

THEÂTRE

À contre-toi

Une pièce de Mickaël Bédart



*«J'ai attendu si longtemps que tu
m'entendes que j'ai fini par crier à
l'intérieur »*

Note d'intention de l'auteur

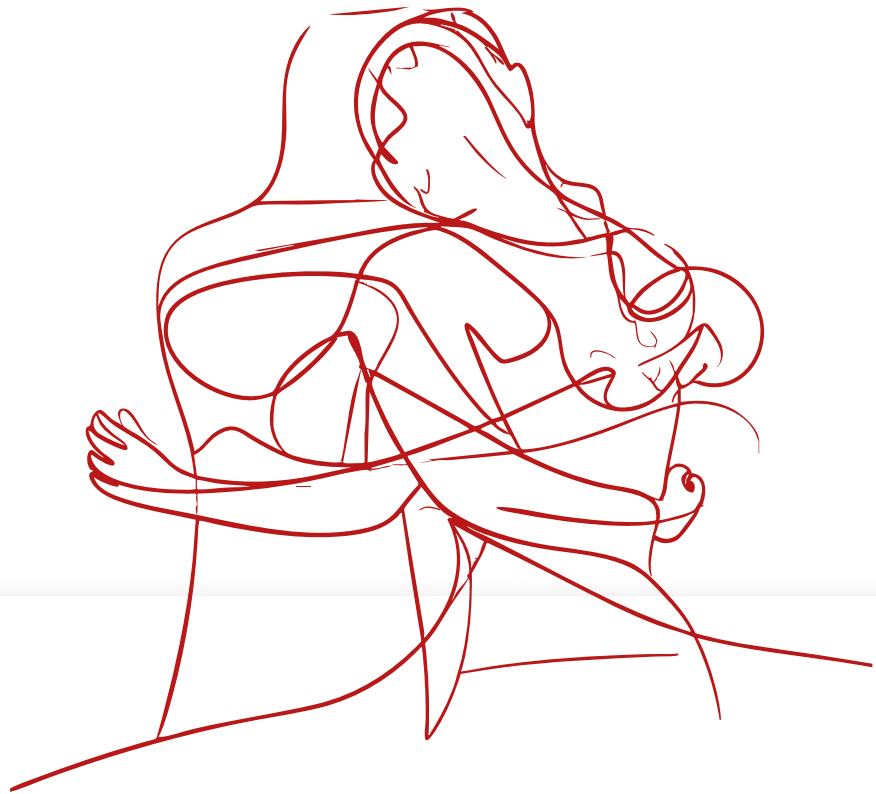
Cette pièce est née d'un vertige intime : qu'est-ce qu'on fait, en tant que père, quand on sent qu'on perd son enfant ? Quand chaque tentative de contact devient un échec, quand les mots glissent, que les regards fuient, et qu'on ne sait plus comment entrer dans la vie de celui ou celle qu'on a pourtant portée. Quand l'amour ne suffit plus.

À partir de cette question, j'ai voulu explorer un geste extrême, irréparable peut-être, mais humain : celui d'un père qui enlève sa fille pour tenter de la sauver. Pas pour la punir. Pas pour la forcer. Pour la retenir au bord du vide. C'est un geste désespéré, maladroit, fou. C'est un geste d'amour.

Face à lui, Lina. Vingt ans, pleine d'une colère légitime. Elle refuse. Elle cogne. Elle se défend comme une bête traquée. Elle n'a pas besoin d'un sauveur. Et pourtant, peut-être, d'un témoin.

Cette pièce, n'est pas un drame psychologique. C'est une bataille. entre un père et une fille. Entre le silence et la parole. Entre l'oubli et la mémoire. Entre la mort symbolique et le sursaut de vivre.

Elle interroge les liens, la responsabilité, la limite entre aider et forcer. Elle laisse aussi une place immense à l'incompréhension, à la fatigue, à la tendresse inavouée. C'est une pièce à deux voix. Deux corps cabossés qui, pendant une heure, n'auront rien d'autre que la présence de l'autre pour ne pas s'éteindre.



Résumé

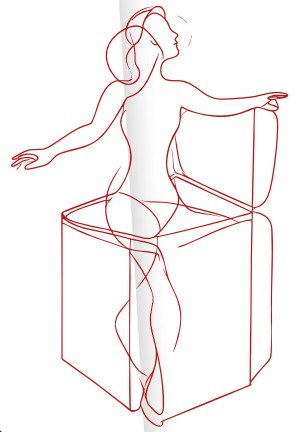
Un homme enferme une jeune femme dans une cabane. Elle hurle, il se tait. Quelque chose entre eux brûle encore. Quelque chose d'ancien, de brisé, qu'aucun mot ne vient nommer. On ne sait pas tout de suite qui ils sont l'un pour l'autre. On ne sait pas ce qui les lie, ce qui les a séparés. Mais peu à peu, dans l'affrontement, les silences, la douleur du manque, un lien se dégage. Fragile, irréparable, peut-être. Mais vivant.

