

Université de Montréal

Intervenir par la danse : quels effets sur le bien-être et les inégalités sociales.

Une étude de cas à Montréal.

Par

Curt Charlotte

Département de sociologie

Faculté des Arts et des sciences

Mémoire présenté en vue de l'obtention du grade de Maîtrise ès sciences (M. Sc.)

en sociologie

Août 2022

© Charlotte Curt, 2022

Université de Montréal
Département de sociologie, Faculté des Arts et des sciences

Ce mémoire intitulé

**Intervenir par la danse : quels effets sur le bien-être et les inégalités sociales.
Une étude de cas à Montréal.**

Présenté par

Charlotte Curt

A été évalué par un jury composé des personnes suivantes

Christopher McAll

Président-rapporteur

Jean-Baptiste Leclercq

Directeur de recherche

Guillaume Sirois

Membre du jury

Résumé et mots clés en français

Ce mémoire porte sur l'intervention sociale par la danse. Ce mode d'intervention singulier est étudié sous l'angle des inégalités sociales et du bien-être. Pour ce faire, une étude de cas est réalisée au sein de l'organisme Prima Danse, un organisme à but non lucratif présent à Montréal.

L'objectif principal est de déterminer les apports et les limites de l'intervention sociale par la danse. Pour savoir dans quelle mesure ce type d'intervention peut avoir un impact sur les inégalités sociales et le bien-être, des ateliers de danse offerts à des clientèles vulnérables sont étudiés pour déterminer jusqu'à quel point ils s'inscrivent, de par leur rapport avec les personnes participantes, dans une « approche globale ». Une telle approche prendrait en compte les cinq dimensions du bien-être identifiées par McAll et ses collègues (2014) : les dimensions matérielle, relationnelle, corporelle, temporelle et décisionnelle. Par rapport à cette dernière dimension, il va être déterminé si les ateliers de danse sont un facteur d'*empowerment* et/ou du développement du pouvoir d'agir (Bacqué, 2006 ; 2015 ; Le Bossé, 2003) des participant.es.

Cette recherche qualitative s'appuie sur des observations participantes menées au sein de différents ateliers de danse et sur des entretiens semi-dirigés. Grâce à 13 entretiens, les ressentis et les représentations individuelles qu'ont les personnes participantes à propos des ateliers de danse sont mis en relation avec la réflexivité (Bertucci, 2009) qu'ont les intervenantes sur les actions qu'elles mènent. Dans une perspective de co-construction des savoirs (Gardien, 2017), une place centrale est accordée aux savoirs expérientiels (Racine, 2000) des personnes. De cette façon, cette recherche permet une meilleure compréhension des réalités vécues par les personnes et des processus à l'œuvre au sein de dispositifs d'intervention sociale.

Mot-clé : intervention sociale – danse – inégalité sociale – bien-être

Résumé et mots-clés en anglais

This dissertation focuses on social intervention through dance. This unique intervention method is studied from the perspective of social inequalities and well-being. To this end, a case study is conducted within Prima Danse, a non-profit organization in Montreal.

The main objective is to determine the contributions and limitations of social intervention through dance. In order to determine the extent to which this type of intervention can have an impact on the social inequalities and well-being, dance workshops offered to vulnerable clientele are studied to determine the extent to which they fit, through their relationship with the participants, into a "global approach". Such an approach would take into account the five dimensions of well-being identified by McAll and colleagues (2014): the material, relational, bodily, temporal and decision-making dimensions. In relation to this last dimension, it will be determined whether the dance workshops are a factor of empowerment and/or the development of the participants' power to act (Bacqué, 2006; 2015; Le Bossé, 2003).

This qualitative research is based on participant observations in different dance workshops and on semi-directed interviews. Thanks to 13 interviews, the participants' individual feelings and representations of the dance workshops are related to the reflexivity (Bertucci, 2009) that the practitioners have about the actions they carry out. In a perspective of co-construction of knowledge (Gardien, 2017), a central place is given to the experiential knowledge (Racine, 2000) of the people. In this way, this research allows for a better understanding of the realities experienced by people and the processes at work within social intervention systems.

Key word : social intervention - dance - social inequality - well-being

Tables des matières

Résumé et mots clés en français	ii
Résumé et mots-clés en anglais	iii
Tables des matières	iv
Remerciements	viii
Introduction	1
Partie 1. Cadre contextuel	7
Chapitre 1. Entre médiation culturelle et intervention sociale : établir une terminologie	8
1.1 Interroger les termes de médiation culturelle et d'intervention sociale.....	8
1.1.1 De quelle façon définir la médiation culturelle ?	9
1.1.2 Que signifie la notion d'intervention sociale ?.....	11
1.2 L'intervention de groupe comme mode d'intervention	15
Chapitre 2. Du maintien du lien social au sentiment d'inclusion sociale, de quelle façon la médiation culturelle procède-t-elle ?	18
2.1 Comment favoriser le maintien du lien social lors de médiations culturelles ?	18
2.1.1 De quelle façon la médiation culturelle favorise-t-elle la construction de l'identité individuelle ?	18
2.1.2 L'émergence d'une identité collective	19
2.2 De quelle façon le sentiment d'inclusion sociale émerge-t-il lors du rapprochement de l'art au social ?.....	21
Chapitre 3. La danse en tant que médium d'intervention	24
3.1 La danse comme médium d'intervention sociale ou de thérapie.....	24
3.2 Quelle place a le corps en danse ?	27

3.3	Quels sont les effets de la danse ?.....	29
3.3.1	Quelles sont les retombées collectives ?	29
3.3.2	Quelles sont les retombées individuelles ?.....	30
Partie 2. Cadre conceptuel.....		34
Chapitre 4. Présentation des concepts et de la problématique		35
4.1	Inégalités sociales et bien-être.....	35
4.2	Processus à l'œuvre en intervention sociale	39
4.2.1	Processus d' <i>empowerment</i> : exercer un contrôle	39
4.2.2	Distinguer les concepts de morale, valeur et norme.....	42
4.2.3	La reconnaissance de soi : les prémisses de la justice sociale.....	45
Partie 3. Démarche de recherche empirique : de la théorie à la pratique		47
Chapitre 5. Démarche de recherche et méthodologie.....		48
5.1	La posture épistémologique adoptée	48
5.2	Les méthodes de collecte des données.....	51
5.2.1	Étude de cas.....	51
5.2.2	L'observation directe.....	53
5.2.3	L'entretien semi-dirigé individuel.....	56
5.3	Récit du processus de collecte de données	60
5.3.1	Trouver un terrain.....	60
5.3.2	La collecte des données.....	61
5.3.3	Les différents groupes observés	61
5.3.4	Les observations.....	63
5.3.5	Le recrutement des personnes participantes	64

