent avoir une idée de ce qu'elles ont bien ou mal fait afin de pouvoir s'améliorer et mieux connaître les limites de leurs partenaires ?
- est-ce qu'une joueuse s'engage à rester jusqu'à la fin de la partie, ou peut-elle quitter la table si besoin, quitte à ce que cela empêche les autres de continuer ?

Une fois que vous avez déterminé les fonctions prioritaires pour vous, ainsi que les besoins auxquels vous souhaitez répondre par des outils spécifiques, vient enfin le moment de choisir ces derniers. Les trois sections suivantes recensent différents outils à votre disposition. Toutefois, comme il en existe énormément et pour éviter d'en faire un inventaire à la Prévert, nous avons choisi de les regrouper en trois catégories :

- les outils préventifs, qui sont principalement ceux qui sont utilisés en début de séance ou de campagne pour que chaque joueuse puisse définir ses limites et ce qu'elle attend de la partie ;
- les outils palliatifs, qui sont surtout utilisés une fois qu'un problème est survenu. Le plus souvent, ils sont là pour en atténuer l'effet, et faire en sorte que le

4. Cette fonction est extrêmement importante. Elle n'est toutefois pas développée ici. En effet, elle fait déjà l'objet d'une fiche à part entière (voir Gérer les tensions entre joueuses p. 104).

jeu puisse continuer, mais on peut également s'en servir à d'autres fins, comme pour demander davantage d'intensité, par exemple ;

- les autres outils, qui sont essentiellement ceux qui n'ont pas pu être classés dans les deux catégories précédentes, mais qu'il nous semble intéressant de vous présenter.

Pour vous aider à vous y retrouver, le tableau suivant récapitule les différents outils ainsi que la catégorie à laquelle ils appartiennent, puis un lien permettant d'aller au-delà de ce qui est présenté sur cette fiche.

TYPE D'OUTILS	OUTIL	POUR ALLER PLUS LOIN
OUTILS PRÉVENTIFS	Atelier	Proposer et animer des ateliers (p. 682)
	Avertissement	–
	C.A.T.S.	http://tinyurl.com/methode-cats
	Casting	–
	Lignes, voiles et palette	http://tinyurl.com/lignes-et-voiles
	Questionnaire	http://tinyurl.com/questionnaire-exemple
	Signalétique jeunesse	–
OUTILS PALLIATIFS	Carte X	http://tinyurl.com/x-card-rpg
	Changements de script	http://tinyurl.com/changementsdescript
	Demander à quelqu'un de partir	Gérer les tensions entre joueuses (p. 104)
	Fonce, freine et coupez	http://tinyurl.com/fonce-freine-coupez
	<i>Lookdown</i>	http://tinyurl.com/le-lookdown
	Mots de sécurité	http://tinyurl.com/mots-de-securite
	Signaux de soutien	http://tinyurl.com/support-flower
	Techniques Luxton	http://tinyurl.com/luxton-techniques
	Temps mort	–
AUTRES OUTILS	Aparté	Donner des informations à une seule joueuse (p. 411)
	Carte O	http://tinyurl.com/la-carte-o
	<i>OK check-in</i>	http://tinyurl.com/le-check-in
	Débriefing	Débriefer (p. 55)
	Écoute active	http://tinyurl.com/ecoute-active
	Pause	–
	Politique de la porte ouverte	http://tinyurl.com/porte-ouverte
	Sas de décompression	https://tinyurl.com/sas-de-decompression

C. LES OUTILS PRÉVENTIFS

Les outils préventifs sont donc ceux qui sont principalement utilisés en amont de la partie ou au début de celle-ci pour définir ce qui est permis, toléré ou encouragé lors du jeu. L'objectif est ainsi que les joueuses sachent ce que l'on aimerait qu'elles évitent, mais aussi ce que l'on attend d'elles. Si on excepte le cas très particulier de la carte X, ces outils sont sans doute les premiers auxquels on pense lorsque l'on réfléchit aux problématiques de sécurité émotionnelle. Bien entendu, la façon de les utiliser est très différente selon si avez déjà un scénario de prévu ou pas, ou selon votre capacité à improviser. Aussi, à chaque fois que l'une de ces approches est abordée lors de la discussion, n'hésitez pas à participer également et à clairement parler de vos propres besoins et limites. En revanche, si vous ne deviez pas respecter ce que vous demande une joueuse, par exemple parce que ce n'est pas possible au vu des thèmes de la partie, il est important de lui en expliquer les raisons à l'avance afin qu'elle puisse déterminer si elle souhaite participer tout de même ou pas, et pour éviter qu'elle se sente trahie une fois autour de la table.

Parmi les outils préventifs, on peut notamment citer :

- les ateliers, qui sont essentiellement de petits exercices préparatoires précédant la partie. Ils peuvent être destinés, entre autres choses, à briser la glace sur certains sujets sensibles afin de pouvoir les aborder plus librement en jeu, à essayer certaines autres techniques pour voir comment elles fonctionnent avant d'en avoir réellement besoin, ou à répéter certaines pratiques dans un espace neutre. Par exemple, si vous utilisez des outils peu courants comme le *lookdown* (p. 171), il peut être intéressant de les tester avec les joueuses afin de leur montrer comment s'en servir, et ainsi éviter de rendre qui que ce soit mal à l'aise par simple maladresse ou manque d'habitude. À l'inverse, comme évoqué dans la fiche Gérer les tensions entre joueuses (p. 104), un atelier visant à expérimenter des degrés de violence verbale variés, ou les différences de statut entre personnages, peut permettre à certaines personnes qui n'auraient pas été à l'aise de réellement jouer avec ces thèmes. La fiche Proposer et animer des ateliers (p. 682) vous donne plus de détails sur l'utilisation concrète de cet outil ;

- l'avertissement est probablement la technique la plus évidente pour le meneur et, pour nombre d'entre eux, elle relève simplement du bon sens. Elle consiste à prévenir les joueuses, avant la partie, des éléments potentiellement problématiques de celle-ci, afin que ces dernières puissent choisir en toute connaissance de cause de participer ou pas. Toutefois, si avoir recours à cet outil semble tomber sous le sens, sa mise en pratique peut être un peu complexe, à cause, principalement, de trois facteurs : la difficulté à identifier ce qui peut être gênant pour les autres, l'arbitrage nécessaire entre la volonté de surprendre les joueuses et celle de leur éviter de mauvaises surprises, et le fait de ne pas pouvoir maîtriser tout ce qui se passe durant la partie. De notre point de vue, même si c'est imparfait ou incomplet, vous gagnerez toujours à prendre les devants et formuler un avertissement si vous pensez que certains éléments peuvent poser problème ;

