ARTBRIDGES • TOILEDESARTS

Conseils et outils de la ToileDesArts n° 4 :

Art, danse et handicaps

Heath Birkholz et Harmanie Taylor; coordination : Emily Hutcheon

Militant et auto-intervenant depuis 2007, Heath Birkholz possède bientôt 10 ans d'expérience en arts intégrés, qu'il utilise pour promouvoir des modes relationnels et communautaires écologiquement soutenables. Heath se consacre à créer des liens entre divers milieux et les personnes de tous les genres ainsi qu'entre les droits humains et l'amour.

Harmanie Taylor fait partie du All Bodies Dance Project, une compagnie de danse intégrée de Vancouver. Active depuis 2006 dans le mouvement de la danse intégrée en tant que danseuse, chorégraphe et enseignante, elle a notamment fait partie des membres fondateurs d'iDance Edmonton (maintenant connu sous le nom de CRIPSiE).

Emily Hutcheon est membre de la troupe du MoMo Mixed Ability Dance Theatre depuis trois ans ; elle y est aussi apprentie enseignante. Son parcours artistique comprend le théâtre, le clown et plusieurs styles de danse, notamment le hip-hop et la danse figurative.

Image : Heath Birkholz

On nous a demandé à nous, Heath Birkholz et Harmanie Taylor, de partager nos connaissances sur la danse intégrée et l'art réalisé par des personnes ayant des handicaps. Nous avons bien réfléchi à ce que chacun de nous pouvait offrir en fait de conseils. Nous espérons que notre expérience pourra être utile à d'autres artistes ou au public en général.

À vous qui lisez ce texte, peu importe votre situation : choisissez votre propre chemin. Nous sommes honorés à l'idée que vous pourriez utiliser quelque chose de cet article pour façonner votre vie. Nous espérons avoir l'occasion de parler avec vous, ou que vous échangerez avec d'autres votre opinion sur ces « conseils et outils ».

Art et handicaps : Poser les bases

Heath Birkholz

Conseil n° 1 : Enseigner, c'est être un élève

Si on reçoit le cadeau extraordinaire d'enseigner aux autres, c'est qu'on a été un élève passionné et persévérant qui en est venu à un niveau appréciable de raffinement et de maîtrise d'un art.

Mon premier conseil à propos de l'enseignement : soyez un élève.

Peu importe le nombre d'élèves dans votre classe, l'expérience et les connaissances de chaque personne peuvent grandement vous aider à améliorer votre art et votre enseignement. Quand vos élèves vous transmettent leur expérience, ce que vous enseignez gagne en intérêt et tout le monde devient probablement plus mobilisé dans la démarche.

Il est bon de se le rappeler :
Nous sommes tous des enseignants ;
Nous sommes tous des élèves.

Ce que vous enseignez ne vous donne peut-être pas ce titre-là. Mais travailler ensemble à apprendre, et expliquer que nous sommes tous notre propre enseignant et l'élève des autres, ça favorise l'égalité pour tous.

Le défi, c'est d'approfondir ces expériences au cœur même de l'art. L'élaboration artistique que vous en faites est votre contribution ; ce sont les personnes qui embarquent et apprennent avec vous qui vont déterminer les fondements de la démarche.

Conseil n° 2 : Assurez-vous que votre art est à la portée des personnes visées

Peu importe le projet artistique que vous souhaitez réaliser avec des personnes handicapées, gardez à l'esprit vos fondations. Il y a toujours des changements, mais si les fondations sont négligées, votre démarche artistique risque de perdre son sens. Que vous soyez un artiste indépendant ou que vous fassiez partie d'un collectif (ou les deux !), assurez-vous que l'élaboration artistique du projet auquel vous travaillez en respecte les fondements.

Mon parcours dans le milieu de l'art et du handicap m'a montré à quel point c'est important. La plupart du temps, c'est les personnes avec qui je faisais de la création qui m'intéressaient. En parlant avec elles, j'apprenais l'histoire derrière leur groupe.

Parce que je me basais là-dessus pour créer, je me sentais chez moi avec le groupe, ce qui nous a permis de créer des ponts avec d'autres personnes grâce au sens qui passait par nos œuvres. Tout comme les racines d'un arbre sont essentielles à sa vitalité, la raison d'être du groupe enracinait notre art et lui permettait de se déployer.