À Contre-Toi est un huis clos sur l'amour en ruines, sur les gestes extrêmes qu'on pose quand il ne reste plus rien d'autre à faire. C'est une pièce sans héros, sans rédemption facile, où la violence est un cri d'amour, et le silence une forme de prière.

Extrait 1

Lina : Tu me prenais la main... Et après ? Y'avait quoi après ? C'est flou... j'étais petite ? Y'avait une boîte... une boîte à musique... Tu l'ouvrais le soir... pour pas que j'aie peur...

Elle sourit légèrement, un coin de lèvres à peine. Puis le regard se trouble à nouveau.



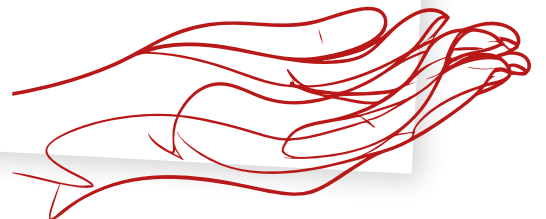
L'homme : Oui... La boîte à musique. Avec la danseuse, les paillettes, tout ce qu'une petite fille est censée aimer. Je croyais que ça te ferait rêver, mais tu pleurais. Et moi, je comprenais pas. Je pensais que c'était l'émotion. J'ai mis du temps à voir que c'était de la tristesse. Et encore plus à comprendre que t'étais pas celle que j'imaginais. T'étais déjà ailleurs, et moi, j'étais déjà à côté.

Extrait 2

Lina : Parce que tu m'as pas vue. Parce que t'étais là, tous les jours... et t'as rien vu. Tu riais, tu parlais, tu me félicitais, et moi je me noyais.

Elle s'avance lentement, comme si chaque mot la rapprochait un peu plus de la vérité qu'elle n'a jamais dite.

Lina: T'étais la personne à qui je faisais le plus confiance. Celle que j'aimais le plus. Et pourtant, t'as rien remarqué. T'as pas vu les efforts. Les tensions. Les crises la nuit, seule dans ma chambre. Les vêtements que je supportais pas. Les repas qui me donnaient envie de vomir. Les sourires forcés à l'école, les jeux qui m'ennuyaient à crever. J'essayais de ressembler à ce qu'on attendait. À ce que tu attendais.



Les thématiques

La parentalité mise à nu : La pièce explore la fragilité de la relation parent-enfant, lorsque les gestes d'amour se transforment en malentendus, quand le parent projette au lieu d'accueillir, et que l'enfant ne se sent plus vu pour ce qu'il est.

La projection et l'invisibilité : Le personnage de Lina exprime ce qu'un enfant peut vivre quand il sent qu'il n'existe que comme reflet d'une attente parentale, jamais comme individu à part entière.

La différence et la marginalité : À travers Lina, la pièce interroge ce qui fait qu'un enfant « décroche » : addictions, errances, sentiment de n'appartenir à aucune place.

L'amour maladroit : Le père agit mal, mais il aime. Le cœur du spectacle est là : que vaut l'amour quand il ne sait pas se dire, se montrer, ou qu'il arrive trop tard ?

Intentions de mise en scène

La mise en scène s'appuie sur une grande sobriété. L'espace est nu : une table, une chaise, une lumière crue... Rien de décoratif, rien qui détourne de l'essentiel. Tout repose sur les corps, la tension dramatique, la brutalité des silences. Le spectateur est enfermé avec eux, pris dans cette arène où chaque mot devient une tentative de survie.

La lumière accompagne cette traversée : d'abord tranchante, presque violente, au moment de l'enlèvement, puis peu à peu plus mouvante, laissant apparaître des zones de fragilité, de respiration, comme les prémices d'un dialogue possible.

À ce dispositif visuel s'ajoute la musique, conçue comme un miroir sensible de la relation. Au piano, une mélodie limpide, presque naïve, ouvre la pièce. Mais progressivement, l'air se déforme, se tord, jusqu'à la dissonance et à la fausse note qui brise l'harmonie. Cette fracture sonore marque l'entrée dans le drame, le passage vers un lien déchiré. Tout au long de la pièce, des interstices musicaux reviennent, comme des tentatives hésitantes de réparer la mélodie, de recoller les morceaux. La musique devient alors un contrepoint fragile au conflit : elle suggère ce qui pourrait se reconstruire, sans jamais effacer la brisure.