5.3.6	Déroulement des entretiens	64
5.4	Récit des opérations d'analyse effectuées	65
Chapitre 6.	Description du déroulement des ateliers	67
6.1	Premier atelier au centre communautaire pour personnes âgées.....	67
6.2	Deuxième atelier dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance	72
6.3	Troisième atelier au centre culturel haïtien	77
6.4	Quatrième atelier au centre pour femmes en instabilité résidentielle.....	81
Partie 4.	Analyse.....	88
Chapitre 7.	Trouver l'équilibre : transmettre des valeurs sans être dans la morale.....	89
7.1	Quelles sont les ambitions de Prima Danse ?.....	89
7.2	Que souhaite transmettre Prima Danse aux personnes participantes ?.....	91
7.3	Accompagner sans être normative.....	96
Chapitre 8.	Dans quelle mesure les personnes participantes vivent-elles des inégalités sociales et/ou du bien-être ?.....	100
8.1	De quelle façon les personnes participantes perçoivent-elles les inégalités ?.....	101
8.2	Quels sont les facteurs constitutifs du bien-être des personnes participantes ?.....	109
Chapitre 9.	Dans quelle mesure les ateliers peuvent-ils avoir un impact sur le bien-être et réduire les inégalités sociales ?.....	114
9.1	Que procurent les ateliers ?.....	114
9.1.1	Le retour au mouvement.....	115
9.1.2	La santé mentale.....	118
9.1.3	Liens sociaux.....	122
9.1.4	L'affirmation de soi.....	126

9.2	De quelle façon les rapports sociaux ponctuent-ils la relation entre intervenantes et personnes participantes ?.....	128
9.3	Les membres de Prima Danse peuvent-ils agir sur les inégalités sociales ?	134
Conclusion	140
Bibliographie	146
Annexe	158

Remerciements

Je remercie mon directeur de recherche, Jean-Baptiste Leclercq, de m'avoir supervisée, et orientée. Son soutien et ses conseils avisés tout au long de ce projet m'ont été d'une aide précieuse.

Je remercie également Prima Danse d'avoir accepté de collaborer avec moi et de m'avoir ouvert leurs portes. Sans la disponibilité des directrices et co-fondatrices de l'organisme, mon étude n'aurait pas pu être menée à bien. Mes remerciements s'adressent également aux intervenantes pour leur participation aux entretiens.

Merci au CREMIS pour son soutien financier.

Merci à ma famille et mes ami.e.s pour leurs présences et soutient absolu. Grâce à vos réflexions et votre écoute, j'ai pu progresser.

Enfin, merci aux professeurs du département de sociologie qui m'ont permis d'initier certains raisonnements grâce à leurs séminaires.

Introduction

Marion, une intervenante, propose un quatrième exercice. Elle annonce un thème qui va déterminer de quelle façon bouger sur la musique. Plusieurs thèmes se succèdent pendant l'exercice sur différentes musiques. Pour mettre tout le monde à l'aise, Marion explique : « il n'y a pas de structure, c'est propre à vous. Le but est d'explorer différentes façons de bouger. » Elle annonce le premier thème : faire le robot. Dès qu'elle lance la musique, une première participante se prend directement au jeu. Elle se met à faire le robot. Elle prend du plaisir à le faire, cela se voit à son visage qui devient lumineux et s'ouvre pour la première fois depuis le début de l'atelier. Juliette, une participante, dit : « j'ai de la misère à faire le robot ». Puis elle ajoute : « on n'a pas l'habitude de se laisser aller, moi dans ma vie, j'ai jamais eu l'occasion ». En voyant les intervenantes faire le robot, toutes les participantes se prennent au jeu et se mettent à leurs tours à bouger tel un robot. Le second thème cette fois-ci n'est pas proposé par Marion, ce sont les participantes qui suggèrent le thème disco. Directement, une conversation s'engage à propos du disco, des années 70-80. Pour les participantes c'est un thème teinté de nostalgie, la plupart ont vécu ces années. La participante Juliette improvise des mouvements, les autres l'imitent. À ce moment-là, l'intervenante Helena dit : « Juliette, on vous suit, c'est vous la spécialiste ». Les femmes se mettent à chanter, elles bougent en rythme avec la musique, chacune a une prise d'espace plus grande. Après quelques minutes de disco, Marion l'intervenante propose le thème : en apesanteur. Pour cela, elle met de la musique classique, plus douce que la précédente. La participante Juliette se rassoit sur sa chaise pour ne pas tomber, mais continue à participer. Sur sa chaise, elle bouge essentiellement les bras et le haut du corps. Marilie, une autre participante, dit avec euphorie : « on s'en va dans l'espace », avant d'ajouter : « je me sens dans la mélasse ». Pour aiguiller les participantes dans leur façon de bouger, l'intervenante Marion dit « vous pouvez faire des mouvements légers, mais rythmés ». Pour profiter du moment, une participante ferme les yeux pendant qu'elle danse. L'intervenante Marion propose un quatrième et dernier thème : le ralenti. Le but est d'arriver au ralenti sur sa chaise. À la fin de l'exercice, une discussion s'ouvre entre les participantes sur le thème qu'elles ont préférées. Certaines n'ont pas aimé l'apesanteur, car ça leur demandait de trop lever les bras.

Ce qui vient d'être décrit est l'un des exercices réalisés lors du troisième atelier de danse donné par Prima Danse dans un centre pour femme en instabilité résidentielle. Prima Danse, l'organisme avec

lequel il y a eu collaboration pour la réalisation de ce mémoire, a permis de réaliser cette étude de cas (Roy, 2021) à Montréal, dans le but de mieux comprendre l'intervention sociale par la danse.

Prima danse a accepté d'être nommé dans cet écrit. Il s'agit d'un organisme à but non lucratif présent à Montréal fondé en 2010 qui utilise la danse comme un médium d'intervention sociale auprès de différentes clientèles vulnérables (Soulet, 2005) au Québec, mais aussi ailleurs au Canada. Au travers des mouvements permis par la danse, différents enjeux sociétaux sont abordés. Ces derniers varient selon la clientèle de façon à être adaptés aux besoins de chacun. Au moyen de l'intervention sociale par la danse, l'organisme a différents objectifs. Le premier est de rendre accessible à toutes les clientèles des expériences artistiques. Ensuite, en associant à la danse des thèmes sociétaux, tels que l'hypersexualisation, l'affirmation de soi, l'intimidation et les stéréotypes de genres, l'organisme souhaite encourager les échanges interculturels et intergénérationnels, mais aussi communiquer aux personnes participantes comment s'affirmer et se respecter. Enfin, en utilisant le mouvement, l'organisme vise à renforcer, chez les personnes participantes, une santé physique et mentale.