C'est dans le milieu communautaire que je me suis senti le plus validé et à l'aise, parce qu'on y reconnaît la véritable valeur des gens. On peut vivre ce sentiment de communauté dans toutes sortes de contextes... En tous cas, pour moi c'est un « plus » qui m'aide à me centrer et à me sentir entier. Personnellement, j'avais besoin que ce sentiment d'appartenance passe équitablement entre moi et chacune des personnes du groupe. Il faut toujours vérifier où on en est, négocier, faire des compromis, etc. Après avoir montré nos œuvres au public, on ressent souvent un vide et comme de l'épuisement. Mais pour moi, cet épuisement est nécessaire pour repartir à neuf et s'ouvrir à de nouvelles possibilités. Respecter ma propre façon de recommencer le travail communautaire m'a permis de rallumer la flamme de la création et du bien-être collectif.

Conseil n° 3 : Mettez en place un lien de confiance et de consentement

Ce conseil vient de ma première expérience de collaboration avec un autre chorégraphe. Dès le début, nous avons eu à nous entendre par rapport à l'utilisation et à la mise en commun de nos idées artistiques. Pour en arriver à donner notre consentement, nous avons dû négocier et faire des compromis de façon à ce que chacun sente que ses idées étaient respectées et incluses. Établir un lien de confiance et de consentement fait en sorte que les besoins de chacun soient comblés et que leur contribution soit reconnue.

La notion de consentement implique qu'on demande à l'autre sa permission, qu'on respecte un refus et, quand l'autre accepte, qu'on lui fasse confiance. Quand on sent qu'il serait peut-être mieux de demander la permission à quelqu'un avant de faire quelque chose ou si on est incertain, mieux vaut obtenir son consentement. Pour maintenir la confiance, il est aussi important de revisiter ce consentement de temps à autre, en particulier dans le cadre de projets et de relations à long terme. Quand un artiste exprime clairement ce qu'il ne peut pas ou ne veut pas faire, ça permet de respecter ces frontières. Ce sont les moments où ces frontières sont respectées qui m'ont fait comprendre l'importance d'obtenir un consentement clair quand on établit une relation professionnelle, car nos zones sensibles sont alors connues et traitées avec considération.

Conseil n° 4 : Exercez-vous à la générosité et soyez ouvert à (dés)apprendre

La générosité est une attitude clé à maintenir tout au long de la création et de la diffusion de l'œuvre (et aussi par rapport à ses suites et retombées). La réception du public n'atteint peut-être pas le niveau d'effort et d'angoisse que vous avez mis à la création... c'est souvent ainsi. Voici deux choses à considérer :

- Que pouvez-vous apprendre ?
  Demandez-vous ce que les gens auraient fait si c'étaient eux qui avaient réalisé ce projet artistique. Trouvez des personnes avec qui vous pourriez collaborer ou qui pourraient vous inspirer de nouvelles idées pour votre prochaine œuvre.

- Que pouvez-vous désapprendre ?
  Tout ce que vous savez est un grand atout. Pour vous améliorer (et permettre aux autres de le faire aussi, s'ils le désirent), il faut désapprendre, c'est-à-dire voir les choses d'un autre point de vue. Offrez à quiconque interagit avec votre œuvre la bienveillance que vous aimeriez qu'on vous offre.

  Ça peut être très difficile d'aller vers les personnes qui expriment du désagrément par rapport à nous et notre art. On a le choix de faire preuve d'ouverture ou non, selon nos besoins et nos désirs... Parfois, notre public décrie des éléments problématiques et ça mérite qu'on y réponde de façon affirmative et même teintée de colère, bref, qu'on prenne notre propre parti ! J'ai vu souvent des gens utiliser même un seul mot qui va insulter ou écraser l'artiste. Si on veut que notre art soit vu, il faut accepter que ça fait partie de la réalité ; nous pratiquer à expliquer notre démarche va nous aider à créer des ponts et à minimiser l'impact de ces mots blessants. C'est aidant de reconnaître que personne n'est parfait, que tout le monde fait de son mieux. Faire preuve d'ouverture et de bienveillance peut ouvrir des portes. En fait, votre art a eu la chance de faire apparition dans la vie d'une personne et d'y créer un effet. Que votre public soit constitué d'une seule personne ou du monde entier, vous y avez laissé une trace. Si vous n'avez pas eu la réponse que vous souhaitiez, vous pouvez travailler en ce sens lors de vos prochains projets. Peu importe quelle était la réponse de votre public, la possibilité de laisser une trace est un cadeau que nous fait l'œuvre d'art. Un peu de bienveillance aide à ce que soient reconnus le temps que nous avons mis à notre projet ainsi que les joies et les douleurs que nous avons vécues !

