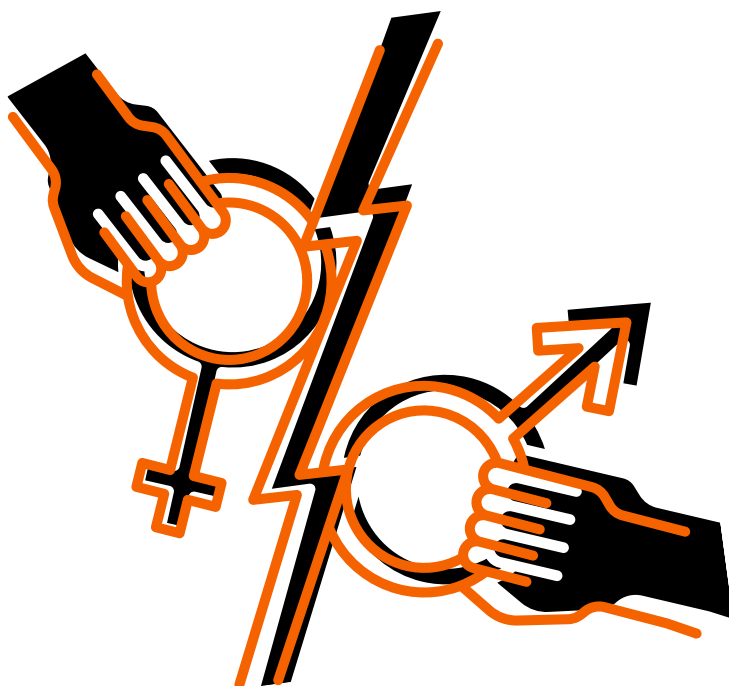


# DOSSIER PÉDAGOGIQUE



## **LIZA ET MOI, histoires de mères et de filles**

Action artistique destinée aux établissements scolaires

**Prendre conscience des stéréotypes sexistes.  
Lutter contre les préjugés filles/garçons.**

*les tournesols*

# INTRODUCTION

La compagnie Les Tournesols a créé en 2019 un spectacle intitulé « **LIZA ET MOI, histoires de mères et de filles** » écrit par Sandrine Delsaux et mis en scène par Sophie Thebault. Depuis 10 ans, la compagnie propose des créations sur les thématiques liées à la condition des femmes dans la société contemporaine.

Cette création exclusivement féminine est centrée sur les rapports entre les mères et les filles en évoquant la transmission, l'éducation, l'héritage, les injonctions faites aux femmes, la maternité, les inégalités femmes/hommes...

Le spectacle joué par 6 comédiennes a été représenté 34 fois à Paris, en banlieue parisienne et en tournée en région.

Forte de ce succès, en 2022, la compagnie a décidé de créer une forme plus légère de « LIZA ET MOI » adaptée à l'itinérance, sans technique, avec une équipe réduite et dans un format resserré. Jouer partout où cela est possible, aller à la rencontre du public et en priorité de celles et ceux qui ne vont pas au théâtre.

## NOTE D'INTENTION DE MISE EN SCÈNE

*« Ce spectacle est né d'un désir : raconter mon histoire avec ma mère, avec ma fille. J'ai voulu réparer ce qui a été manqué avec ma mère et comprendre ce qui se construit avec ma fille. Le spectacle est conçu au présent comme un trait d'union entre le passé et l'avenir. Qu'est-ce qui sur le fil de ces relations mères/filles se tend, se joue, se transmet ?*

*Le processus de création est parti de l'intime pour tendre vers l'universel. Sandrine Delsaux, autrice et comédienne, a écrit selon un schéma fragmenté un texte prenant comme fil conducteur mon histoire. Ce texte a été enrichi au plateau des improvisations des comédiennes aboutissant à douze tableaux où, comme dans une partition, il faut trouver le rythme juste, guetter les silences et les accélérations. Les liaisons et les scènes chorales du spectacle permettent ce passage de la parole de l'une à l'autre, dans un rythme soutenu, une énergie communicative et jubilatoire.*