Prima Danse intervient à la fois auprès de jeunes, mais aussi aux côtés d'adultes et d'ainé.e.s que ce soit en CHSLD, dans les résidences ou dans les organismes communautaires. Cela permet d'atteindre un plus grand nombre de personnes, notamment celles à mobilité réduite. Selon l'organisme, la danse a de multiples bénéfices chez les personnes âgées, cela permet de briser l'isolement, de développer sa créativité, de stimuler sa mémoire, de diminuer le stress et l'anxiété ainsi que d'apprendre le laisser-aller. Par ailleurs, l'organisme souhaite accompagner les personnes vieillissantes dans leurs changements physiques pour les conduire à se connaître, à se réapproprier leurs corps et à l'accepter avec ses limites.

D'autres organismes semblables à Prima Danse existent au Québec et principalement à Montréal. Chaque organisme a sa clientèle spécifique et des objectifs qui lui sont propres. Certains interviennent dans les écoles, d'autres proposent des ateliers de danse à des femmes en situation de vulnérabilité physique et émotionnelle vivant dans des auberges, d'autres offrent des ateliers de danse dans des classes d'accueil en francisation durant plusieurs semaines, enfin, un dernier intervient dans un centre d'insertion socioprofessionnelle pour adultes ayant des difficultés émotionnelles et psychologiques. Le point commun entre ces organismes est l'usage de la danse et plus globalement du mouvement.

L'étude de cas faite avec Prima Danse s'est déroulée au sein de quatre différents groupes d'adultes. Les objectifs des ateliers différaient selon la mobilité physique des personnes participantes, mais restaient globalement similaires. Chacun des groupes assistait aux ateliers dans des lieux différents les uns des autres. Les personnes participantes fréquentaient pour différentes raisons les organismes au sein desquels les ateliers avaient lieu. Certaines personnes y vivaient temporairement, d'autres à long terme, d'autres fréquentaient leur organisme uniquement pour les activités proposées. Chaque groupe a été observé durant quatre ateliers de danse. Les personnes participantes n'étaient pas les seules à être observées, les intervenantes l'étaient aussi.

Il ne s'agit ni d'une évaluation des ateliers de Prima Danse, ni d'une analyse des effets structurels qu'ont ces ateliers. Il s'agit plutôt de mettre en relation les ressentis et les représentations individuelles qu'ont les personnes participantes à propos des ateliers de danse et la réflexivité (Bertucci, 2009) qu'ont les intervenantes sur les actions qu'elles mènent. De cette façon, cette recherche s'inscrit dans le courant de la sociologie compréhensive (Kaufmann, 2016 ; Le Breton, 2012) qui prend en compte le sens que donnent les acteurs à leurs actions.

Par ailleurs, un intérêt est porté de manière générale au champ de l'intervention sociale (Aballéa, 2000 ; Astier, 2019 ; Berteau, 2011 ; Beynier, 2006 ; Ion, 2009) et plus particulièrement à l'impact que peuvent avoir les professionnel.le.s de l'intervention sur les trajectoires individuelles (Chénard, 2012). Une attention particulière est portée à la manière dont les professionnel.le.s (re)définissent leurs pratiques grâce à leurs savoirs expérientiels (Racine, 2000) afin de comprendre les enjeux qui entourent l'utilisation du terme « intervention sociale ».

Pour ce projet de maîtrise, l'angle des inégalités sociales est adopté. C'est un angle mort qui va être comblé. Il existe quelques recherches étudiant l'intervention sociale par la danse dans le contexte québécois. Par exemple, Roquet (2015) analyse comment la danse, grâce au partage du sensible et du geste, conduit à repenser sa relation à l'autre. Pour sa part, Mansour (2011) étudie de quelle façon les jeunes prennent place comme acteurs sociaux en « bricolant » la culture dominante. Quant à Morell Bonet et Berger (2020), ils s'interrogent sur l'expérience du corps vécue par des personnes schizophrènes lors d'atelier en associant la danse à la photo. Enfin, Le Coq (2020) étudie la distribution des rôles et des statuts entre les différentes personnes composant des ateliers de danse. Aucune de ces recherches n'est menée sous l'angle des inégalités sociales. C'est ce qui constitue l'originalité de cette démarche. De cette façon, cette recherche permettra d'avoir une meilleure

compréhension des réalités vécues par les personnes « vulnérables » (Soulet, 2005) et des processus à l'œuvre au sein de dispositifs d'intervention sociale. De la sorte, cette recherche est axée sur l'individu plutôt que sur le collectif. En outre, ce mémoire permettra de documenter un mode d'intervention singulier et relativement méconnu : l'intervention sociale par la danse. La danse est un moyen d'expression accessible à tous, car d'une part, il n'est pas nécessaire de savoir parler pour pouvoir danser et d'autre part, c'est une activité qui n'occasionne pas de coût financier. De cette façon, intervention sociale et danse réunies dans un même projet peuvent être pensées comme étant complémentaires.

La danse dans cette recherche est à comprendre au sens large, c'est-à-dire qu'il n'est pas question d'une forme précise de danse. Schott-Billmann (2005) s'intéresse à la danse et en donne cette définition :

[La danse] au sens où les peuples l'entendent, c'est-à-dire une expérience musicale et motrice faite en groupe, dans laquelle les danseurs s'assujettissent librement, joyeusement à un autre que soi contenu dans la musique pour transférer ses formes, ses intensités et ses rythmes dans un mouvement synchrone qui en est la réplique fidèle. (Ibid : 167)

Cette conception de la danse va guider cette recherche. Il est légitime de se demander qu'est-ce que danser ? Lesage (2009) répond à cette question en expliquant que danser correspond à bouger, se mettre en mouvement dans une finalité qui n'est pas instrumentale. Cela peut prendre plusieurs formes, par exemple bouger spontanément sur une musique et improviser ou apprendre une succession de pas en acceptant de se soumettre aux règles techniques (Potel, 2006). Grâce à la mise en mouvement, la personne explore une nouvelle relation avec son corps et découvre que son corps est un mode de relation sociale, cette spécificité fait de la danse « une activité éminemment sociale » (Hampartzoumian, 2004), bien qu'elle puisse être également pratiquée seule.