- C.A.T.S. est un sigle que l'on pourrait traduire par Concept, Accomplissement, Ton et Sujet. De façon similaire à l'avertissement, cette méthode permet principalement

de s'assurer qu'il n'y ait pas d'incompréhension lorsque la partie commence. En effet, avant que celle-ci ne débute, le meneur définit avec les joueuses quatre éléments-clés : le concept du jeu ou de la campagne, ce que l'on attend que les personnages et les joueuses accomplissent (leurs objectifs, mais aussi le type d'histoire recherchée, etc.), le ton de la partie (sérieux, débridé, action, drame, humour, etc.) et les sujets, sensibles ou pas, qui seront abordés (mettent-ils quelqu'un mal à l'aise ? Quelles sont les limites des unes et des autres, etc. ?). Cette technique est clairement prévue pour prendre la forme d'une conversation, mais même si vous ne souhaitez pas en discuter avec vos joueuses, par exemple parce que vous vous servez d'un scénario déjà écrit, et ne vous intéressez pas aux problématiques de sécurité émotionnelle, nous vous encourageons à utiliser cet outil lorsque vous démarrez une campagne. Il vous permettra d'expliquer beaucoup plus clairement à vos joueuses ce dans quoi elles s'engagent ;

- le casting est la technique qui consiste à sélectionner ses joueuses. Très courante dans le cadre du GN, elle l'est sans doute moins en JdR où la tradition est davantage de jouer avec un même groupe d'amis. Dans le contexte de cette fiche, le casting consiste surtout à ne pas proposer des parties à des joueuses qui, *a priori*, ne pourraient pas les apprécier. Cette technique peut sembler être à l'opposé de la plupart de celles figurant sur cette fiche, mais elle n'en est pas moins légitime, tout comme peut l'être le fait de proposer des parties réservées aux adultes ou à des experts de tel ou tel jeu. Dans le cas d'une campagne déjà en cours, ou de quelqu'un avec qui vous jouez fréquemment, nous vous encourageons cependant à ne pas choisir à la place de la joueuse concernée, mais à lui en parler et à lui dire pourquoi vous pensez qu'il vaut mieux qu'elle ne vienne pas cette fois-ci. De la même façon, cela peut également valoir le coup de se demander pourquoi faire cette partie sans elle, plutôt qu'une autre avec elle ;

- les lignes, les voiles et la palette sont trois outils issus de deux gammes différentes, *Sorcerer* (plus précisément de son supplément *Sex and Sorcery*) et *Microscope*, mais nous avons choisi de les aborder ensemble. En effet, ceux-ci fonctionnent très bien de concert et sont régulièrement fusionnés. Les lignes sont les sujets que les joueuses ne veulent pas voir aborder du tout durant la partie, ni même évoquer. Les voiles sont ceux qu'elles ne souhaitent pas voir décrits ou joués, mais qui peuvent être évoqués ou se passer hors-champ. Initialement, la palette désigne l'ensemble des composantes que l'on souhaite soit bannir soit explorer dans la partie, mais ce terme prend de plus en plus ce second sens, et c'est notamment le cas ici. Pour utiliser cette technique, les joueuses (meneur inclus) doivent discuter ensemble, avant la partie, et définir quels sont leurs lignes et leurs voiles, et donner un ou deux éléments chacune qu'elles souhaiteraient aborder durant le jeu. Les lignes et les voiles ne sont ni obligatoires ni négociables : il suffit qu'une personne désigne un sujet comme ligne ou voile pour qu'il le devienne automatiquement⁵, mais on peut très bien ne pas vouloir en ajouter à ce qu'a déjà défini le groupe. Les joueuses sont encouragées à déterminer leurs palettes ensemble ;

- le questionnaire est un autre outil assez simple pour se faire une idée de ce qu'il est possible d'aborder ou pas durant une partie. Il s'agit de proposer une série de

5. Naturellement, un sujet à la fois défini comme ligne et comme voile sera considéré comme une ligne.

sujets aux joueuses, et de leur demander ce qu'elles souhaitent éviter de voir apparaître en jeu et de vous adapter en conséquence. Si vous le souhaitez, vous pouvez faire vôtre la distinction entre lignes et voiles (voir point précédent) pour avoir des réponses plus précises. Vous pouvez également proposer certains sujets qui n'apparaissent pas dans votre scénario pour éviter que les joueuses ne puissent tout deviner, ou leur laisser la possibilité de rajouter des éléments auxquels vous n'auriez pas pensé. Cet outil a principalement deux avantages : il n'implique pas que les joueuses en parlent les unes devant les autres (pour celles que cela gênerait), et il peut être envoyé à l'avance lorsqu'il est compliqué de réduire le temps de jeu effectif. Ce second point peut par exemple être critique lors de parties événements, ou organisées avec un timing très précis. En revanche, il a de très nombreux désavantages par rapport à une discussion classique. Par exemple, il est impossible de rebondir sur les idées des autres, de préciser exactement ce que l'on souhaite, et il est probable que répondre à un questionnaire soit perçu comme une corvée : il sera donc parfois rempli très rapidement, sinon de façon distraite, par les joueuses ;

- la signalétique jeunesse (*script rating*) est un outil apparu dans *Breaking the Ice*, qui se fonde sur la classification des films visant à déterminer quel est le public adapté. En effet, le jeu a pour thème les trois premiers rendez-vous d'un couple potentiel, et il était donc pertinent de se mettre d'accord sur la place que prendrait le sexe dans la relation de ces personnages. Le tableau ci-dessous montre à quoi correspondent les diverses classifications. Depuis, cet outil a été utilisé pour d'autres problématiques que le sexe, comme la violence. Il est peu précis, mais a l'avantage de donner aux joueuses une idée immédiate du ton de la partie. Même si peu de gens le savent précisément, tout le monde a une idée intuitive de ce que l'on peut trouver dans un film interdit à telle ou telle tranche d'âge.