*Le spectacle repose sur les comédiennes et le lien fort qui les unit. Nous travaillons ensemble depuis longtemps et la complicité sur le plateau est palpable. Le résultat est sur-mesure pour ne travailler que sur l'essentiel : la sincérité et la puissance du jeu. Je veux mettre en valeur l'énergie du collectif au féminin. Les comédiennes ne sont pas des personnages mais des passeuses d'histoires, tantôt mères, tantôt filles. Il n'est plus alors question d'âge, ni de vraisemblance. »*

Sophie Thebault

# LA PETITE FORME LIZA ET MOI : LES OBJECTIFS

La compagnie à travers ce projet « d'action artistique » veut **toucher un autre public que celui qui vient au théâtre habituellement** et en particulier les adolescent.e.s. Nous voulons aller à leur rencontre en intervenant directement dans les collèges et les lycées.

Notre objectif à travers cette action est de **sensibiliser les adolescent.e.s aux questions de sexisme et de préjugés filles/garçons.**

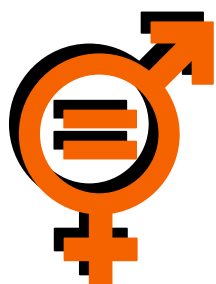
Il s'agit de leur faire prendre conscience de manière concrète par la représentation théâtrale, comment les stéréotypes et les préjugés peuvent avoir des conséquences sur leur quotidien, leurs relations, leur avenir.

**Pour prévenir le sexisme, il faut d'abord l'identifier et en comprendre les mécanismes.**

## Définition du sexisme :

Le sexisme est une attitude ou une action qui diminue, exclut, sous-représente et stéréotype des personnes sur la base de leur sexe (Andrée Michel - 1986).

Ce terme, calqué sur la notion de racisme, est apparu dans les années 1960, afin de dénoncer les comportements, croyances et attitudes liées aux rôles stéréotypés attribués aux femmes et aux hommes.



## Quelques chiffres sur les manifestations du sexisme :

Selon le rapport de 2018 "Premier état des lieux du sexisme en France", 4 femmes sur 10 indiquent avoir dernièrement été victime d'une injustice ou d'une humiliation, du fait d'être une femme. Cela concerne 5 jeunes femmes sur 10.

Plus globalement, on constate que le sexisme pénalise les femmes dans toutes les sphères de la société : 1 femme sur 7 a vécu une agression sexuelle au cours de sa vie ; les femmes gagnent en équivalent temps plein 18 % de moins que les hommes ; les femmes salariées consacrent 1h20 de plus que les hommes aux tâches domestiques quotidiennes. Les stéréotypes sexistes sont encore très présents peu importe l'âge ou la classe sociale.

A travers les différentes scènes du spectacle, les élèves pourront reconnaître certaines manifestations de sexisme et seront amenés à y réfléchir et à en discuter.

**Le théâtre est un outil puissant pour libérer les émotions et déclencher la parole.** Tout en étant ludique et divertissant, il éveille l'esprit et provoque la réflexion. C'est d'autant plus vrai quand la représentation est suivie d'un échange à chaud avec le public.

L'action de la compagnie est proposée à partir des classes de 4ème jusqu'aux classes de terminales. En effet, après discussion avec des responsables dans les établissements scolaires, la concentration de ces élèves et leur maturité semblent plus propice au débat et à l'écoute du spectacle.

Il est possible de les regrouper par 2 classes à la fois ce qui permet de toucher 60 à 70 élèves à chaque action. Il est possible de prévoir des actions pour toutes les classes d'un même niveau.

# DÉROULÉ DÉTAILLÉ DE L'ACTION ARTISTIQUE

## • TEMPS 1 : le spectacle LIZA ET MOI durée 30 minutes

LIZA ET MOI, histoires de mères et de filles est un spectacle qui part d'une histoire intime pour s'ouvrir sur l'universel. Raconter l'histoire d'une mère et d'une fille pour parler de toutes les mères, de toutes les filles, de toutes les femmes.

On y évoque la transmission, l'éducation, les injonctions faites aux femmes, la maternité, la relation difficile parfois au moment de l'adolescence.