Toujours dans une perspective de co-construction des savoirs (Gardien, 2017), dans cette étude une place centrale est accordée aux savoirs expérientiels (Racine, 2000) des personnes participantes à ces ateliers. En prenant en compte la manière dont ces personnes vivent les inégalités sociales et expérimentent ces ateliers, cela permettra d'avoir une meilleure compréhension de la situation. Leurs regards seront croisés avec les savoirs professionnels des intervenantes. En somme, il sera vu de quelle façon ces dernières envisagent leur « capacité d'action sur les inégalités » (Leclercq, 2020). Pour cela, la réflexivité (Bertucci, 2009) qu'ont les intervenantes de leurs pratiques

professionnelles va être mobilisée. Pour les organismes et les intervenantes, les connaissances produites dans une perspective de co-construction des savoirs permettront de mieux orienter leurs actions.

La question de recherche qui guide la réflexion est la suivante. **Dans quelle mesure les ateliers d'intervention sociale par la danse peuvent-ils avoir un impact sur les inégalités sociales vécues par les personnes participantes ainsi que sur leur bien-être ?**

Cette recherche a pour objectif principal de déterminer les apports et les limites de l'intervention sociale par la danse. Enfin, en accordant de l'importance aux savoirs expérientiels, le souhait est qu'à terme les bénéfices de cette recherche profitent aux personnes qui ont participé. Ainsi, les résultats obtenus seront transmis à Prima Danse.

La recherche pour ce mémoire s'est déroulée sur les années 2021/2022. Le contexte de pandémie a posé quelques difficultés notamment pour la réalisation du terrain. En effet, les restrictions sanitaires en vigueur auront rendu plus difficile l'accès aux organismes au sein desquels la récolte des données a eu lieu. C'est pour cette raison que cette dernière s'est déroulée sur plusieurs mois, de l'automne 2021 jusqu'au printemps 2022.

Ce mémoire se développera en quatre parties. La première partie est le cadre contextuel au sein duquel la recherche s'inscrit. L'objectif est de contextualiser les différents éléments au sein desquels cette réflexion prend appui afin de fournir des fondements à la problématisation. Cette première partie contient trois chapitres. Le premier précise la terminologie et revient sur les emplois des notions de médiation culturelle et d'intervention sociale. Il sera aussi expliqué ce que sont les différents modes d'intervention sociale, notamment l'intervention de groupe. Le second chapitre aborde la création de liens sociaux et du sentiment d'inclusion à travers le spectre de l'art et plus particulièrement de la médiation culturelle. Le troisième chapitre discute de la danse en tant que moyen d'intervention. Les effets de la danse au niveau individuel, mais aussi collectif, seront évoqués. Pour ces trois premiers chapitres, l'écriture inclusive sera utilisée pour le terme intervenant.e. Par la suite, ce terme sera utilisé uniquement au féminin, car tous les membres de Prima Danse, ayant participé à cette recherche, se définissent comme des femmes.

La seconde partie dresse le cadre conceptuel de ce mémoire. Chacun des concepts sur lesquels repose ce mémoire va être développé et expliqué en prenant appui sur différents auteur.rices afin

de rendre compte des fondements théoriques de cette recherche. Par ailleurs, ce chapitre mettra la question de recherche en relation avec les concepts développés.

Ensuite, la troisième partie est consacrée à la composante pratique de cette recherche. Cette partie se compose de deux chapitres. Le premier, correspondant au chapitre cinq, contient les principes épistémologiques et la méthode qui sous-tendent cette recherche. Le sixième chapitre décrit le déroulement des ateliers, ce qui permet de rendre compte des observations réalisées dans les quatre groupes, avec l'objectif d'immerger le lecteur dans les ateliers.

Enfin, la quatrième et dernière partie constitue l'analyse. Elle se divise en trois chapitres. Le premier chapitre, correspondant au chapitre sept, analyse la transmission de valeur faite par Prima Danse. Le huitième chapitre explique les raisons pour lesquelles la perception subjective des inégalités vécues par les personnes participantes diffère de la conception sociologique du terme. Enfin, le neuvième et dernier chapitre offre une réflexion sur l'impact, ou non, des ateliers de danse sur les inégalités sociales et le bien-être vécu par les personnes participantes.

Partie 1. Cadre contextuel

Dans un premier temps, un éclaircissement des termes va être effectué afin de bien distinguer la médiation culturelle de l'intervention sociale. Grâce à ces explications, il sera possible de déterminer si Prima Danse est un organisme qui offre de la médiation culturelle ou de l'intervention sociale. Ensuite, les différents modes d'intervention employés en intervention sociale vont être définis. Le but étant d'identifier lequel de ces modes Prima Danse utilise. Par la suite, il sera expliqué de quelle manière la médiation culturelle travaille au maintien du lien social. Enfin, cette première partie reviendra sur l'utilisation de la danse comme médium d'intervention.

Chapitre 1. Entre médiation culturelle et intervention sociale : établir une terminologie

Prima Danse se situe au carrefour de la médiation culturelle et de l'intervention sociale, deux notions ambivalentes aux frontières poreuses. Ce chapitre permettra de préciser la terminologie entourant ces notions et de revenir sur les différents modes d'intervention sociale et en particulier sur l'intervention de groupe.

1.1 Interroger les termes de médiation culturelle et d'intervention sociale

Au Québec, plusieurs recherches à la croisée de la médiation culturelle et de l'intervention sociale ont eu pour objet divers médiums mis en application auprès de publics divers. Par exemple, Sevilla et Mahyeux (2018) interrogent la dimension thérapeutique « d'un dispositif de médiation théâtrale » proposé à des élèves en difficulté scolaire. Mansour (2011) explore l'intervention sociale par la danse chez les adolescent.e.s. Morell Bonet et Berger (2020) étudient l'association de la danse à la photo lors d'ateliers offerts à des personnes schizophrènes pour étudier l'expérience corporelle vécue, mais aussi l'extériorisation permise par la photo afin de déterminer les répercussions sociales des ateliers. Rivard et Vinet-St-Pierre (2020) offrent des ateliers de cirque social à des jeunes en situation d'itinérance pour favoriser le développement d'habiletés de pré employabilité. Lapointe et ses collègues (2012) étudient « l'intervention psychosociale par le sport » chez les jeunes défavorisés afin d'analyser le développement d'habiletés de vie chez ces derniers. Dubé et Belhadj-Ziane (2020) étudient l'expérience des « Moments créatifs », ateliers de médiation culturelle vécus par des femmes au Musée d'art contemporain de Montréal. Enfin, Arsenault et Moreno Sala (2021) étudient les ateliers de musique offerts à des personnes réfugiées pour soutenir leur intégration et leur bien-être.