NIVEAU	CLASSIFICATION AMÉRICAINE	ÉQUIVALENT FRANÇAIS	SIGNIFICATION POUR LA PARTIE
G	<i>General audiences</i>	Tout public.	Pas de sexe.
PG	<i>Parental guidance</i>	Accord parental souhaitable.	Sexe seulement sous-entendu.
PG-13	<i>Parents strongly cautioned</i>	Accord parental indispensable ou interdit aux moins de 12 ans.	Sexe ouvertement évoqué.
R	<i>Restricted</i>	Public adulte ou interdit aux moins de 16 ans.	Scènes de sexe apparaissent à l'écran, mais ne sont pas montrées de façon graphique.
NC-17	<i>No children 17 or under</i>	Interdit aux moins de 18 ans	Sexe peut être montré de façon graphique.

D. LES OUTILS PALLIATIFS

Contrairement aux précédents, les outils palliatifs s'utilisent surtout une fois que la partie est en cours, et presque toujours en réaction à un fait de jeu qui est en train de se produire ou qui vient d'arriver. Généralement, leur fonction est de régler temporairement un problème de façon à éviter qu'il n'empire, et de pouvoir continuer la partie. Toutefois, comme certaines de ces techniques servent à modifier l'intensité d'une scène, elles peuvent également être utilisées pour demander aux autres joueuses de l'augmenter.

a) Les limites des outils préventifs

À première vue, l'utilité de ces techniques peut sembler discutable. En effet, il devrait être évident que si l'on accepte de jouer à un jeu abondant des thèmes assez durs, comme *Kult*, les joueuses ne peuvent espérer y retrouver une ambiance proche de *Ryuutama* ou d'autres jeux réconfortants. D'une certaine façon, en cas de problème, elles ne devraient s'en prendre qu'à elles-mêmes. Sinon, à quoi servirait-il de mettre en place tous ces outils préventifs ?

Comme on peut s'y attendre, s'il est effectivement peu probable qu'une joueuse expérimentée confonde ces deux jeux, cette vision n'en reste pas moins très limitée et discutable. Pour aller vite, disons que les outils préventifs vont effectivement limiter les risques, mais qu'ils ne sont pas pour autant infaillibles. De plus, ils ne seront que d'une utilité très restreinte si un problème se produit malgré tout.

Le tableau ci-contre recense les principales raisons qui peuvent amener un tel problème à apparaître malgré l'utilisation d'outils préventifs. Cela ne veut pas dire que ces derniers sont inutiles, mais il est intéressant de connaître leurs limites, à la fois pour y pallier en cas de besoin, mais également pour vous aider à voir quels sont les cas qui peuvent plus facilement concerner votre table.

DIFFICULTÉ	LIMITE
ANTICIPER LE PROBLÈME	<p>Connaître un jeu ne renseigne que partiellement sur ce qu'il va se passer durant la partie.</p> <p>Le meneur n'a peut-être pas la possibilité de facilement communiquer les points sensibles de sa partie à l'avance.</p> <p>Le meneur ne sait pas, au début de la partie, comment celle-ci va évoluer.</p>
SE CONNAÎTRE	<p>On n'est pas forcément capable de citer à l'avance tous les sujets qui peuvent nous toucher.</p> <p>On ne peut pas parfaitement anticiper la façon dont on va réagir à un sujet donné, et être parfois plus touché que prévu ou avoir une mauvaise réaction.</p> <p>Ce qui est problématique à un moment donné de la partie ne va pas forcément l'être à un autre moment, ou dans d'autres conditions.</p>
CONNAÎTRE LES AUTRES	<p>Ce n'est pas parce que l'on connaît et que l'on aime ses camarades que l'on sait tout d'eux.</p> <p>On n'a pas forcément envie de parler de ses problèmes avec le groupe.</p>
PERCEVOIR LE PROBLÈME	<p>Le meneur ne sait pas toujours comment le reste de la table va interpréter ce qu'il met en scène.</p> <p>Un malaise ne va pas forcément être déclenché par une scène ou une thématique sensible, ni même un élément important du scénario.</p> <p>Ce n'est pas forcément le participant dont le personnage est en difficulté ou confronté à un élément horrible qui va ressentir le malaise.</p> <p>On ne sait pas forcément détecter quand un participant a un problème.</p> <p>Parfois, le problème n'apparaît pas sur le moment, mais après la partie.</p>

b) Le fonctionnement d'un outil palliatif

Il existe des outils palliatifs depuis sans doute aussi longtemps que le JdR. S'ils n'étaient pas aussi formalisés et nombreux qu'aujourd'hui, le besoin de recadrer une joueuse ou un meneur, comme celui de faire un commentaire hors-jeu n'a attendu ni ces dernières années, ni cette fiche. Néanmoins, malgré leur nombre, la plupart de ces outils fonctionnent autour d'une structure semblable. La connaître permet d'identifier beaucoup plus facilement les différences entre deux approches, mais aussi de créer exactement les outils qui correspondent à vos envies, sans vous demander s'ils existent déjà.

Même s'il s'agit d'une lapalissade, le plus simple est sans de se rappeler qu'un tel outil est un moyen d'envoyer [un signal] à [un ou plusieurs destinataires] pour produire [un effet].

1. Les destinataires

En ce qui concerne les destinataires du signal envoyé grâce à l'outil, les choix sont assez limités et assez évidents. Il peut essentiellement s'agir :

- du meneur ;
- d'une joueuse ;
- d'un ensemble de joueuses ;
- de toute la table.

2. Le signal

En revanche, sur la nature du signal en lui-même, les possibilités deviennent plus nombreuses et méritent sans doute plus d'attention. Il n'est d'ailleurs pas rare que la seule chose qui différencie deux outils soit justement la façon d'avertir de la présence d'un problème. Vous pouvez notamment :

- dire tout haut et sans discrétion aucune qu'il y a un problème ;
- utiliser des techniques de communication non verbales (regards, etc.), qui présentent le risque de ne pas être comprises ;
 - faire des gestes dont le sens semble naturel ou a été convenu à l'avance, de façon plus ou moins discrète ;
 - prononcer un mot de sécurité ;
 - en discuter en aparté ou lors d'une pause ;
 - écrire sur un papier à traîtrise ;
 - utiliser une carte ou un autre accessoire ;
 - etc.

Le choix du signal peut dépendre de nombreux facteurs, comme la nature des destinataires, mais également de la capacité du MJ à le percevoir, de ce qui a été convenu à l'avance, de l'envie de laisser d'autres joueuses continuer leur scène sans pour autant les déranger, etc.