Le spectacle est représenté dans une forme resserrée avec trois comédiennes à partir d'extraits des scènes les plus parlantes pour le public adolescent.

- **Le prologue de la jeune femme enceinte**

Une jeune femme se pose des questions à l'annonce du sexe de son bébé à l'échographie : pourquoi cela lui semble-t-il plus difficile et plus angoissant d'avoir une fille ? (cf extraits dans le dossier)

- **Les échanges autour d'un livre « pépète » parlant de l'éducation des filles**

Une comédienne se saisit de livres parlant de l'éducation des filles. Ce sera l'occasion d'échanger différents points de vue et de rire en se moquant des stéréotypes décrits dans ces livres.

- **Une émission de télévision où il est question d'éducation et de révolution féministe**

La journaliste d'une émission littéraire a invité une psychanalyste pour discuter de son dernier livre « La matrice sauvage » qui parle de sauvagerie maternelle. Là aussi on pourra rire des clichés sur l'inconscient et le féminisme.

- **Une actrice et sa fille dans un casting où la réalisatrice a beaucoup d'idées préconçues**

Une fille entraîne sa mère dans un casting où elles vont jouer leur propre rôle. Cette situation est propice à quelques mises au point et règlements de compte à propos de la maternité et des injonctions faites aux femmes et plus particulièrement aux mères.

- **Enfin une très jeune fille est confrontée à ses premières règles sous le regard de sa mère**

Une adolescente a ses premières règles et appelle sa mère au secours... La jeune fille est très perturbée par cet événement et ces conséquences. Sa mère tente de la rassurer et de déconstruire avec elle les clichés et préjugés sur cette question encore taboue des règles. (cf extraits dans le dossier)

Le spectacle, très rythmé, est illustré par des témoignages sonores ainsi que extraits musicaux diffusés entre les scènes et pendant les changements d'espaces et de costumes.

# EXTRAITS

## Le prologue

### UNE FEMME ENCEINTE

*Est-ce que c'est dangereux d'être une fille ?*

*Est-ce que c'est dangereux de mettre ma fille au monde maintenant ?*

*De nos jours, je veux dire...*

*Est-ce que je saurai la protéger ?*

*Est-ce qu'elle saura se défendre ?*

*Est-ce qu'elle sera suffisamment forte ? (...)*

*Est-ce que je dois l'éduquer comme un garçon ou comme une fille ?*

*Est-ce que je dois marquer la différence entre son frère et elle ?*

*Ou dois-je faire la même chose pour l'un et pour l'autre ?*

*Et pourquoi ai-je moins peur pour lui que pour elle ?*

*Pourquoi cela me paraît plus simple pour lui ?*

*Est-ce que c'est normal d'avoir plus confiance en l'avenir de son fils que dans celui de sa fille ? (...)*

## Red Alice - les règles

### LA MERE - LA TRES JEUNE FILLE

*(...)*

LA MERE

*Ne t'inquiète pas...*

LA TRES JEUNE FILLE

*Si on se moque de moi ?*

LA MERE

*Personne n'a le droit de se moquer de toi pour ça.*

LA TRES JEUNE FILLE

*Mais je vais être sale tout le temps...*

LA MERE

*Ah non ! Je t'interdis de dire que c'est sale ! Je t'interdis de dire que « ça », c'est sale, je t'interdis d'avoir honte de « ça » et d'utiliser des expressions qui veulent dire que tu devrais avoir honte, comme si c'était innommable... Non, non, non, c'est naturel, c'est vivant... N'aie pas peur de dire que tu as tes règles et que ton sang coule... N'aie jamais honte de ça, ma fille. Au contraire, sois fière, ce sang qui coule, c'est la vie qui s'exprime ! (...)*



Catherine Piffaretti et Cécile Martin

## • TEMPS 2 : échange de 30 minutes

Lors des bords de plateau, nous avons constaté au moment des représentations qui ont eu lieu dans les théâtres, que le spectacle suscitait de nombreuses réactions et questionnements. Dans la mesure où les scènes extraites du spectacle s'adressent plus directement aux adolescent.e.s, il y a de fortes chances que les réactions soient riches et intéressantes.