Les recherches qui viennent d'être évoquées ne rendent compte que d'un fragment des nombreuses initiatives existantes. Toutefois, un élément se révèle intéressant. Bien que les ambitions soient relativement similaires dans chacune, c'est-à-dire permettre l'insertion sociale et le mieux-être des personnes participantes, les termes utilisés pour définir la nature des ateliers ne font pas consensus. Dans certains cas, c'est la notion d'intervention sociale qui est utilisée (Mansour, 2011; Lapointe and all, 2012; Arsenault et Moreno Sala, 2021; Rivard et Vinet-St-Pierre, 2020). À l'inverse, dans

d'autres, c'est celle de médiation culturelle (Dubé et Belhadj-Ziane, 2020 ; Sevilla et Mahyeux, 2018). Cette disparité nécessite d'étudier le sens de ces termes ainsi que les enjeux qui les entourent.

1.1.1 De quelle façon définir la médiation culturelle ?

Le terme de médiation culturelle n'est pas simple à définir, car il existe de multiples définitions pour ce terme qui sont en perpétuelle évolution. Ces différentes définitions sont orientées par les différentes logiques, les pratiques hétérogènes et les multiples formes que la médiation culturelle peut prendre (Faure, 2014 ; Casemajor, 2017). De cette façon, appréhender cette notion est devenu une tâche complexe, notamment parce qu'elle mêle savoirs théoriques et savoirs pratiques (Chaumier et Mairesse, 2017). À cela s'ajoute le fait que le champ de la médiation culturelle soit étudié par plusieurs disciplines universitaires telles que l'histoire, la communication, la sociologie, la science politique et l'art (Casemajor, 2017). Cet ensemble de facteurs, qui ne diffère pas selon les pays, rend la délimitation de la médiation culturelle difficile. Pour Nathalie Casemajor (2017), la médiation culturelle n'a pas de sens univoque, il est nécessaire de la percevoir comme un champ de débat changeant.

Pour tout de même circonscrire cette notion, les scientifiques de ce champ s'accordent sur le fait que sa définition vacille entre deux pôles. Pour Paul Rasse (2001), il existe deux approches. La première est une approche théorique générale. La seconde est une approche descriptive issue d'expériences pratiques. Chacune des deux approches a sa focale d'analyse. La première permet des analyses macrosociologiques alors qu'à l'inverse, la seconde se prête plus aux analyses microsociologiques (Servais, 2016).

L'approche théorique, plus large, prend corps au sein des sciences de l'information et de la communication. Dans ce contexte, la médiation désigne un moyen d'adhésion des individus aux éléments composant la culture commune. La médiation culturelle renforce la cohésion sociale (Rasse, 2001). De cette première conception de la médiation culturelle découle une perspective politique au sein de laquelle les idées de construction de sens, de citoyenneté et de liens sociaux sont fondamentales. Les auteur.rice.s s'accordent pour dire que les processus de médiation culturelle doivent soutenir le dialogue et les relations avec autrui. Toutefois, les finalités sont différentes selon l'auteur.rice. Lafortune (2015b) conçoit la médiation culturelle comme un mécanisme susceptible de produire des ressources favorisant l'exercice de la citoyenneté par le

biais du développement culturel d'un groupe. De cette façon, la médiation culturelle, ou la culture plus généralement, est comprise comme un outil soutenant l'inclusion sociale (Lafortune, 2015a) et pouvant servir à l'épanouissement des populations (Lafortune, 2012). Cela permet de développer les droits citoyens qui sont de s'exprimer, d'exister et d'être pris en compte au sein du débat public (Ibid). Le développement de l'exercice de la citoyenneté passe par le fait de devenir acteur ou actrice grâce au développement d'une sensibilité, d'un sens critique et d'une subjectivité (Lafortune, 2012, 2015a).

À l'inverse pour Caune (2015) une médiation culturelle n'est pas seulement de la transmission d'informations. L'objectif principal est de mettre en corrélation l'individu avec lui-même, avec les autres et avec le monde. Cette mise en relation est un élément fondamental de la médiation culturelle, car cette dernière se compose de relations interpersonnelles, mais aussi des rapports de forces qui composent la société (Caune, 2018). Ainsi, la médiation culturelle doit contribuer à la création d'un sens qui mobilise la collectivité (Ibid). Bernard Lamizet rejoint Caune sur l'idée de création d'un sens. L'auteur comprend la médiation culturelle comme processus de construction de sens pour l'individu et les autres, au moyen d'un système de signes incarnant la sociabilité, menant à la formation d'un dialogue entre l'individu et le collectif (Lamizet, 1999). À terme, pour Caune (2015), c'est un processus d'émancipation individuelle conduisant au « vivre-ensemble », à la fortification de liens sociaux. Cela passe par la production d'un sens commun qui mobilise les individus et les communautés. En d'autres termes, il s'agit de la construction d'un « je » et d'un « nous », ces éléments seront développés ultérieurement.

La seconde approche descriptive s'inscrit dans une « approche de type sociologique » (Mathieu, 2016 : 46), bien que les auteur.rice.s ne soient pas sociologues. Elle propose des modèles d'actions à partir des expériences pratiques faites par les praticien.ne.s. Cette dernière se définit par des pratiques concrètes, des techniques et des savoir-faire professionnels (Rasse, 2001). Dans ce cas-là, la médiation culturelle est conçue comme une méthode de résolution des conflits qui vise à réparer la fracture sociale et à rétablir des liens sociaux (Caune, 2017; Rasse, 2001). Toutefois, pour Mathieu (2016) cette approche ne permet pas la prise en compte d'éléments systémiques extérieurs aux expériences.

Il existe d'autres conceptions de la médiation culturelle qui s'inscrivent davantage dans l'approche descriptive issue d'expériences pratiques. Cette dernière se définit par des pratiques concrètes, des

techniques et des savoir-faire professionnels (Rasse, 2001). Dans ce cas-là, la médiation culturelle est conçue comme une méthode de résolution des conflits. Il s'agit de réparer la fracture sociale et de rétablir des liens sociaux, c'est une vision « orthopédique du social » (Caune, 2017; Rasse, 2001). Cette conception rejoint les réflexions de Christian Ruby qui pense la médiation culturelle comme une technologie sociale développée à des fins précises pour pallier aux problèmes de référence, pour gérer les conflits, favoriser le dialogue et étayer les évolutions sociales (Ruby, 2001).

De la même façon que le terme de médiation culturelle, la notion d'intervention sociale est confuse, mais pour des raisons différentes. La médiation culturelle est difficile à cerner par ses multiples définitions. À l'inverse, la notion d'intervention sociale est bien plus répandue dans le sens commun. Les personnes pensent savoir de quoi il s'agit sans pour autant être capable de la définir.

