

Guide d'animation

La Théorie du Boxeur

Si vous lisez ce guide, c'est certainement que vous vous apprêtez à animer un échange après une projection de La Théorie du Boxeur, ou que vous aimeriez en savoir plus avant de vous lancer. Nous nous en réjouissons. Pour commencer votre lecture, voici quelques éléments sur les intentions de Nathanaël, le réalisateur du film et de l'équipe Kamea Meah.

Pourquoi ce film ?

Le documentaire "La Théorie du Boxeur", est né de l'envie de comprendre comment nous pouvons faire face au mur de l'adaptation climatique dans le domaine de l'agriculture et de l'alimentation. Le sujet est éminemment actuel mais aussi toxique car les projections climatiques à 30 ans pour l'Europe couplées aux chiffres montrant l'effondrement en cours de la biodiversité sont fortement anxiogènes. Pour autant, nous lamenter n'est pas une option. Les films nous permettent de mieux comprendre certains enjeux, de rentrer en empathie avec les acteurs, ici les agriculteur.trice.s, de voir que des pistes d'actions sont possibles, et donc de bouger, d'évoluer, d'agir. Même si les verrous institutionnels empêchent encore un changement profond du système agro alimentaire qui serait pourtant nécessaire, "la Théorie du Boxeur" montre que des réponses existent au niveau local et individuel, encore faut-il partager un diagnostic commun et faire bloc, y compris avec celles et ceux qui ne pensent pas comme nous. C'est là que l'animation rentre en jeu...

Pourquoi une animation post-film ?

"La Théorie du Boxeur", c'est un film sensible et complexe qui confronte parfois les spectateur.ice.s et leurs visions du monde. L'animation d'après film a donc pour but de nous permettre de "digérer" le film au niveau du mental et des émotions et d'interroger notre rôle en tant qu'agriculteur.ice. ou que mangeur.euse. Nous pensons que vu l'ampleur des défis posés par le dérèglement climatique et la chute de la biodiversité, nous ne pourrions pas nous adapter à temps si nous sommes divisé.e.s, si nous n'avons pas un diagnostic similaire et une stratégie commune, en premier lieu pour faire pression sur le politique. Nous voulons donc créer un espace sécurisé

pour échanger autour des crises que nous traversons, sur ce qui nous oppose et sur ce qui nous rassemble. Ces espaces de discussion et d'écoute se font rares de nos jours. Il est plus facile de se draper dans des certitudes que d'écouter d'autres points de vue ... Voire s'ouvrir à d'autres façons de voir le monde et de faire... Certes, certains désaccords de fond ne peuvent se résoudre en une heure. L'histoire des syndicats agricoles, des luttes passées et actuelles pèse lourd dans l'inconscient collectif et les ressentis. Nous avons tous et toutes nos perceptions, et récits bien installés et le dialogue est parfois devenu difficile. Nous avons pensé l'animation d'après film comme un temps offert aux agriculteur.ice.s, citoyen.ne.s, chercheur.euse.s, technicien.ne.s ou élu.e.s. des villes et des territoires qui sont impactées par ces crises et se soucient de l'état du monde vivant. Nous espérons que ce guide d'animation vous permette de partager des moments authentiques et inspirants pour faire bouger les choses dans les têtes et sur le terrain.

Spécificités du temps d'échange post-projection :

Le temps d'échange dure 1h à 1H10. Il peut être réduit à 45 min.

Il fait circuler la parole sous différentes formes : un mot, une phrase, des échanges deux par deux, un tour de parole...

Ce mode d'animation permet de créer la confiance, pour nourrir des partages riches et éviter des confrontations d'idées peu constructives, qui prennent souvent beaucoup de place dans les questions-réponses classiques.

Avec un format d'animation plus cadré, on cherche à éviter :

- une première prise de parole qui oriente toute la discussion
- qu'une personne en colère s'exprime de façon réactive et crée un climat général de défiance
- que les hommes prennent la parole en premier, plus souvent et/ou plus longtemps que les femmes
- que les échanges restent très théoriques sans laisser la place à des rencontres authentiques
- que les échanges s'éternisent avec une salle passive et qui décroche
- que tout le monde n'ait pas l'espace pour s'exprimer

En même temps, pour ne pas générer trop de frustrations, il faut pouvoir laisser assez de place pour que la salle puisse exprimer des idées et partager des témoignages sans être en “sur-contrôle” : subtil équilibre !