Ce paramètre peut notamment être important pour vous permettre de gérer certaines situations en douceur (voir Donner des informations à une seule joueuse p. 411) sans que cela nuise à la partie, ou au contraire pour marquer le coup si cela s'avère nécessaire. Toutefois, il a beaucoup moins d'importance lorsque c'est une joueuse qui essaie de communiquer avec vous. En effet, si elle tente de vous signaler son malaise ou, plus globalement, que la situation ne lui convient pas, l'essentiel est que vous le perceviez et le preniez en compte, pas la façon dont elle transmet ce message.

Et pour le jeu en ligne ?

Dans ce cas particulier, bon nombre de ces procédés ne sont plus applicables. Toutefois, certaines communautés de joueuses en ligne ont pris l'habitude d'utiliser des outils clairement identifiés en tapant juste un symbole ou une lettre en majuscule dans la fenêtre de *chat* privée du meneur, des joueuses concernées, ou à la vue de tous. Ainsi, un X majuscule correspond à l'activation d'une carte X, un O à une carte O, etc.

3. L'effet

Enfin, il reste à voir l'effet que provoque le signal une fois transmis aux destinataires. Là encore, si les possibilités sont déjà particulièrement nombreuses et qu'il en reste sans doute encore beaucoup à découvrir, les effets de la majorité des outils peuvent se résumer à la liste suivante :

- faire cesser une scène en cours ;
- passer directement à la scène suivante ;
- recommencer une scène autrement ;
- quitter une scène ou éviter d'y intervenir ;
- enlever un élément sensible ;
- demander à baisser ou à augmenter l'intensité de la scène ;
- faire une pause ;
- montrer son intérêt ou valider les apports d'un participant ;
- vérifier que tout va bien⁶ ;
- quitter la partie.

Naturellement, cette liste n'a rien d'exhaustif et il existe des outils qui proposent des combinaisons ou des ensembles d'effets y figurant. C'est par exemple le cas de la technique des changements de script. D'autres paramètres peuvent entrer en ligne de compte, comme le besoin d'expliquer les raisons d'une éventuelle interruption, ou au contraire la possibilité de ne pas le faire, mais, en partant du principe que tout le monde joue le jeu (voir encadré p. 173), ils devraient être moins importants et pouvoir être gérés au cas par cas. Nous vous encourageons toutefois à bien distinguer les techniques pouvant être utilisées pour repousser ses limites (certains mots de sécurité, le triptyque « fonce, freine et coupez », etc.) et ceux servant à les faire respecter (carte X, techniques Luxton). Malgré des similitudes évidentes, leur usage n'est pas forcément le même.

c) Quelques exemples d'outils palliatifs

Nous avons sélectionné une dizaine d'outils palliatifs qui nous semblent intéressants à découvrir, que ce soit pour les appliquer ou pour s'en inspirer. Les voici :

- la carte X est sans doute l'outil de sécurité émotionnelle qui a fait couler le plus d'encre. Il s'agit d'une carte ou d'une feuille de papier sur laquelle on a tracé une croix. N'importe quelle joueuse peut la brandir (ou la toucher du doigt s'il n'y en a qu'une pour toute la table) lorsqu'un élément qui la met mal à l'aise apparaît pour le retirer de la partie. Ces éléments indésirables peuvent être aussi variés qu'une scène, un PNJ sujet à certaines addictions, une proposition trop décalée, etc. La joueuse qui active la carte X n'a pas à expliquer les raisons qui la poussent à vouloir retirer ce contenu de la partie, mais uniquement à indiquer ce qu'elle souhaite enlever. Naturellement, en cas de problème, qu'il s'agisse d'un malaise plus profond ou d'une gêne par rapport à

6. Des outils traitant plus particulièrement de ces effets sont présentés dans la section « Les autres outils ».

l'utilisation de la carte, il est toujours possible d'en discuter en privé avec le meneur. À noter qu'il existe un certain nombre d'accessoires inspirés par la carte X, dont la carte N, qui permet à une joueuse d'indiquer que le malaise grandit afin que son interlocuteur puisse faire le nécessaire pour rectifier le tir avant d'aller trop loin, ou qu'elle ne décide d'utiliser une carte X ;

- les changements de script se présentent comme une boîte à outils. Celle-ci en regroupe effectivement une dizaine et est organisée autour d'une thématique rappelant les magnétoscopes, ce qui peut sembler incongru de prime abord, mais en renforce grandement l'appropriation par les joueuses. Si cette approche suggère de commencer par identifier une signalétique jeunesse pour sa partie, elle propose ensuite six actions destinées aux joueuses qui peuvent être activées par des cartes, des gestuelles ou en le demandant : avance rapide, image par Image, lecture, pause, *replay* et retour rapide. Le tableau ci-dessous résume leur fonctionnement. Enfin, deux outils de débriefing sont proposés. Le premier, « les meilleurs moments » est uniquement positif et vise à laisser chacun s'exprimer sur ce qui lui a particulièrement plu dans la partie, comme une scène, une interaction, un PNJ, etc. Le second, « le bouclage », est optionnel et sert davantage à discuter constructivement après la séance de tout ce qui doit l'être, des points à améliorer, etc. ;

SYMBOLE	FONCTION	DEMANDE DE LA JOUEUSE
>>	Avance rapide	Écourter un contenu déplaisant, comme une description trop sanglante ou une scène qui s'éternise, pour passer à la suite.
!>	Image par image	Prendre son temps pour jouer la scène en cours, que ce soit pour pouvoir en profiter ou parce que la joueuse n'est pas sûre de ce qu'elle va faire.
>	Lecture	Reprendre le cours normal de la partie, notamment après une pause, un <i>replay</i> ou un image par image.
	Pause	Prendre une courte pause, par exemple parce que le contenu est trop intense, ou pour pouvoir en discuter.
!!<	<i>Replay</i>	Récapituler, avec les autres joueuses, une scène qui vient de se passer et qui était complexe ou confuse. Permet de s'assurer qu'elles ont toutes compris la même chose.
>	Reprendre	Reprendre le cours normal de la partie, notamment après une pause, un <i>replay</i> ou un image par image.
<<	Retour rapide	Rejouer un passage qui a déjà été joué. Il s'agit généralement de faire des ajustements mineurs par rapport à un élément qui a gêné la joueuse.