1.1.2 Que signifie la notion d'intervention sociale ?

L'intervention sociale est un terme souvent utilisé, mais rarement défini, car, en apparence, il semble évident. L'intervention sociale est généralement présentée comme une relation individuelle entre un.e intervenant.e et une personne en difficultés ayant pour objectif de l'aider à les résoudre (Aballéa, 2000). Isabelle Astier et Arezki Medini (2019) définissent l'intervention sociale comme l'ensemble des actions professionnelles dont le but est le maintien ou la reconstruction du lien social. Ce terme d'usage courant, « a pour fonction d'unir les individus et les groupes sociaux et de leur garantir, par des règles communément partagées, une coexistence pacifique » (Paugam, 2018b : 6). Pour l'auteur, cette définition du lien social est valable, quelles que soient les époques. Un autre objectif est d'empêcher d'éventuels conflits entre les groupes. Pour les auteur.rice.s, reconstruire ces liens est fondamental, car leur absence ou disparition mettraient en péril ou déséquilibraient la société dans son entièreté.

Au Québec, le terme d'intervention sociale est moins utilisé au profit du terme de travail social. C'est à la fois une discipline scientifique, un cursus universitaire et une profession rattachée à un ordre professionnel. Il en résulte une importante production scientifique à son sujet. Pour déterminer ce que c'est, la définition internationale du travail social a été choisie. Cette dernière est utilisée, car elle a été approuvée par l'assemblée générale de l'International Association of Schools of Social Work (IASSW) en 2014.

Le travail social est une pratique professionnelle et une discipline. Il promeut le changement et le développement social, la cohésion sociale, le développement du pouvoir d'agir et la libération des personnes. Les principes de justice sociale, de droit de la personne, de responsabilité sociale collective et de respect des diversités sont au cœur du travail social. Étayé par les théories du travail social, les sciences sociales, les sciences humaines et des connaissances autochtones, le travail social encourage les personnes et les structures à relever les défis de la vie et agit pour améliorer le bien-être de tous. Cette définition peut être développée au niveau national ou régional. (International Association of Schools of Social Work, 2014)

Pour cet écrit, il a été décidé d'utiliser le terme d'intervention sociale plutôt que celui de travail social, le premier étant plus générique et permet d'englober le travail social. De fait, dans le champ de l'intervention sociale, la multitude d'activités professionnelles génère de la confusion. Dans le sens commun, le « social » est un grand domaine qualifié par différents termes, ce qui crée des approximations. Mais une idée reste au cœur de toutes les conceptions, « le social renvoi toujours à l'assistance et à l'aide pour ceux qui y ont recours et à l'engagement et au don de soi pour ceux qui le dispense » (Astier, 2019 : 80). Par ailleurs, Prima Danse caractérise ses actions par le terme d'intervention sociale, c'est également pour cette raison que ce terme sera utilisé.

L'objectif de l'intervention sociale est de fournir un accompagnement aux personnes demandeuses afin de les aider à rester actifs ou à le redevenir (Astier, 2009). Il s'agit d'un « travail avec autrui » (Ibid). Dans cette démarche, en principe, la personne aidée est active, c'est-à-dire qu'elle participe aux démarches et qu'elle est protagoniste dans la construction de son identité personnelle. Il s'agit d'un accompagnement de l'individu. Plus généralement, les multiples emplois qui composent l'intervention sociale peuvent être regroupés sous le vocable « d'action sociale » (Astier, 2019). Cette notion réunit un ensemble spécifique d'actions destinées à des populations spécifiques réalisées par des intervenant.e.s. Ces différentes actions sont de l'aide, de l'accompagnement et du soutien (Ibid).

L'intervention sociale est un grand mouvement de l'action sociale qui comprend plusieurs métiers notamment celui de travailleur.euse social.e et d'intervenant.e social.e (Ibid). Ce sont deux termes qu'il est nécessaire de distinguer, car de la confusion règne autour de ces derniers. La mission communément acceptée du travailleur.euse social.e est d'effectuer une présence régulière aux côtés des personnes qui sont confrontées à des difficultés ou des personnes qui ont besoin d'aide pour différentes raisons (Beynier, 2006).

L'intervenant.e social.e contribue à mettre en relation des individus ou des groupes entre eux et avec les lieux de décision, les institutions (Astier, 2019). Pour Berteau (2011, cite Villeneuve, 1994) l'intervenant.e social.e est une personne qui agit pour influencer un.e usager.ère dans un contexte précis. Cette décision s'accompagne d'une recherche d'effets grâce à l'utilisation de certains outils et stratégies.

Ces deux notions désignent des pratiques et une relation aux personnes différente (Ion, 2009). La première distinction qui apparait est la proximité au terrain et la relation aux usager.ère.s (Aballéa, 2000). L'intervenant.e social.e est en relation directe avec son public. De ce fait, la pratique de l'intervenant.e social.e est de permettre cette relation de proximité, d'aide, afin de résoudre les difficultés quotidiennes de la personne. À l'inverse, pour un.e travailleur.euse social.e « le public n'est que le destinataire final de la pratique professionnelle » (Ibid). Dans cette perspective, un.e travailleur.euse social.e situe les problèmes de l'individu selon son parcours de vie et son environnement social.

L'ordre des travailleurs sociaux du Québec définit ainsi la profession de travailleur.euse social.e :

Les travailleurs sociaux aident les personnes et les communautés qui vivent des problèmes, qu'ils soient liés à des situations difficiles, de crise ou de la vie courante. Ils élaborent avec elles des pistes de solution en fonction de leurs forces et celles de leur milieu (pour améliorer leur bien-être). Ils abordent également la réalité des personnes selon une vision globale qui tient compte de la personne et de son milieu. Leurs interventions sont concrètes, créatives, sans préjugées et fondées sur la justice sociale. (Ordre des travailleurs sociaux du Québec)

Au sein des démarches d'intervention sociale individuelle, le souci de la personne aidée est au centre de toute intervention (Chénard et Grenier, 2012). Pour parvenir au mieux à effectuer l'intervention, la relation entre l'intervenant.e et la personne est l'outil fondamental du processus. Cette relation doit se fonder sur la confiance, cette dernière met du temps à se développer (Ibid). De plus, la personne aidée doit être perçue comme étant capable de décider et de choisir pour elle-même (Ibid).

Dans un premier temps, le travail effectué cible les changements personnels avec l'objectif d'améliorer les conditions de vie de la personne aidée. Ensuite, ce sont les groupes et les collectivités qui sont visés avec la transformation des rapports sociaux (Ibid). L'équité est un principe qui guide les intervenant.e.s (Ibid).