Animer et faire face aux émotions du public

Donner et reprendre la parole

- Adoptez une posture corporelle ouverte, tournée vers la personne qui parle.
- Utilisez sans modération la communication non-verbale pour signifier que vous avez entendu en hochant la tête (cela ne veut pas dire qu'on est d'accord).
- Donner des instructions claires en étant le plus concis possible.
- Vous êtes au service de la circulation de la parole, autorisez-vous à recadrer les échanges si besoin.
- N'ayez pas peur des moments de silence, ils permettent l'émergence d'autres paroles.

Utiliser un micro

- Coller votre micro à votre menton pour ne pas bouger le bras en parlant (ce qui ferait varier le volume de votre voix)
- Dans une grande salle, gardez toujours un micro et si la salle est petite, pour plus de spontanéité, proposer de faire sans micro.
- Si on entend mal les interventions du public, vous pouvez toujours demander de répéter ce qui a été dit. Si besoin, vous pouvez répéter un propos au micro pour s'assurer que les personnes au fond ont bien entendu.
- Si la salle est vraiment grande, prévoir un micro avec une personne pour le faire circuler.

Introduire

Intro - Avant le film - 3 min :

Prévoir avec l'organisateur de la séance-événement un temps de présentation de minimum 5 minutes avant la projection, pour introduire le film, son accompagnement et l'animation.

Format de présentation type :

1. Le personnel du cinéma qui accueille présente la séance
2. L'organisateur.rice de l'événement (association partenaire, etc) se présente puis présente le film et la personne en charge de l'animation
3. L'animateur.rice introduit en une phrase le ou les intervenant.e.s qui vous accompagnent
4. Chaque intervenant se présente en quelques mots
5. L'animateur.ice :
 - Se présente
 - Présente le film
 - Présente le témoin
 - Présente Kamea Meah et la démarche du film (*Kamea Meah est une association qui réalise des films pour le cinéma en autoproduction et s'occupe elle-même de la diffusion au cinéma et partout ailleurs. L'idée derrière La Théorie du Boxeur, c'est de donner la parole aux agriculteurs et agricultrices qui sont les premiers impacté.e.s par le dérèglement climatique et d'enquêter sur les adaptations et souhaits sans à priori.*)

Bonjour, je suis XXX, je suis ici pour accompagner le temps d'échange qui va vous être proposé après le film, Je suis accompagnée de XXX, avec qui vous pourrez donc échanger tout à l'heure....

- Remercie

Avant tout, je souhaite remercier...

- Cadre, présente le déroulé

Ce temps d'échange durera environ 1h, on va enchaîner directement, si besoin d'une pause technique après le film, profitez du générique.

- Pose l'intention de l'animation : On ne va pas leur donner des solutions clé en main mais réfléchir ensemble aux questions posées par le film et mieux comprendre les enjeux du territoire pour l'agriculture et d'alimentation.

L'intention de ce temps d'échange c'est d'abord de partager où nous en sommes chacun et chacune face aux sujets abordés dans le film, à savoir le changement climatique qui est de plus en plus présent, l'agriculture, l'alimentation, l'eau... . Ensuite, c'est de rendre plus concrets les sujets abordés dans le film par des partages d'avis et d'expériences. Nous n'avons pas l'ambition de repartir avec des solutions clé en main mais d'ouvrir ensemble une réflexion sur les questions

posées par le film et la complexité de ces enjeux d'agriculture et d'alimentation pour notre territoire..

- Donne la parole au témoin

Est-ce que tu veux dire quelques mots pour te présenter avant le film?

C'est parti! Belle projection à vous et à tout à l'heure !

FILM – 1:40

Intro - Après le film :

Merci d'être resté.es avec nous pour ce moment d'échange ! Celles et ceux qui ne vont pas pouvoir rester peuvent y aller tranquillement pendant qu'on démarre.