C'est un théâtre d'épure, où la force vient moins des artifices que de l'intensité du jeu, de la présence des corps et de la vérité du texte.

Public visé

La pièce s'adresse à un large public adulte et adolescent (à partir de 12 ans). Elle trouve une résonance particulière dans :

- **les lieux culturels** (théâtres, médiathèques, festivals engagés),
- **les espaces de parentalité** (maisons des familles, centres sociaux, associations),
- **les structures éducatives** (lycées, missions locales, établissements accueillant des jeunes en fragilité).

Objectifs du projet

- **Donner à voir** une relation parent/enfant dans toute sa complexité, loin des clichés.
- **Inviter à la réflexion** sur l'écoute, l'accueil de la différence, la place des non-dits.
- **Proposer un espace d'échange** grâce aux bords de scène et ateliers.
- **Toucher des publics variés**, y compris éloignés des pratiques culturelles, grâce à une forme légère et adaptable.

Perspectives

Ce spectacle s'adresse à un large public adulte et adolescent. Il résonne particulièrement dans les lieux où la question de la parentalité est centrale : maisons des familles, centres sociaux, associations, établissements scolaires. Mais il a aussi toute sa place dans les théâtres, médiathèques ou festivals engagés, partout où l'on veut ouvrir la réflexion sur la relation parent/enfant.

Équipe artistique

Distribution :

Mickaël Bédart

Comédien et auteur, il a signé plusieurs pièces portées à la scène par diverses compagnies. Enseignant de théâtre, il a partagé sa passion et son savoir-faire avec des générations d'élèves. Photographe et vidéaste de formation, il a exercé au sein de la Marine Nationale. Créateur polymorphe, il a également conçu plusieurs jeux de société, pensés pour et avec des personnes en situation de handicap psychique..



Camille Druï

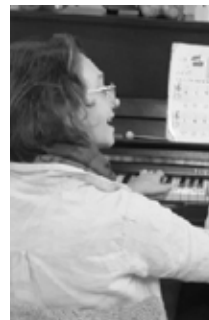
Depuis l'enfance, Camille Druï pratique l'improvisation théâtrale au sein de la compagnie ICR91. Durant ces années, elle a pu participer à de nombreux spectacles d'improvisation, dont celui du festival d'Aurillac. Elle se forme à l'art théâtral durant trois années, dans les écoles l'Artistic Théâtre, l'académie Aparté et la formation Paris Meinser Studio. Camille a ainsi pu agrandir sa palette de divers outils et technique de jeu. En 2025-2026, elle joue dans une pièce « Je veux voir Mioussov » de Valentin Kataïev dans le rôle de Klava.



(équipe modulable selon le projet)

Solange Rouxel

La pianiste qui accompagne le spectacle. Elle a également composé et créé les morceaux musicaux, sublimant la pièce par une musique originale et émotionnelle, étroitement liée au propos scénique.



Clément Pfeiffer

Technicien spécialisé avec une solide expérience en régie. Il maîtrise parfaitement la gestion technique des spectacles et apporte son savoir-faire essentiel à la



**Pour les enseignants et
professionnels de la
parentalité**



Ce spectacle touche à des thématiques sensibles : la parentalité, l'addiction, le mal-être adolescent, les silences familiaux. Ces sujets peuvent faire écho à des vécus très personnels. L'accompagnement est donc essentiel pour que la représentation devienne un espace d'expression et non un simple choc émotionnel.

Chaque représentation pourra être suivie d'un bord de scène. Ce temps d'échange permet d'ouvrir la parole, de donner aux spectateurs un espace pour déposer leurs propres échos, leurs histoires, leurs questions. Selon les lieux, ces échanges pourront être accompagnés de professionnels de la parentalité, de psychologues, d'associations de soutien aux familles. Le spectacle devient alors un outil artistique et social : une façon d'aborder des sujets sensibles à travers l'émotion et le théâtre, pour ensuite libérer la parole.

Repères thématiques

La parentalité

La recherche en psychologie de l'attachement (John Bowlby, Mary Ainsworth) a montré que ce qui sécurise l'enfant n'est pas l'absence de conflit, mais la constance et la qualité de la réponse émotionnelle du parent.

Études récentes : l'Observatoire national de la parentalité (France, 2022) souligne que « l'écoute active et la reconnaissance des émotions de l'enfant sont des déterminants essentiels de sa confiance et de son autonomie ».