- demander à quelqu'un de partir est rarement la première mesure que l'on souhaite entreprendre, même lorsque des problèmes apparaissent en cours de partie. Toutefois, il arrive que ce soit la décision qui s'impose, car vous estimez qu'il est désormais impossible de continuer avec une joueuse, ou parce que vous êtes incapable de

gérer ce dont a besoin une autre pour apprécier les parties. Dans tous les cas, il vaut mieux en parler avec la concernée de façon claire et correcte. Pour plus de détails, voir Gérer les tensions entre joueuses p. 104 ;

- *fonce*, *freine* et *coupez* est un ensemble de trois mots de sécurité un peu particuliers, souvent utilisés ensemble. Les deux derniers sont employés depuis les années 1990 dans le milieu du GN norvégien, alors que le premier est un ajout plus récent. Une joueuse qui ne se sent pas à l'aise ou poussée dans ses retranchements peut dire « *freine* » pour signifier à la personne avec qui elle parle de continuer à jouer mais d'y aller plus doucement. « *Fonce* », au contraire, correspond à une demande d'augmenter en intensité et de ne pas avoir peur de se lâcher davantage. Il est courant d'utiliser des gestes pour éviter de trop interrompre ses partenaires de jeu ou de créer de la confusion. Dans ce cas, « *fonce* » se communique en faisant le signe « plus haut » avec la main (main à plat, paume vers le haut) et « *freine* » avec le signe « plus bas » (main à plat, paume vers le bas). Enfin, « *coupez* » arrête la partie immédiatement et signale à toute la table qu'il y a un problème à régler avant de se remettre à jouer. Le geste traditionnellement associé est de faire une croix avec ses mains en posant le tranchant de l'une sur la base du pouce de l'autre, et de la positionner à hauteur de regard. L'usage de ces trois mots de sécurité est bien plus aisé dans les parties où les joueuses font peu de hors-jeu ;

- le *lookdown* (baisser le regard) est une technique assez inhabituelle mais qui peut permettre une échappatoire bienvenue. En mettant sa main devant les yeux, une joueuse peut signaler simplement au meneur ou à une de ses camarades qu'elle ne souhaite pas participer à la scène, ce qui peut notamment être utile en cas de cadrage dur (voir Mettre une scène en valeur p. 497). Dans certains cas, cette technique peut également signifier que son personnage quitte les lieux parce qu'elle ne souhaite pas interagir pour l'instant. Peu importe les raisons qui poussent la joueuse à prendre ainsi du recul, qu'elle ait besoin de récupérer, de téléphoner ou qu'elle soit mal à l'aise. Le reste de la table doit faciliter son départ tout en minimisant les interactions, puis, quand elle souhaitera revenir, son retour. À noter que même si nous ne le détaillons pas ici, il existe également des techniques permettant de demander au meneur ou aux autres joueuses d'être au contraire impliqué dans une scène ;

- les mots de sécurité sont un outil très répandu dans les activités où il est difficile de percevoir si celles-ci suivent leur cours de façon normale ou pas. C'est par exemple le cas lorsqu'une partie de cette dernière consiste à simuler des problèmes (BDSM, GN, JdR, catch, etc.), mais aussi pour avertir d'un danger imminent, mais difficile à percevoir (rugby, certains arts martiaux, etc.). Le principe général est que certains mots spécifiques ont également un sens hors-jeu qui peut venir influencer sur le comportement des joueuses. Les exemples les plus connus ont été présentés dans « *fonce*, *freine* et *coupez* », mais il en existe bien d'autres. Certains mots peuvent être utilisés par le meneur pour avertir qu'une scène particulière est sur le point de commencer, par exemple pour éviter toute mauvaise surprise à une joueuse qui ne serait pas à l'aise, ou lui demander de quitter la pièce pour quelques minutes. Une autre astuce consiste à s'en servir pour informer une joueuse qu'une phase de jeu est perdue d'avance, afin

qu'elle puisse interpréter la frustration et les actions désespérées de son personnage, sans le vivre comme une injustice ni vendre la mèche à ses camarades⁷. Des usages similaires sont possibles entre joueuses ou pour avertir le meneur d'un besoin identifié à l'avance (sortir, ne pas commencer une scène trop dure, faire débiter l'action, etc.) sans devoir en parler à tout le monde. Le choix des mots de sécurité se fait généralement avec un soin zélé. Certains préfèrent ceux pouvant être dits par les personnages pour privilégier l'immersion. D'autres privilégient des mots incongrus pour s'assurer qu'ils ne passent pas inaperçus. D'autres, encore, choisissent de redoubler un mot identifié, comme « vraiment, vraiment » afin d'essayer d'obtenir le meilleur des deux mondes. De notre point de vue, autour d'une table de jeu, ce choix n'est pas aussi capital que l'on veut bien le croire. Aussi, choisissez surtout en fonction de deux paramètres, mais en sachant que vous avez le droit à l'erreur : est-ce que les autres joueuses doivent comprendre qu'il se passe quelque chose ? Est-ce que vous pouvez vous permettre de ne pas remarquer l'utilisation du mot de sécurité en question ? À noter qu'il est également possible d'opter pour des mots de sécurité corporels, c'est-à-dire des gestes identifiables, lorsque l'on ne peut pas ou ne veut pas parler ;

- les signaux de soutien sont un autre outil venant du monde du GN. Assez simple, il est proche dans l'esprit de « fonce, freine et coupez », même s'il ne permet pas d'interrompre une scène. Au contraire, cette approche se concentre davantage sur la coordination des envies lors d'une interaction prolongée, comme un dialogue. Son usage peut également être intéressant pour animer un combat entre PJ sans pour autant sacrifier ni leur style ni les personnages eux-mêmes. En effet, avec un peu d'habitude, cette technique est un bon moyen de se coordonner sans que la scène ou la partie n'en pâtisse. Chaque joueuse dispose ici de trois éléments de couleur identifiés : un vert, un orange et un rouge. Des dés peuvent être amplement suffisants. Lors d'une phase de jeu, chaque joueuse peut demander à faire varier l'intensité de la scène en établissant un contact visuel avec son interlocuteur, et en pointant un des trois objets de couleur. L'objet vert signifie la volonté d'augmenter l'intensité, le jaune de faire attention ou de ralentir, et le rouge correspond à une demande de ne pas aller dans cette direction et de plutôt choisir autre chose. Cet outil a notamment été adapté sous la forme de ce que l'on appelle « la fleur de soutien ». Il s'agit d'une version un peu plus complexe prenant la forme d'une feuille en forme de fleur posée sur la table, et où les joueuses peuvent non seulement pointer une couleur, mais également un message plus spécifique selon la zone désignée.