Je vais juste poser une demande pour que tout le monde se sente à l'aise et pour qu'on ait un échange de qualité -chose qui se fait rare de nos jours- cette demande ce serait tout simplement de s'écouter, de respecter les points de vue de chacun.e, et de ne pas aller sur des attaques personnelles. Attention, on a le droit de dire qu'on est pas d'accord ! Mais pas de s'agresser. Je sais que le film aborde des sujets sensibles et difficiles donc c'est d'autant plus important.

Petits conseils :

- Employez des mots positifs, pour donner envie. Vous offrez une expérience inédite et très enrichissante !
- Éviter d'utiliser des termes associés au développement personnel et sont donc crispants pour certain.e.s : "ressenti", "regarder vos émotions", "bienveillance, éducation populaire, développement personnel"...
- Prenez votre temps pour prendre la parole à votre rythme, soyez authentique et humble. ● On ne donne pas trop d'informations au départ, on les ajoutera au fur et à mesure.

Faites connaissance

Le “Pop Corn images à la volée” et le “Qui est là” permettent d’ouvrir la parole à tou·te·s avec un mot, puis une phrase, et aident les personnes à sortir à leur rythme du long voyage qu’offre le film. Cette ouverture aux interventions variées équilibre l’ambiance générale : on évite qu’une personne très marquée (en colère, triste, ...) prenne et monopolise la parole en premier en teintant l’ensemble de l’animation de défiance et d’inconfort.

1. “Qui est là » (5 min.)

Inviter les gens à se lever ou s’ils ne le peuvent pas, à lever la main.

Alors, pour commencer je vous propose qu’on fasse connaissance, et qu’on se réveille un peu. Je vais vous poser quelques questions plutôt simples, et si vous êtes concerné par la question vous pouvez vous lever ou lever la main.

- *Qui est du Crestois ?- (ou le territoire ou la proje a lieu)*
- *Qui vit dans les territoires voisins ?*
- *Qui a déjà descendu la Drôme en kayak ? (activité sportive ou loisir populaire en lien avec l’eau ou la biodiversité)*
- *Qui est agriculteur.ice dans la salle ?*
- *Qui a ou avait dans sa famille des agriculteur.trice.s ?*
- *Qui se sent découragé après le film ?*
- *Qui se sent mobilisé.e.s ?*
- *Qui ne sait pas trop où il ou elle en est ?*

2. Pop corn/Images à la volée (5 min.)

Merci. Je vous propose pour continuer de vous exprimer à la volée, c’est-à-dire avec des prises de parole très courtes en 2-3 mots pour partager les images qui vous ont marquées dans le film, sans interprétation, sans commentaire, simplement une scène, une idée. Par exemple « poissons morts, légumes desséchés, l’agriculteur qui déconseille à son fils de reprendre sa ferme, puissance du couvert végétal... »

Maintenant à vous la parole, parlez bien fort pour que tout le monde vous entende !

L'animateur.trice répète les mots au micro / ré-insister sur prise de parole courte si besoin.

S'il y a un.e intervenant.e avec vous, c'est idéal de lui donner la parole aussi pour qu'il donne son mot, avant d'ouvrir la parole à la salle.

◆ Petits conseils :

- N'ayez pas peur des moments de silence ou des moments où certaines personnes parlent un peu en même temps.
- Répétez les mots au micro pour que toute la salle entende bien et pour confirmer à la personne qu'elle a été entendue, et ainsi valider son ressenti.
- Si besoin, encouragez la prise de parole en demandant si quelqu'un d'autre veut s'exprimer...
- Par habitude, certaines personnes peuvent lever la main, vous pouvez les désigner pour qu'elles s'autorisent à parler
- Si une personne n'a pas du tout compris et commence à prendre la parole pour donner son avis sur le film, laissez une ou deux phrases puis demandez-lui de garder son idée pour plus tard, et reformulez avec le mot le plus fort de son intervention en disant avec légèreté : "Merci, on va donc dire que votre mot c'était "découragement"

Approfondir

3. Partage du témoin (3 min)

Inviter le témoin sur scène, redire un mot de ce qu'il fait et lui poser cette question :

Qu'est-ce qui t'a marqué dans le film et à quelle expérience personnelle ça fait écho?