**Cet échange aura été préparé en amont lors d'une rencontre entre les professeurs et la metteuse en scène.**

Nous partirons des extraits du texte de la femme enceinte et de ses multiples questions. Nous essaierons de trouver ensemble des réponses qui correspondent aux préoccupations des adolescent.e.s.

Immédiatement après le spectacle, les élèves seront amené.e.s à réagir à chaud dans un échange avec toute l'équipe artistique pendant 30 minutes.

Il conviendra d'instaurer un climat de confiance et de bienveillance, nécessaire à la mise en place d'un espace de dialogue. Nous partagerons donc en début de séance quelques règles.

- **Liberté d'expression** : toute idée est bonne à dire, chacun.e peut contribuer à l'échange par ses questions, ses remarques, ses témoignages
- **Confidentialité** : c'est la condition pour s'exprimer librement, ce qui se dit dans le groupe reste dans le groupe
- **Non jugement** : chacun.e peut exprimer ses points de vue et échanger des arguments contradictoires mais en aucun cas porter des jugements de valeur sur les autres participant.e.s
- **Ecoute mutuelle et circulation de la parole** : ne pas s'interrompre les un.e.s et les autres et respecter l'ordre des prises de parole

Nous guiderons néanmoins l'échange pour que les jeunes prennent conscience des stéréotypes sexistes mis en avant dans le spectacle et que nous puissions commencer à les déconstruire avec eux.



Représentation du 9 septembre 2022 au WeToo Festival ©Amélie CHAUMETON

# OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

En faisant participer les élèves de manière active, nous nous emploierons à définir le sexisme, en comprendre les mécanismes et les conséquences au quotidien pour chacun.e.

## Objectifs pédagogiques :

- identifier les différentes manifestations du sexisme
- faire réfléchir les élèves sur l'impact du sexisme
- leur donner des outils de réflexion pour lutter dans leur contexte quotidien contre les préjugés filles/garçons

## Exemples de questions :

- Quelles sont les manifestations du sexisme dans les scènes du spectacle ?
- Pourquoi l'éducation serait-elle différente pour une fille ou un garçon ?
- Si l'éducation est trop genrée quels types d'impact peut-elle avoir et dans quels domaines (parler d'orientation, de choix de métier etc...)
- Quels seraient les effets d'une plus grande égalité filles/garçons ?
- Pourquoi les règles sont-elles encore un sujet tabou ?
- Quel est votre ressenti par rapport à la scène mère/fille sur l'arrivée des premières règles ?

Nous laisserons le débat ouvert bien sûr à d'autres questions ou réactions si elles se présentent. L'échange doit être cadré mais il faut qu'il demeure un espace d'expression libre, tout en préservant avec précaution la distance du théâtre qui permet de mettre le réel en question et en dialogue.

# ÉVALUATION DE L'ACTION

**En amont** du projet, un échange entre l'équipe pédagogique et les intervenantes sera proposé afin de présenter le projet et d'appréhender les problématiques spécifiques à l'établissement et au profil des élèves concerné.e.s.

La metteuse en scène, accompagnée d'une des comédiennes, présentera le spectacle, les thématiques abordées et les textes de références qui l'ont nourri. Cela permettra de préparer au mieux l'équipe et les élèves à l'action proposée.

**En aval**, un questionnaire d'évaluation sera remis aux élèves pour permettre à chacun.e de s'exprimer plus longuement et anonymement sur l'action proposée. Il sera accompagné d'une liste d'ouvrages de références ainsi que des liens vers des documents pouvant être consultés par les élèves pour nourrir leurs réflexions.

# CONCLUSION

La compagnie Les Tournesols est confiante dans le résultat positif et enrichissant d'une rencontre avec les élèves à la fois autour d'un spectacle joyeux et porteur de valeurs d'égalité et de solidarité, et d'un échange constructif et bienveillant.

A travers cette action artistique nous souhaitons leur faire partager nos questionnements et notre volonté de faire avancer la société vers plus d'égalité et plus de tolérance.

Et cela ne se fera pas sans elles et sans eux !