- les techniques Luxton sont en fait trois techniques notamment conçues pour les personnes qui pourraient avoir un problème en partie, mais qui, si cela produit, souhaitent davantage que leurs camarades les aident et les soutiennent plutôt qu'ils fassent pudiquement semblant de ne rien avoir vu. Si cette approche est simple à mettre en œuvre, elle n'en est pas moins très loin d'être neutre et peut s'avérer trop exigeante pour une séance en *one shot* ou avec un groupe de personnes avec qui vous n'êtes pas déjà proches. En effet, au lieu de chercher des solutions pour continuer à jouer malgré

7. Généralement, le personnage survit à la phase de jeu, même si cela n'a rien d'obligatoire.

d'éventuels problèmes, elle implique de parler frontalement des soucis potentiels, ce qui n'est pas toujours facile, et de privilégier le bien-être des participants sur la continuité de la partie, quitte à arrêter cette dernière. Le premier outil consiste en une discussion ouverte et sincère avant la partie à propos de tout ce qui peut rappeler des événements traumatiques et déclencher des malaises profonds. Naturellement, personne n'est contraint d'expliquer son passé plus que nécessaire. Toutefois, comme il est impossible de penser à tous les problèmes qui pourraient apparaître, l'intérêt est ici de vraiment comprendre ce qui peut gêner les autres joueuses, plutôt que de les écouter énoncer des limites. Le deuxième outil consiste à encourager les joueuses à exprimer ce qu'elles veulent ou ce dont elles ont besoin lorsqu'elles sont confrontées à du contenu dérangeant. Il peut s'agir de choses aussi variées que de vouloir un verre d'eau, demander que son personnage ne subisse pas trop de violence, que son secret soit révélé d'ici à la fin de la séance, voire d'arrêter la partie pour discuter des difficultés éprouvées. Enfin, la troisième technique consiste à prendre l'initiative de demander si tout va bien lorsqu'une joueuse semble en retrait, gênée ou mal à l'aise d'une façon ou d'une autre. L'accent est mis sur la capacité à ne pas trop s'imposer lors de cette vérification, à laisser le temps de répondre et à ne pas penser que l'on sait mieux que sa camarade ;

- le temps mort consiste à faire une toute petite pause, généralement le temps de clarifier quelque chose d'absolument nécessaire pour la scène en cours ou de poser une question hors-jeu au meneur à une autre joueuse. Cette technique permet également de souffler quelques secondes suite à un passage difficile ou avant de devoir réagir à une description. Faire un « T » avec ses mains, comme font les entraîneurs de sports collectifs pour demander un temps mort pendant un match, est compris par tout le monde et signifie à la fois qu'on est hors jeu, pour éviter toute confusion, et que l'interruption va être extrêmement brève. Généralement, la scène dès qu'on disjoint ses mains et que l'on recommence à parler.

Que faire si quelqu'un ne joue pas le jeu ?

Une crainte récurrente, lorsque l'on cherche à mettre en place ce genre d'outils, est que quelqu'un de mauvaise foi en abuse au point de rendre la partie invivable pour les autres. Par exemple, une joueuse pourrait abuser des mots de sécurité de façon à constamment interrompre la partie, ou formaliser des besoins qui, sous couvert de la préserver, ne sont que des moyens grossiers de mettre son personnage à l'abri. Si vous jouez dans le cadre amical, il est sans doute peu probable qu'un tel problème se présente, mais si cela devait être le cas, nous vous encourageons d'abord à vous assurer que la joueuse n'est pas réellement en détresse. Une fois cette possibilité écartée, et s'il s'agit bien d'un comportement abusif, faites tout simplement comme vous le feriez pour quelqu'un qui n'accepte pas de jouer au même jeu que le reste du groupe, ou qui franchit volontairement les limites des autres joueuses. Parlez-en avec elle de façon à vous accorder ensemble sur la meilleure attitude à adopter. Si elle ne souhaite pas le faire, ou si vous constatez lors des parties suivantes qu'elle ne fournit aucun effort, demandez-lui simplement de ne plus venir. Pour plus de détails, consultez *Gérer les tensions entre joueuses* p. 104.

E. LES AUTRES OUTILS

Cette dernière catégorie concerne surtout les outils que nous n'avons pas pu vraiment classer dans les deux précédentes. La plupart d'entre eux sont beaucoup plus simples et semblent davantage relever du bon sens, mais il est parfois bien difficile d'avoir la présence d'esprit d'y faire appel lorsque le malaise s'est installé à la table. Quoi qu'il en soit, ces techniques n'en sont pas moins très utiles, et constituent de précieux compléments à celles déjà évoquées.

Parmi ces outils, on peut notamment citer :

- l'aparté, qui est une technique connue de tous et consiste à s'isoler avec une ou plusieurs joueuses, afin de communiquer avec elles sans que le reste de la table n'entende. Dans le cadre de la sécurité émotionnelle, elle peut notamment servir à s'assurer qu'une joueuse aille bien, permettre de lui poser des questions ou approfondir un élément particulier, de demander à une autre de lever le pied, voire de faire un rappel à l'ordre discret mais ferme, sans pour autant que la personne concernée ne se sente humiliée. Souvent boudé parce qu'il casse le rythme et implique de ne pas s'occuper d'une partie de la table, l'aparté est extrêmement utile et polyvalent dès que vous commencez à sentir un malaise à la table. Dans ce cas, il est régulièrement utile de prétendre introduire l'aparté pour une autre raison que celle qui vous motive vraiment ;

- la carte O est, en ce qui concerne sa forme du moins, très proche de la carte X. D'ailleurs, vous pouvez recycler le verso de cette dernière à cet effet si vous le souhaitez. Son utilisation en revanche est, comme on peut s'y attendre, légèrement différente : lorsqu'une joueuse brandit ou touche la carte O, elle montre qu'elle apprécie ce qui est en train de se passer et qu'elle souhaite que la phase en cours continue. Cet outil est donc surtout utile pour montrer son approbation. Il peut également être employé pour répondre à une interrogation de ses camarades ou du meneur sans avoir à prendre la parole et interrompre la scène en cours. Cela peut notamment se produire quand son personnage n'est pas impliqué, et que celui d'une autre joueuse fait référence à ce qu'il penserait. Dans ce cas, il est possible de simplement montrer la carte pour manifester son accord ou son enthousiasme. Le meneur peut poser une question similaire pour savoir si une scène a trop duré, par exemple. Ces usages secondaires peuvent être intéressants, mais sont généralement plus intrusifs et demandent plus de temps qu'un simple contact visuel suivi d'un hochement de tête. En revanche, bien que sous-estimée, permettre de montrer son approbation est une dynamique très efficace autour d'une table de JdR. Elle a un impact certain sur la motivation des joueuses et leur capacité à apprécier une séance ;