4. Pense-écoute à 2 (6 min.)

Lancer un temps à deux pour que chacun.e dans la salle réponde aussi à cette question.

Inviter à se mettre avec quelqu'un qu'on ne connaît pas de préférence. On chronomètre, entre 2 mn chacun.e et on laisse un peu plus de temps si l'on sent que la salle est très réactive à l'exercice :

signale discrètement au micro quand on inverse. Prévenir quand c'est fini et ramener doucement la salle en plénière sans trop brusquer en prenant le temps.

Je vous propose de vous tourner vers votre voisin ou voisine pour répondre vous aussi à cette question : "Qu'est-ce qui t'a marqué dans le film et à quelle expérience personnelle ça fait écho ?"

Si vous en avez envie, tournez-vous vers une personne que vous ne connaissez pas. Si vous êtes tout.e seul.e.s, vous pouvez lever la main et vous déplacer pour trouver une autre personne seule. Le principe c'est qu'une personne parle, et l'autre écoute sans rien dire pendant 2 minutes. Ce n'est pas une conversation. Au bout de deux minutes je vous dirai quand vous pourrez inverser C'est à vous !

5. Échos du pense-écoute/Partage à la salle (15 min.) (Peut durer plus longtemps en l'absence de témoin)

Inviter à 3-4 partages - rappel de confidentialité

On a envie d'entendre quelques éléments forts de ce qui s'est dit entre vous? Partager plutôt ce que vous avez dit vous-même, et éventuellement ce que votre binôme vous a dit, s'il ou elle est d'accord.

Le témoin peut rebondir aux 3-4 partages de la salle suite au « pense écoute ».

Relancer la proposition de partage à la salle et ne pas avoir peur de 10-15 secondes de silence.

6. La question du témoin à la salle (3 min.)

Le témoin a préparé une question en lien avec son sujet, et pourra apporter des connaissances complémentaires. Question à préparer en avance avec le témoin, s'il.elle a envie. Ne pas forcer

On avait envie d'inverser les rôles et de proposer à XXX de vous poser une question pour continuer l'échange.

- Exemples de questions :

- *Avez-vous l'impression de savoir plutôt bien comment votre nourriture est produite ? (pas que les légumes)*
- *Combien pensez-vous qu'il reste d'agriculteur.trice.s en France ? (400 000)*

- *A votre avis, quel % du prix de vente d'un produit retourne au producteur dans la grande distribution ? (Qui pense que c'est 50 % / 30% / 20%)
En fait c'est plutôt 7%*
- *Qu'est-ce qu'on peut faire pousser à votre avis sans irrigation dans la zone?*

Si le témoin utilise du vocabulaire technique, non accessible à tous.tes, lui demander d'expliquer le mot ou soit même le préciser.

7. La salle parle au témoin (7 min.)

On souhaite faire circuler le micro dans la salle sans entrer dans des questions-réponses classiques où les idées se confrontent sans toujours s'enrichir.

Certain.e.s profiteront peut-être de ce temps pour faire un témoignage plus long. A ce stade de l'animation c'est important de laisser du temps pour cela mais en incitant à être concis si ça s'éternise.


Vous pouvez soit prendre toutes les interventions du public à la suite (2-3 prises de parole) puis faire réagir le témoin soit prendre 1-2 interventions à la suite, faire un retour, puis en prendre encore 1-2 et faire un dernier retour, en fonction de votre préférence.

Nous allons faire circuler le micro dans la salle. Nous allons prendre plusieurs interventions à la suite. Ensuite, avec [intervenant-e] on prendra le temps de réagir à ce qui a été dit. Je vous invite à être concis pour vous exprimer. Merci, est-ce que quelqu'un d'autre veut prendre la parole? Levez la main... (etc.) ... Encore une prise de parole et ensuite on va vous faire un retour....

8. Petites annonces agri (5 min.)

Est-ce qu'il y a des personnes dans la salle qui portent des projets spécifiques sur le thème, qui ont des besoins de soutien et qui veulent se présenter en 1 min

Faites un signe au bout d'une minute pour indiquer au gens qu'ils doivent rendre le micro.