Addictions et jeunes

Selon l'INSERM (rapport 2019) et l'OFDT (Observatoire français des drogues et des tendances addictives, enquête ESCAPAD 2021), près de 9 % des adolescents présentent des usages problématiques d'alcool, cannabis ou écrans.

La recherche insiste sur le rôle du sentiment d'isolement ou de rejet familial comme facteur de vulnérabilité (OMS, rapport 2020 sur la santé mentale des adolescents).

Le silence

La pédopsychiatre Françoise Dolto évoquait déjà l'idée que « ce qui n'est pas dit s'inscrit dans le corps ».

Des recherches récentes en psychologie du développement (Daniel Siegel, *The Developing Mind*, 2012) soulignent combien l'absence de verbalisation et de reconnaissance des émotions peut provoquer un stress chronique chez l'enfant.

La projection parentale

Donald Winnicott, pédiatre et psychanalyste, a conceptualisé la distinction entre le « vrai self » et le « faux self » de l'enfant : lorsque l'enfant doit correspondre à une image idéalisée, il risque de construire une identité factice, au détriment de son authenticité.

Des travaux contemporains sur la parentalité (Jeanne Siaud-Facchin, 2016) mettent en garde contre « l'enfant projet », contraint d'incarner les attentes parentales.

La différence et l'inadaptation

L'étude PISA (OCDE, 2018) souligne que les jeunes qui se sentent « exclus ou incompris » à l'école sont aussi ceux qui présentent le plus haut risque de décrochage.

En France, les rapports de l'UNICEF et de la Défenseure des droits (2020-2022) rappellent que le sentiment de « ne pas avoir de place » est un facteur de souffrance majeur chez les adolescents.

La honte

La honte comme émotion sociale a été largement étudiée par Brené Brown (The Power of Vulnerability, 2012), qui montre comment elle enferme dans le silence et empêche la demande d'aide.

En psychanalyse, Helen Block Lewis (1971) a décrit la honte comme l'émotion la plus destructrice des liens, car elle attaque l'estime de soi au cœur.

La reconstruction

Boris Cyrulnik (travaux sur la résilience, 2001-2020) insiste sur la possibilité de reconstruire des liens même après des traumatismes, grâce à des « tuteurs de résilience » : personnes, lieux ou activités qui aident à redonner du sens et de la continuité à l'histoire de vie.

Idées pour lancer la discussion (questions ouvertes)

Avant la pièce – pour préparer l'écoute

- Qu'est-ce qui est le plus difficile dans une famille : parler, ou écouter ?
- Avez-vous déjà eu l'impression de ne pas trouver les bons mots pour dire quelque chose d'important ?
- Pourquoi parfois on se tait face à ceux qu'on aime le plus ?
- Qu'est-ce que ça change d'être « vu » ou « reconnu » par ses proches ?
- Est-ce que les parents connaissent vraiment leurs enfants, ou seulement l'image qu'ils s'en font ?
- Grandir, est-ce forcément s'opposer ?
- Peut-on protéger quelqu'un sans le priver de liberté ?
- Où est la frontière entre un silence qui apaise et un silence qui blesse ?

Après la pièce – graduer du plus sécurisant au plus personnel

Niveau 1 – Observer (questions sur le texte et la scène, pas sur soi)

- Quelle première image de la pièce restera avec vous ?
- Qu'avez-vous remarqué dans le langage des corps (les gestes, les silences) ?
- À quel moment le père vous a semblé le plus vulnérable ? Et Lina ?
- Que traduit la musique au piano, à votre avis ?

Niveau 2 – Interpréter (parler des personnages et de leur relation)

- Qu'est-ce qui empêche ce père et cette fille de se comprendre ?
- Est-ce que le geste du père est un acte d'amour ou un acte de contrôle ? Les deux ?
- Quand Lina crie, à qui parle-t-elle vraiment ? Au père ? À elle-même ? À un monde plus large ?
- Est-ce qu'un témoin extérieur aurait pu changer le cours de leur rencontre ?

Niveau 3 – Résonner (relier à des expériences humaines plus larges)

- Pourquoi parfois on crie plus fort avec ceux qu'on aime qu'avec les autres ?
- Qu'est-ce qui fait qu'on se sent « entendu » par quelqu'un ?
- Peut-on reconstruire un lien après qu'il a été brisé ?
- Quelle est, selon vous, la différence entre un silence qui enferme et un silence qui protège ?
- Si vous deviez écrire une phrase que Lina aurait aimé entendre de son père, quelle serait-elle ?
- Si vous deviez écrire une phrase que le père aurait aimé entendre de Lina, laquelle ?