Conseil n° 5 : Cultivez votre éthique personnelle

Les notions d'égalité et d'équité soulèvent de grandes questions dans un contexte où on fait de l'art avec des personnes handicapées. On peut souvent sentir que le

dévouement et le travail qu'on y met ne reçoivent pas le respect qu'ils mériteraient. D'un autre côté, considérez-vous que vous faites vous-même preuve de respect envers vos camarades artistiques et les personnes qui s'occupent de la diffusion de votre travail ? Quand on est plongé dans notre processus créatif, on peut perdre de vue les autres personnes qui contribuent à le rendre possible, surtout celles qui sont un peu plus loin de la création elle-même. C'est une erreur que je fais moi-même, et je travaille fort pour m'améliorer là-dessus. Voici quelques éléments de mon éthique personnelle (en construction) :

La responsabilité

À toutes les étapes de la création artistique, peu importe quel rôle on y joue, la valeur de la responsabilité est essentielle. C'est assumant des responsabilités qu'on améliore son art. Avec les personnes handicapées, en particulier, la répartition des responsabilités doit être faite avec respect et le plus également possible, cette égalité devant prendre en considération la notion d'équité.

L'égalité et l'équité

Peu importe votre rôle et vos responsabilités, l'égalité et l'équité sont fondamentales. De la création à la diffusion (et même après), il est important de traiter toutes les autres personnes de la façon dont vous aimeriez qu'on vous traite. Selon la plupart des gens que j'ai rencontrés, dans la vie comme dans les milieux de l'art intégré et de la justice sociale, l'égalité de traitement est difficile à obtenir. Le mieux qu'on puisse faire, c'est de la pratiquer nous-mêmes en offrant aux autres ce qu'on aimerait recevoir. L'équité, c'est passer un cran plus haut en s'assurant que toutes les personnes présentes ont accès à ce qu'on offre. Quand on fait de l'art avec des personnes handicapées, on doit tenir compte des limitations de chacun ; ensemble, on peut trouver des façons d'en diminuer l'impact pour que la création et l'inclusion se fassent dans l'équité.

Conseil n° 6 : L'amour est de mise quand vous vous plantez

Oui, vous allez vous planter. Et vos pires moments vont contribuer à vos succès futurs. Choisir d'aimer vos gâchis, c'est vous donner de l'amour. C'est en nous relevant de nos plantages et en en faisant bon usage qu'on acquiert une certaine profondeur de caractère et qu'on peut faire preuve d'amour envers soi et les autres.

Peu importe à quelle fréquence vous vous plantez, tout échec est un succès, en ce sens que les échecs comme les succès contribuent à l'apprentissage et à l'expérience.

Ce que j'entends par « échec » :

- Échouer, c'est ne pas réussir à atteindre le but qu'on s'était fixé. Quand ça se produit, on a également réussi à faire quelque chose qui ne correspond pas au but qu'on s'était fixé.

- Succès ou échec, le plus important, c'est d'utiliser une méthode efficace pour garder une trace de ce qui s'est passé. Vos expériences contribueront ainsi à l'évolution de votre démarche artistique.

- On est libre de considérer le succès à notre guise. Comme je le disais tantôt, peu importe combien de fois on se plante, chaque échec est un succès.

- Pour connaître le succès, j'ai eu besoin des échecs qui m'ont construit et rendu capable de réussir (autant que tous mes succès). C'est ça qui m'a fait comprendre que les deux contribuaient autant à mon apprentissage artistique. Autant que mes succès, chacun de mes échecs rend compte de ce que j'ai fait dans le domaine de l'art et du handicap. Cela étant dit, voyez tout ça comme bon vous semble, en autant que vous acceptiez que les échecs et les succès feront partie de la route.