## LIZA ET MOI

Histoires de mères et de filles

**"Liza et moi questionne justement la place de la femme, de la mère et le fonctionnement de la société, à travers une histoire touchante."**

LES TROIS COUPS

**"Les six comédiennes font résonner ces paroles avec justesse et surtout avec une belle sincérité."**

L'ŒIL D'OLIVIER

**"Une galerie de portraits sensibles."**

THÉÂTRE DU BLOG

**"Une de ces rares pièces qui remuent les sensibilités des spectateurs avec intensité."**

THÉÂTRE & CO

**"Avec sincérité et puissance de jeu, les actrices malicieuses marchent sur des œufs, jouant d'une relation entre douceur et amertume."**

HOTTELLO

**"Liza et moi s'attaque, de façon novatrice, à une figure victime de nombreux clichés et tabous, qu'elle renverse avec brio."**

THEATRES.COM

**"Un regard acéré et tendre sur la relation mère-fille."**

JE N'AI QU'UNE VIE

Extraits de presse du spectacle LIZA ET MOI - Saison 21/22



# INSPIRATIONS ET BIBLIOGRAPHIE

Avant l'écriture du spectacle avec Sandrine Delsaux, nous avons beaucoup parlé de ce que nous voulions transmettre et des autrices qui nous avaient inspirées. Certaines idées issues de leurs ouvrages sont évoquées dans le spectacle.

- Despentes, Virginie. *King Kong Théorie*, Le Livre de Poche, 2007, 160 p.
- Ngozi Adichie, Chimamanda. *Chère Ijeawele, ou un manifeste pour une éducation féministe*, Gallimard, 2017, 78 p.
- Thiebaut, Elise. *Ceci est mon sang*, La découverte, 2017, 248 p.
- Thiebaut, Elise. *Les règles... quelle aventure !*, La ville brûle, 2017, 72 p.
- Dufourmantelle, Anne. *La sauvagerie maternelle*, Rivages, 2016, 288 p.
- Laurens, Camille. *Fille*, Gallimard, 2020, 240 p.
- Grout, Benoîte. *Ainsi soit-elle*, Grasset, 2010, 238 p.
- de Beauvoir, Simone. *Le deuxième sexe*, Folio Essais, 1986, 2 vol.



Lors de la rencontre avec les professeurs nous pourrions éventuellement leur proposer des extraits de ces différents ouvrages qu'ils pourraient travailler en amont avec leurs élèves avant notre venue.

## Extrait de *Chère Ijeawele* de Chimamanda Ngozi Adichie :

« Apprends-lui à ne pas se soucier de plaire. Elle n'a pas à se rendre aimable mais à être pleinement elle-même, une personne sincère et consciente que les autres sont humains autant qu'elle. [...]

Ne fais jamais peser, je t'en prie, ce genre de pression sur ta fille. Nous apprenons aux filles à être aimables, gentilles, hypocrites. Et nous n'apprenons pas la même chose aux garçons. »



Catherine Piffaretti et Cécile Martin ©Pascal Gely

# QUI SOMMES-NOUS ?

## La compagnie Les Tournesols

Le projet artistique de la compagnie Les Tournesols est depuis l'origine de donner la parole aux auteur.rice.s contemporain.e.s et de proposer des créations en prise directe avec les réalités d'aujourd'hui. La compagnie s'investit dans des actions pédagogiques au sein d'ateliers et de stages et aussi dans les établissements scolaires.

Créée en 1996 en Picardie, la compagnie a obtenu pour son travail de sensibilisation à l'écriture contemporaine le soutien de la DRAC Picardie - Ministère de la Culture, du Conseil Régional de Picardie, de la Maison de la Culture d'Amiens et de l'ADAMI.

Depuis 2002, la compagnie Les Tournesols s'est installée à Paris et continue de proposer ses créations. Elle a obtenu le soutien de Jean-Michel Ribes et du Théâtre du Rond-Point, de Confluences - lieu d'engagement artistique et de l'Atelier du Plateau.

Depuis 2013, la compagnie est soutenue et accompagnée par Les Tréteaux de France-CDN. Ils ont coproduit la création de LIZA ET MOI-Histoires de mères et de filles. Les créations sont centrées sur les problématiques de la place des femmes dans la société.