- le *OK check-in* est un geste de la main qui permet de vérifier que tout se passe bien pour une joueuse donnée. Généralement, il s'obtient en joignant le pouce et l'index d'une même main de façon à faire un cercle vertical, la paume en direction de son interlocuteur. Il existe cependant d'autres gestes équivalents, comme celui de fermer le poing et de lever le pouce. Généralement, la joueuse peut répondre de trois façons. Elle peut indiquer que tout va bien en levant son propre pouce vers le haut. Elle peut signaler un problème en baissant son pouce, par exemple pour indiquer

qu'elle a besoin d'aide, de temps, de pouvoir se mettre à l'écart ou autre. La dernière possibilité est de placer sa main à l'horizontale pour expliquer qu'elle ne sait pas vraiment. En général, cette réponse implique de rester vigilant et est, sur bien des aspects, à traiter comme un pouce vers le bas. Avec des rôles inversés par rapport aux signaux de soutien, cette technique peut être utilisée pour calibrer l'intensité d'une interaction lorsque l'on n'est pas certain de ne pas trop en faire. Enfin, même s'il est rare que ce soit plus pertinent que de poser la question directement, le *OK check-in* peut être collectif et fait à toute la table, ce qui vous permet par exemple certains usages décrits pour l'outil précédent, comme de poser des questions sur une scène sans l'interrompre ;

- le débriefing est une autre technique assez courante qui peut être utile vis-à-vis des problématiques de sécurité émotionnelle. Pour plus de détails, consultez la fiche *Débriefing* p. 55. Comme évoqué auparavant, « les changements de scripts » proposent deux méthodes de débriefing spécifiquement adaptées à ces questions. Il en existe d'autres, comme celle des « étoiles et des vœux ». Elle consiste à ce que chaque joueuse cite une étoile, c'est-à-dire un élément qu'elle a vraiment apprécié dans cette séance, et un vœu, autrement dit quelque chose qu'elle souhaiterait voir dans la prochaine ;

- comme la communication non violente (voir p. 111), l'écoute active est avant tout une méthode permettant de faciliter la discussion. S'il ne s'agit pas d'un outil que vous allez mettre en place collectivement durant les séances, ses principes pourront vous être très utiles si une de vos joueuses se sent mal et a besoin qu'on la soutienne. Aussi nous a-t-il semblé pertinent de la présenter ici. Commencez par vous asseoir avec la personne que vous voulez soutenir et à l'écouter. Si elle souhaite parler, mais ne sait pas par où commencer, demandez-lui ce qu'elle ressent ou ce dont elle a besoin. Écoutez-la avec attention. N'hésitez pas à lui poser des questions si vous ne comprenez pas quelque chose, mais gardez à l'esprit que c'est elle qui parle et qui explique et vous qui écoutez. Lorsqu'elle a fini ou est arrivée à un point où cela vous semble pertinent, résumez ce qu'elle a dit et vérifiez si vous avez compris. Ne vous contentez pas de reformuler, mais essayez également de mettre en perspective ce qu'elle dit, de poser des questions sur ses contradictions. Vous n'êtes pas là pour la juger, mais pour l'aider à s'exprimer. Si elle le souhaite, dites-lui ce que vous en pensez et, éventuellement, faites des propositions. Recommencez autant de fois que nécessaire ;

- faire une pause paraît tellement enfantin que l'on oublie souvent qu'il s'agit d'une astuce comme une autre au sein de l'arsenal du meneur. C'est en effet un bon moyen de faire retomber un peu la pression et de servir de prétexte à une joueuse mal à l'aise pour s'isoler pendant quelques minutes, voire de vous donner le temps de réfléchir à comment animer une scène en retirant le contenu potentiellement gênant. Demander une pause vous permet également d'utiliser la plupart des techniques propres aux apartés. Faites toutefois attention si vous interrompez momentanément la partie parce que vous avez l'impression qu'il y a un malaise entre deux joueuses, celui-ci pourrait bien s'envenimer hors-jeu durant la pause ;

- la politique de la porte ouverte est une règle qui peut sembler tomber sous le sens, mais qui est en fait bien moins évidente une fois assis autour d'une table de

jeu. Aussi vaut-il mieux la répéter aux joueuses régulièrement en début de séance : n'importe qui peut arrêter la partie ou faire une pause individuelle sans être jugé, notamment si c'est pour des raisons de sécurité ou de confort. Ni la joueuse ni le personnage ne vont perdre la face pour cela. Tous les groupes n'adhèrent pas forcément à cette position, mais si cela vous paraît pertinent, n'oubliez pas de le rappeler régulièrement aux joueuses ;

- le sas de décompression, aussi appelé « atterrissage », est généralement un atelier (voir p. 163) ou une autre activité mise en place à la fin de la séance afin de permettre aux joueuses de passer par une étape intermédiaire entre la partie et leur quotidien. Ce n'est bien évidemment pas nécessaire pour toutes les séances, mais un tel outil peut être utile lorsque celles-ci sont fortes en émotions, tendues ou longues, par exemple. L'objectif est ici de réduire ce que l'on appelle le *bleed*, c'est-à-dire, dans ce cas précis, les émotions créées en jeu que la joueuse va avoir du mal à évacuer une fois celui-ci terminé. Les épilogues ont le défaut de ne pas fonctionner avec toutes les parties, mais ils ont l'avantage d'être un formidable outil pour créer une étape de transition. En effet, en permettant aux joueuses de dire quelques phrases sur ce que fera son PJ à un certain moment dans le futur, l'épilogue leur offre la possibilité de reprendre le contrôle sur leurs personnages, d'avoir une sorte de dernier mot, et de se projeter au-delà des émotions fortes et de l'immédiateté de la scène finale. Toutefois, leur utilisation n'est malheureusement guère répandue. Les débriefings, en revanche, sont très souvent utilisés comme sas de décompression. Il est également possible d'utiliser de nombreux petits rituels : continuer à discuter un peu, prendre le temps de ranger et de nettoyer l'espace où on joue, rentrer à plusieurs, boire un café, etc. Le sas de décompression n'a généralement pas besoin de durer longtemps, mais il est souvent soumis à une concurrence rude : besoin de partir avant le dernier métro, fatigue et envie de rentrer chez soi, etc. À noter que même si nous les avons rassemblées ici, principalement parce qu'elles sont encore très peu répandues, il existe également des techniques spécifiques de sortie de rôle (*de-roling*), venant à l'origine du théâtre et de la thérapie (psychodrame et dramathérapie). Il peut notamment s'agir de mouvements corporels, de parler du personnage à la troisième personne, d'enlever un accessoire particulier, de réfléchir à des défauts qu'il a et que l'on ne souhaite pas avoir, de ce que l'on aimerait garder de lui, etc. ;