Danser avec son handicap : quelques idées d'Harmanie Taylor

J'évolue dans le milieu de la danse depuis 10 extraordinaires années ; j'ai eu à comprendre à fond mon corps handicapé et à apprendre des techniques créatives de résolution de problèmes, dans le studio comme dans la vie de tous les jours.

Conseil n° 7 : Célébrez votre différence

Chaque corps est entièrement unique. Tout ce qu'un corps peut accomplir, tout ce dont il est capable est fascinant ; c'est une contribution à l'espace créé par la danse. Il est injuste de dire qu'une danseuse handicapée n'offre pas la même chose qu'une danseuse sans handicap qui a dansé toute sa vie. Étant donné que dans ma région, l'offre de cours de danse intégrée se limitait à des cours pour débutants, c'est surtout ça que j'ai fait. Mais je sais que dans mon fauteuil roulant, avec mes longs bras, je peux atteindre un niveau de grâce et de beauté unique en son genre, qui a de la valeur en danse. Chacune des personnes avec qui j'ai dansé, même quand elles avaient le même handicap que moi, a apporté à la performance quelque chose d'inattendu et de rafraîchissant. C'est ce caractère unique qui rend si passionnante la danse interprétée par des artistes handicapés.

Conseil n° 8. PRENDRE SOIN DE SOI EN PRIORITÉ

J'ai de la difficulté à placer les bons soins avant la danse. Je me pousse à participer à tous les cours de danse et à chaque répétition, et je m'en vais seulement quand je suis malade ou que j'ai mal quelque part. Je suis toujours en train de vouloir prouver (surtout à moi-même) que j'ai tout ce qu'il faut pour être une danseuse professionnelle. Mais je n'ai pas le même corps que les autres danseuses, le mien présente des défis supplémentaires. Si je m'exige les mêmes choses que les autres, je nuis à ma santé globale et à mon bien-être. J'ai appris à prendre le temps de prendre soin de moi et de ma santé, et je dois me le rappeler constamment, car ce faisant, j'ai plus d'énergie et de créativité pour travailler. Dans le studio, il faut demander des pauses, de l'aide et de l'espace quand on en a besoin. Si vous avez besoin de rester à la maison, communiquez avec votre prof ou votre chorégraphe et prenez le temps qu'il vous faut. L'équilibre est difficile à trouver, mais en danse, c'est un grand atout !

Conseil n° 9. ALLEZ-Y AVEC CE QUI FONCTIONNE POUR VOUS

Comme je le mentionnais précédemment, la résolution de problème est selon moi une partie importante de la danse intégrée. En dansant avec les autres corps uniques qui se déplacent dans l'espace, l'improvisation nous apprend à trouver des mouvements qui fonctionnent pour créer une œuvre visuelle. Ces habiletés sont aussi très utiles dans les autres domaines de la vie. Mon apprentissage comme enseignante et chorégraphe se fait très lentement. Tous les éléments de la danse ne tiennent pas toujours dans mon cerveau... Avant chaque cours, je dois prendre le temps de me centrer et de me préparer mentalement à avoir conscience de tout ce qui se passe dans la pièce pour m'assurer que chaque personne comprend les activités et continue son apprentissage. Je préfère travailler avec un autre enseignant en soutien de façon à ce que nos forces respectives rattrapent la situation au besoin.

Devenir danseuse et enseignante prend du temps et de la patience. Le meilleur conseil que je puisse vous donner, c'est de faire preuve de douceur envers vous-même. Lisez quelques ouvrages, apprenez de plusieurs enseignants, mais surtout, soyez patients avec vous-même. Respirez et amusez-vous !

Conseils et outils nº 4 : « Art, danse et handicaps » a été rédigé par Heath Birkholz et Harmanie Taylor, et coordonné par Emily Hutcheon.

Découvrez le travail d'Heath, Harmanie et Emily : MoMo Mixed Ability Dance, CRIPSiE et All Bodies Dance Project.

La série Conseils et outils 2016 d'ArtBridges/ToileDesArts a été réalisée grâce au soutien financier de la Fondation Trillium de l'Ontario et traduite en français grâce au programme d'appui à l'interprétation et à la traduction du ministère du Patrimoine canadien.

Pour plus de ressources et outils **GRATUITS** comme celui-ci, consultez www.artbridges.ca

ARTBRIDGES • TOILEDESARTS