## L'équipe des Tournesols :



### Sophie Thebault, metteuse en scène

Elle crée et dirige avec Niels Arestrup, l'École du Passage, de 1988 à 1992. Puis, elle met en place au Théâtre de la Renaissance une programmation à 18 heures, réservée à la création contemporaine. En 1992 et 1993, elle est l'assistante de Robert Cantarella qui met en scène *Sourire des Mondes souterrains* de Lars Noren et *Terres promises* de Roland Fichet. En 1992, elle met en scène *Salle des fêtes* de Philippe Minyana au Théâtre du Balcon (Avignon), puis en 1994 au Théâtre Le Botanique (Bruxelles) et en 1995 à la Ménagerie de Verre à Paris. En 1996, elle crée la compagnie Les Tournesols et se consacre depuis à la mise en scène de textes contemporains. Elle dirige aussi des stages de formation autour de l'univers d'auteur.rice.s contemporain.e.s où elle s'adresse aussi bien aux professionnel.le.s qu'aux amateur.ric.es.

### Cécile Martin comédienne

Comédienne et metteuse en scène de théâtre formée à l'École Charles Dullin, Cécile dirige la Cie Drôle de Rêve au sein de laquelle elle crée des spectacles autour de la littérature érotique et de la création sonore. Depuis 2012, elle est notamment metteuse en scène pour le Quartet Buccal, groupe vocal féminin, et comédienne pour différentes compagnies (Les Tournesols sous la direction de Sophie Thebault, Petits Formats sous la direction d'Hélène Poitevin). En 2020, elle co-crée *Le Vestibule*, plateforme de podcasts défendant une parole libre, non sexiste et inclusive sur les sexualités. Elle est aussi l'une des co-directrices du WeToo Festival, festival féministe et familial qui se tient chaque année à Pantin.





### **Catherine Piffaretti, comédienne**

Formée à la scène par Françoise Kanel et Tony Jacquot tous deux de la Comédie-Française, Catherine s'est fait l'interprète d'une grande variété d'auteurs, multipliant les registres et les compositions, du classique au contemporain, du comique à la tragédie. Artiste engagée dans les recherches de la Cie Les Tournesols, et directrice artistique associée de la Cie DemainOnDéménage, elle travaille depuis plusieurs années sur les nouvelles formes du théâtre contemporain, ainsi qu'à la représentation des autrices effacées du patrimoine théâtral avec Aurore Evain et la compagnie La Subversive. Elle codirige avec Marina Tomé au sein de AAFA-Actrices et Acteurs de France Associés la commission "AAFA-Tunnel de la Comédienne de 50 ans", dans laquelle elle travaille à lever les stéréotypes liés à l'âge des femmes dans les fictions et à faire bouger les curseurs des représentations des femmes de plus de 50 ans.

### **Mathilde Chabin-Guignard, assistante mise en scène**

Après une formation théâtrale au Cours Florent, Mathilde poursuit sa formation de comédienne en suivant régulièrement les stages de Sophie Thebault depuis 2016. Elle devient également chroniqueuse cinéma dans l'émission Yeaah sur la Radio Pays d'Aurillac. En 2017, elle est assistante mise en scène de la pièce Larvatus Prodeo de Clémence Verone pour le collectif La Fièvre. En 2018, elle monte Les Bonnes de Jean Genet pour la Cie MysticTwins. Elle est également la créatrice de deux podcasts natifs Le Docu du Lab et We Talk pour Le Vestibule Podcast, depuis 2020 et depuis cette date collabore au travail de la Cie Drôle de Rêve.



## **CONTACTS ET PARTENAIRES**

**Compagnie les Tournesols**  
29 rue Bouchardon-75010 Paris  
Tel 06 60 49 82 47 – mail : [compagnie.lestournesols@gmail.com](mailto:compagnie.lestournesols@gmail.com)  
Site : [cielestournesols.com](http://cielestournesols.com)

Le spectacle LIZA ET MOI a été coproduit par Les Tréteaux de France-Centre dramatique national et a reçu le soutien de la SPEDIDAM, de l'ADAMI, de la Région Ile de France.