S'excuser

Mettre en place tous ces outils vous aidera à limiter les risques de malaise ou à en réduire l'impact, mais, si vous n'êtes pas capable de vous excuser lorsque c'est vous qui dérapez, ils ne seront qu'un pansement sur une jambe de bois. Les dérapages font partie du jeu, mais par respect pour vos joueuses, ou au moins pour conserver la confiance qu'elles vous portent, il est parfois nécessaire non seulement de s'excuser, mais de *bien* s'excuser. Pour cela, nous vous suggérons de ne pas vous contenter de dire que vous êtes désolé, mais d'expliquer également de quoi et ce que vous allez faire pour éviter que cela se reproduise.

F. QUELQUES DERNIERS PRINCIPES

Comme vous l'avez compris, cette fiche est très loin de vous avoir présenté la totalité des outils de sécurité émotionnelle, mais même la sélection proposée ici peut vous permettre d'opter pour des dispositifs très différents les uns des autres. Ceux-ci peuvent être plus ou moins faciles à présenter ou à utiliser. Fort heureusement, il existe un certain nombre de principes qui semblent s'appliquer à la plupart de ces outils.

Aussi, en guise de conclusion, voici quelques mises en garde et autres conseils pour animer des séances impliquant de tels dispositifs :

- souvent, la présentation et le discours qui accompagnent ces outils sont aussi importants que les outils eux-mêmes. Dans un cadre amical, envoyer le signal que l'on va faire attention à certains dérapages et que certains comportements ne sont plus les bienvenus suffit à ce que tout le monde essaie d'y mettre du sien ;

- certaines joueuses peuvent avoir l'impression qu'utiliser ces outils signifie qu'elles sont faibles, moins compétentes, mauvaises perdantes, etc. Aussi, n'hésitez pas à montrer comment l'on s'en sert en le faisant vous, et ce très tôt dans la partie. Essayez de dédramatiser leur utilisation autant que possible. De la même façon, aidez les joueuses à comprendre que contrevenir par accident à une règle fixée ensemble n'est pas bien grave, et avoir recours à un de ces outils non plus ;

- montrez que ces outils ne sont pas seulement là pour éviter le pire (et surtout pas pour uniquement se concentrer sur des événements traumatiques), mais aussi pour proposer des phases de jeu plus intéressantes. Vous pouvez par exemple expliquer comment le *OK check-in* peut servir à demander aux joueuses si une scène dure trop, ou si elle doit être accélérée ;

- quoi que fassent les outils que vous utilisez, si vous avez dit aux joueuses qu'il se passerait quelque chose quand elles s'en serviraient, respectez votre parole et exécutez-vous. Ne trouvez pas d'excuses pour ne pas appliquer les effets attendus, même si cela vous oblige à réfléchir à une alternative à ce que vous aviez prévu. Utiliser ces outils n'est pas évident pour de nombreuses joueuses, alors ne leur donnez pas en plus l'impression qu'elles ne peuvent pas vous faire confiance ;

- l'utilisation de ces outils n'est pas une excuse pour se comporter n'importe comment, même face à quelqu'un qui cherche à explorer ses limites ;

- leur utilisation n'est pas non plus obligatoire. À part en cas de mauvaise foi manifeste, personne ne doit se voir reprocher ni l'utilisation de ces outils, ni leur non-utilisation. Ne pas avoir utilisé un outil à un moment donné ne veut pas dire que l'on ne le fera pas plus tard, ou dans d'autres conditions ;

- vous pouvez essayer d'utiliser l'humour pour désamorcer une situation délicate, mais évitez de le faire aux dépens de la personne qui est déjà mal à l'aise, ou de celle qui a employé l'outil (si ce n'est pas la même) ;

- même si des joueuses se livrent, évoquent des sujets intimes ou que vous êtes témoins d'une souffrance psychologique évidente, vous n'êtes ni psychologue, ni coach sportif. Ne faites pas l'erreur de le croire.

3. AVANTAGES ET INCONVÉNIENTS DE CES TECHNIQUES

AVANTAGES :

- proposent une offre pléthorique grâce à laquelle il est possible de créer un dispositif correspondant exactement à ses besoins ;
- peuvent être utilisées de façon naturelle et fluide, par exemple par la gestuelle, afin d'éviter de complexifier la séance ;
- élargissent ce qu'il est possible de jouer lors d'une partie ;
- permettent aux joueuses de gérer l'intensité des scènes de façon autonome, aussi bien pour l'augmenter que pour l'atténuer.

INCONVÉNIENTS :

- peuvent rajouter énormément de pression lorsqu'ils sont mal amenés ou expliqués : utilisation des outils, peur de mal faire, etc. ;
- provoquent l'hostilité de certaines joueuses ;
- nécessitent un apprentissage, et parfois des piqûres de rappel pour comprendre ce qui marche vraiment avec son groupe et ce dont il a besoin ;
- peuvent créer des tentations diverses, par exemple de mettre en place un dispositif trop important, d'aborder les thématiques interdites ou de se croire autorisé à aller trop loin.

4. LIENS AVEC LES ARTICLES DES RECUEILS PRÉCÉDENTS

Mener des parties de jeu de rôle : Organiser des parties, le b.a.-ba p. 17, Enseigner un jeu p. 93, Rassembler & Diviser p. 235, Rendre les choses personnelles p. 261, Créer des émotions particulières p. 277.

Jouer des parties de jeu de rôle : Interpréter un personnage p. 69, Garder la balle en l'air p. 113, Jouer ensemble p. 129, Coopérer et Rivaliser p. 149, Dépasser ces clichés p. 227, S'entraîner p. 303, Ne pas être cette joueuse-là p. 329.