La seconde distinction est la reconnaissance des qualifications. Celle-ci est valable uniquement pour le Québec. Chez un.e travailleur.euse social.e, ses qualifications, justifiées par un diplôme, sont le socle de la légitimité de son expertise (Aballéa, 2000). Être titulaire d'un diplôme reconnu est un marqueur de distinction. En effet, un.e intervenant.e social.e qui n'a pas nécessairement de diplôme reconnu hésite à se nommer travailleur.euse social.e (Ibid). Selon l'auteur, leurs connaissances sont issues des expériences vécues alors que pour les autres, la connaissance provient de théorie, de méthodologies et de techniques apprises.

Enfin, un dernier élément différencie l'intervention sociale du travail social. La présence chez les travailleur.euse.s sociaux.ales de codes écrits et d'une déontologie les obligent au secret professionnel (Ibid). Chez les intervenant.e.s une éthique est présente sommant de la discrétion (Ibid). Toujours selon l'auteur, la déontologie est une caractéristique d'une profession par son univocité et sa normativité, à l'inverse, l'éthique est une propriété personnelle et subjective.

Chez les travailleur.euse.s sociaux.ales comme chez les intervenant.e.s l'apprentissage expérientiel est essentiel. Les « savoirs d'expérience » (Racine, 2000) sont des connaissances apprises progressivement au cours de la pratique, suscitées par un processus réflexif sur l'action vécue. En d'autres termes, les situations ou les problématiques vécues dans leurs pratiques sont source d'apprentissage. En résultent de nouvelles connaissances qui orienteront leurs pratiques futures (Ibid).

L'apprentissage expérientiel est fondamental dans l'intervention sociale, les intervenant.e.s sont ainsi acteurs et actrices dans la construction des connaissances sur laquelle se fonde leur pratique (Ibid). Les pairs, dans cette procédure, permettent d'ordonner, d'objectiver, d'interroger et de valider les expériences vécues individuellement. Ainsi, la connaissance produite se trouve enrichie et raffinée. Le collectif est également une source d'apprentissage, car les expériences des autres permettent d'acquisition de points de repère, d'éléments généraux et ainsi d'anticiper en cas d'inconnu. Le raisonnement est ainsi partagé pour un projet commun (Ibid). Le collectif en intervention sociale est source de soutien, de connaissance et de sécurité (Ibid).

Prima Danse use du terme d'intervention sociale plutôt que celui de médiation culturelle, car l'idée sous-jacente aux activités de l'organisme est de venir en aide aux personnes. Bien que les intervenantes de Prima Danse ne s'inscrivent pas dans une relation individuelle avec la personne due au déroulement en groupe des activités, une relation de proximité est tout de même présente

notamment grâce à l'outil spécifique utilisé par l'organisme qui est la danse. Par ailleurs, Prima Danse se distingue de la médiation culturelle notamment parce que le but recherché n'est pas l'adhésion des personnes à la culture commune en créant un sens commun (Caune, 2018).

1.2 L'intervention de groupe comme mode d'intervention

Maintenant que le type d'activité fait par Prima Danse a été présenté, il est nécessaire de déterminer quel mode d'intervention l'organisme utilise. En effet, l'intervention sociale regroupe plusieurs modes d'intervention. Il y a l'intervention individuelle, collective et de groupe. Ces modes d'intervention s'inscrivent dans un mouvement plus large d'individualisation des politiques sociales (Bresson, 2012), voire de « psychologisation de l'intervention sociale » (Ibid). Cette dernière se manifeste par exemple au travers de « récit biographique » (Duvoux, 2009) dont l'objectif est d'amener la personne à faire un travail sur elle-même qui conduira à des changements identitaires, toujours dans un but, à terme, d'autonomisation. Le « récit biographique » est censé permettre à la personne d'évaluer sa situation et ainsi de résoudre ses problèmes (Bresson, 2012 ; Duvoux, 2009).

Avant de développer sur l'intervention de groupe, qui correspond davantage aux pratiques intéressantes, les deux autres modes d'intervention vont être rapidement expliqués. Plus répandue au Québec et dans d'autres contextes nationaux, l'intervention individuelle consiste en un accompagnement par une travailleuse sociale d'une personne rencontrant des « conflits interpersonnels avec son entourage ou des difficultés d'accès aux ressources sociales » (Drolet, 2013 :174 cite Bilodeau, 2005). Quant à elle, l'intervention collective postule que « les problèmes sociaux sont de nature collective et doivent faire l'objet d'une solution collective » (Comeau, 2018 : 2). Bien que prenant différentes formes, l'objectif de l'intervention collective est d'accompagner un groupe, un collectif ou une communauté dans l'action collective qu'il mène afin de résoudre un problème social (Comeau, 2013).

Prima Danse fait de l'intervention de groupe (appelée aussi travail social de groupe), c'est pour cette raison que ce mode d'intervention va être développé. Berteau la définit ainsi :

Un processus d'aide auprès d'un groupe restreint (cinq à vingt personnes) qui s'appuie sur les propriétés actives présentes à l'intérieur du groupe comme élément de stimulation du changement personnel, de groupe et social. C'est une action consciente et volontaire animée par un professionnel utilisant une démarche structurée ou non qui vise à aider

les membres et le groupe à satisfaire leurs besoins socioémotifs, à réaliser leurs buts et à acquérir du pouvoir dans le respect des droits et responsabilités de chacun. Cette action repose sur les théories, les concepts, les méthodes, les habiletés et les techniques particulières à ce mode d'intervention. (Bertheau, 2011 : 24-25)

Selon Bertheau (2011 cite Lindsay, 1988) au Québec, il existe deux orientations différentes à la pratique d'intervention de groupe. Celle pertinente pour cette recherche a pour orientation le développement socioémotif des personnes participantes. Au sein de cette orientation, cinq variétés de groupe sont présentes, notamment les groupes d'éducation et les groupes de croissance. Chacun a une finalité différente. Le premier vise le développement d'habiletés et de compétences. Le second a pour objectif que chacune des personnes conscientise son fonctionnement et ses compétences individuelles. Ces deux groupes s'inscrivent dans un principe de prévention. Les membres des groupes sont autonomes dans leur quotidien. Pour ces deux types de groupe, la finalité n'est pas le développement et l'autonomie du groupe, la visée est la création d'un espace d'apprentissage fondé sur les interactions, la coopération et la confiance. Au sein de ces groupes, l'intervenant.e communique ses connaissances en endossant le rôle d'enseignant.e, mais aussi celui d'expert.e. Son positionnement est central dans la gestion et le fonctionnement du groupe (Bertheau, 2011 cite Lavoie et Stewart, 1995). De ce fait, l'intervenant.e oriente le processus selon la progression du groupe.