Propositions d'activités

Accompagnement possible

Atelier d'écriture

La lettre jamais envoyée

Chaque participant écrit une lettre à un parent, un enfant, ou à lui-même. Une lettre qu'il n'a jamais osé écrire. La lecture reste facultative : l'exercice vise à libérer la parole intime par l'écriture.

Identité

Visible/invisible

Sur une feuille, les participants notent d'un côté : « Ce que les autres attendent de moi », et de l'autre : « Ce que je suis vraiment ». Discussion ensuite sur la différence entre image projetée et réalité intime.

Atelier théâtre

Parler / ne pas écouter

En binôme : un jeune doit dire quelque chose d'important, l'autre ne doit pas l'écouter (il détourne le regard, change de sujet, se moque). Ensuite, inversion des rôles. Débrief collectif : que ressent-on quand on n'est pas entendu ?

Partenaire

Ces activités peuvent être directement animées par les enseignants, éducateurs ou médiateurs présents.

En cas de besoin, elles peuvent également être proposées en partenariat avec les éducatrices de Accordons-nous (<https://accordonsnous.fr/>), dont l'expertise en accompagnement de la parentalité et en animation de groupes permet d'apporter un cadre professionnel et sécurisant aux échanges.



Ressources complémentaires

Le spectacle À contre-toi ouvre des questionnements intimes et universels : la parentalité, le silence, la liberté, l'addiction, la honte, la reconstruction. Ces ressources proposent de prolonger la réflexion, de trouver des relais concrets ou d'explorer ces thématiques à travers d'autres œuvres.

Associations et dispositifs d'aide

- UNAF (Union nationale des associations familiales) : accompagnement et conseils aux familles.
- Maisons des Adolescents (MDA) : présentes sur de nombreux territoires, elles offrent un accueil gratuit et confidentiel aux jeunes et à leurs proches.
- Fil Santé Jeunes (0 800 235 236) : ligne gratuite, anonyme, 7j/7, pour parler de santé, mal-être, sexualité, dépendances.
- APPEA (Association pour la promotion de la parentalité et de l'éducation adaptée) : soutien à la parentalité et formation des professionnels.
- École des Parents et des Éducateurs (EPE) : réseau national proposant des espaces de parole parents/enfants.
- Psycom : organisme public d'information en santé mentale, proposant des outils pédagogiques accessibles.
-

Lectures

- Édouard Louis, En finir avec Eddy Bellegueule – sur la honte sociale et la difficulté d'être soi.
- Éric-Emmanuel Schmitt, La Part de l'autre – une réflexion sur les choix et destins possibles.
- Gaël Faye, Petit pays – récit de l'enfance, de l'exil et des fractures familiales.
- Violaine Bérot, Un silence de mère – le poids des non-dits.
- Andrée Chedid, L'enfant multiple – identité et transmission.
- Susan Forward, Parents toxiques – comprendre les blessures héritées et s'en libérer.

Films

- Xavier Dolan, Mommy – un portrait puissant d’une relation mère-fils.
- Felix Van Groeningen, Beautiful Boy – un père face à l’addiction de son fils.
- Andréa Bescond & Éric Métayer, Les Chatouilles – le poids du silence et la libération par l’art.
- Jean-Pierre et Luc Dardenne, Le Fils – filiation, pardon et lien fragile.
- Deniz Gamze Ergüven, Mustang – adolescence, liberté et contrainte.
- Matt Ross, Captain Fantastic – parentalité alternative et ses contradictions.
- Thomas Vinterberg, Festen – la famille confrontée à ses secrets enfouis.

Podcasts et ressources audio

- Les Pieds sur Terre (France Culture) – récits intimes sur les familles, les ruptures, les reconstructions.
- Être et savoir (France Culture) – réflexion sur l’éducation et la transmission.
- La Parentalité créative (Catherine Dumonteil-Kremer) – pistes concrètes pour améliorer la communication parent-enfant.

Le spectacle À contre-toi n'est pas seulement une proposition artistique : c'est un point de départ pour penser les liens familiaux autrement. Il ouvre une brèche dans les silences, offre une matière brute pour parler de ce qui fait mal, de ce qui sépare, mais aussi de ce qui relie.

Ce dossier pédagogique accompagne cette démarche : il donne des outils pour préparer et prolonger la rencontre avec la pièce, afin que chaque spectateur – adolescent, parent, éducateur – puisse en sortir avec des mots à partager.

Bédart mickaël



mickaëlbedart@gmail.com



06 79 46 75 22