 Petits conseils :

- Guidez la personne qui fait circuler le micro en désignant les personnes qui se manifestent pour parler en cherchant l'alternance femmes-hommes. Évitez de laisser le micro circuler tout seul de mains en mains, souvent les personnes en profitent pour prendre la parole sans y être invitées.
- Clôturer chaque prise de parole par un "Merci..." Ainsi quand vous souhaitez interrompre une personne, dire "Merci" lui fera comprendre qu'il est temps de s'arrêter. Vous pouvez aussi l'inviter à terminer avec une dernière phrase, sans couper abruptement.
- Si une personne exprime des émotions fortes, laissez-lui le temps, faites comprendre qu'elle est entendue, proposez quelques secondes de pause après son intervention pour ne pas "passer dessus" trop vite.

9. Quels élans ça nous donne? (10 min) OPTIONNEL en fonction de l'énergie et du temps qui restent

(Peut durer plus longtemps en l'absence de témoin)

Pense-écoute à 4

Tour de parole ou tout le monde s'exprime sur la question
« Quel élan ça me donne ? Avec quoi je repars ? »

Gardez votre binôme et tournez-vous vers 2 autres personnes devant ou derrière.

10. Élans à la volée (5 min.) Pour Clore

De façon très concise, partagez avec quoi vous repartez : élans de mobilisation, envies ou impressions plus ou moins précises à partager très succinctement !

Répétez chaque phrase au micro pour qu'elle soit entendue partout, puis remercier.

Bravo pour votre participation et merci pour tous pour ces échanges.

N'hésitez pas à parler du film autour de vous, à partager la bande annonce sur les réseaux sociaux ou laissez un commentaire sur Allociné ! N'importe qui peut organiser une projection au cinéma ou en dehors en contactant l'équipe de Kamea Meah via le site internet www.latheorieduboxeur.fr

Se sentir à l'aise pour animer

Posture de prise de parole

- Observer votre attitude physique : le stress crée une tendance au déplacement, à la gesticulation, à la manipulation nerveuse des objets. Choisissez un endroit et restez-y; sur vos deux pieds, le micro arrimé au menton, en regardant au loin dans la salle. Cela ne doit pas vous empêcher de vous déplacer entre vos interventions pour intervenir depuis différentes positions devant l'écran.
- Pour favoriser une prise de parole posée et claire, vous pouvez aussi échauffer votre voix, entraîner votre articulation, et prévoir une bouteille d'eau.
- Les outils de gestion du stress comme la visualisation positive, la conscience corporelle ou la cohérence cardiaque aident à prendre la parole en public sans oublier de respirer.
- Pour trouver le ton juste, vous pouvez vous entraîner à haute voix chez vous, vous enregistrer et vous écouter, ou devant un proche ou des amis. Intervenir en public, c'est un savoir-faire qui se travaille et non un talent inné.

Posture d'écoute

- Mémoriser le principe global de l'animation, vous pouvez avoir quelques notes pour l'avoir bien en tête et le revoir juste avant puis libérez-vous de vos papiers. Ayez le regard disponible pour entrer en relation avec le public.
- Cette rencontre avec le public est d'autant plus forte que les personnes peuvent être en proie à des émotions difficiles, chercher des boucs émissaires. Prenez du recul, ne défendez aucune position particulière : la diversité des témoignages et des points de vue est une richesse, tout est bienvenu tant qu'une personne ne prend pas la salle en otage avec une prise de parole qui n'en finit pas.
- Il est bien normal d'avoir une certaine dose d'empathie. Cependant, si vous avez besoin d'outil pour ne pas vous laisser trop impacter par les émotions des autres, vous pouvez

visualiser que ce qui se passe vous traverse sans vous atteindre, et continue de circuler au-delà de vous. La respiration et l'ancrage corporel aident. La phrase clé pour nourrir votre posture d'accueil est "j'entends ce que vous dites". "Je met mes opinions de côté"

- Rappelez-vous qu'en animant ce temps d'échange, vous faites le cadeau de votre présence au public. En étant simplement là, vous leur permettez d'avoir un espace de parole et d'écoute, c'est ce qui compte le plus. Merci, merci beaucoup pour votre engagement !