Travailler avec un groupe restreint en intervention de groupe permet d'aider des personnes rencontrant des difficultés telles que l'isolement (Bertheau, 2011). L'objectif est d'œuvrer en groupe pour solutionner des problèmes individuels, collectifs et psychosociaux. La participation aux interventions de groupe permet de réaliser ces objectifs grâce à la transformation des comportements individuels en développant la confiance et la connaissance de soi, mais aussi en acquérant de nouvelles compétences. C'est aussi grâce à la création de liens sociaux qui permettent de diminuer l'isolement et de renforcer la socialisation (Ibid).

Prima Danse offre des ateliers de danse de groupe afin de stimuler les changements personnels grâce à ce dernier. En effet, à l'aide du groupe, les personnes sont amenées à conscientiser leur fonctionnement et leurs compétences individuelles. Le groupe permet de créer un espace d'apprentissage reposant sur les interactions où les personnes travaillent individuellement sur elles-mêmes.

Médiation culturelle et intervention sociale sont deux concepts qui visent le maintien ou la reconstruction de liens sociaux. C'est le seul point commun présent entre ces deux termes. Pour parvenir à cette finalité, il existe deux conceptions différentes de la médiation culturelle (Rasse, 2001). La première pense celle-ci comme une méthode de résolution des conflits menant au rétablissement des liens sociaux et à la résolution de la fracture sociale (Caune, 2017 ; Rasse, 2001). La seconde conception de la médiation culturelle souhaite l'adhésion des individus à la culture commune, ainsi des liens sociaux se créés et la cohésion sociale se trouve renforcée (Rasse, 2001). Cela passe par différents processus selon les auteurs. Au moyen de la médiation culturelle, les individus développent leurs droits citoyens grâce à la stimulation de l'esprit critique et de leur sensibilité pour ainsi intervenir dans le débat public et ainsi être pris en compte (Lafortune, 2012 ; 2015). Une perception divergente pense la médiation culturelle comme une mise en relation de l'individu avec lui-même et avec autrui rendue possible par la création d'un sens commun qui mobilise la collectivité et qui aboutit à un « vivre-ensemble » (Caune, 2015 ; 2018).

L'intervention sociale, bien qu'une de ses finalités soit la reconstruction de liens sociaux (Astier, 2019), se distingue entièrement de la médiation culturelle. L'intervention sociale est une relation de proximité, d'aide et d'accompagnement des individus et des communautés (Aballéa, 2000 ; Astier, 2019) dont le but n'est pas uniquement la création de liens sociaux. Le principe est d'agir pour améliorer le bien-être et les conditions de vie des personnes (Chénard et Grenier, 2012). Ainsi, il existe différents niveaux d'action. Elle peut être à l'échelle individuelle. Cela revient à accompagner une personne dans la résolution de ses problèmes personnels. Il s'agit de l'intervention individuelle (Drolet, 2013). L'intervention sociale s'effectue également au niveau collectif. Le but est d'accompagner un groupe, une collectivité ou une communauté dans une action collective et de parvenir au développement d'un pouvoir d'agir afin de résoudre un problème social. Il s'agit de l'intervention collective (Comeau, 2018 ; 2013). Enfin, l'intervention peut-être de groupe (Berteau, 2011). L'objectif est d'utiliser le groupe pour aboutir à des changements de comportement individuel. L'apprentissage s'effectue par les interactions.

Chapitre 2. Du maintien du lien social au sentiment d'inclusion sociale, de quelle façon la médiation culturelle procède-t-elle ?

Bien que Prima Danse fasse de l'intervention sociale, pour ce chapitre, ce sont des écrits portant sur la médiation culturelle qui vont être utilisés. Il est intéressant de rendre compte de la façon dont les médiations culturelles ou l'art peuvent soutenir le lien social et le sentiment d'inclusion. Prima Danse vise aussi le maintien du lien social. De cette façon, il est supposé que les possibilités de création de liens sociaux grâce aux médiations culturelles peuvent être similaires dans un contexte d'intervention sociale par la danse, car les enjeux sous-jacents sont proches bien que les finalités diffèrent.

2.1 Comment favoriser le maintien du lien social lors de médiations culturelles ?

L'enjeu sous-jacent de la médiation culturelle est la création d'un processus à double mouvement. Le premier est la réalisation d'identité individuelle, le second est la création d'une identité collective entre les personnes participantes à la médiation. Ces doubles mouvements ne s'opposent pas ni se confrontent, ils se complètent l'un l'autre et ont lieu en même temps pour à terme aboutir à la reconstruction de lien social.

2.1.1 De quelle façon la médiation culturelle favorise-t-elle la construction de l'identité individuelle ?

La médiation culturelle est souvent pensée pour ses effets. En d'autres termes, elle est définie par ses enjeux ou sa capacité d'action sur les individus. Les attentes à l'égard de la médiation culturelle sont proches d'un.e auteur.rice à l'autre. Rouxel définit la médiation comme « un outil favorisant la reprise de confiance en soi (estime de soi), l'émergence de nouveaux potentiels (sensibilité créative, esprit critique), d'habiletés sociales (esprit d'équipe, capacité relationnelle et de communication) » (Rouxel, 2014 : 129). La médiation culturelle a la capacité de faire émerger le sujet. « C'est-à-dire, faire apparaître une dimension sociale et collective de la personne et offrir un cadre lui permettant de développer une capacité réflexive caractéristique de son autonomie » (Younès, 2005 : 49). Sevilla et Mahyeux (2018) mettent en lumière d'autres bénéfices observés

lors d'une médiation théâtrale destinée aux jeunes. Ce sont des bénéfices tels que la prise de plaisir. Par exemple, il s'agit du plaisir à s'exprimer et à se divertir. Les conséquences des nombreux ateliers ne sont pas uniquement la prise de plaisir, les personnes participantes se sentent également valorisées, rassurées et légitimes de s'exprimer. De plus, elles acquièrent de l'autonomie et s'ouvrent sur le monde. Sur un plus long terme, une énergie positive se crée chez la personne participante l'amenant à modifier le regard qu'elle porte sur elle-même (Ibid).

L'enjeu sous-jacent aux effets de la médiation culturelle est la construction de l'identité individuelle. Il s'agit du premier processus créé par la médiation culturelle, d'autant plus que la construction de l'identité individuelle est l'une des exigences des sociétés individualistes où les identités individuelles prédominent sur les identités collectives (Younès, 2005). Alors, la médiation culturelle doit permettre à l'individu de devenir autonome pour qu'il puisse énoncer son « Je » au cœur d'un « Nous » (Ibid). Avant d'aborder la construction d'un « Nous », c'est-à-dire d'une identité collective, il est fondamental que l'individu développe de l'autonomie personnelle et s'affirme lors de rapport avec autrui. Car « vivre-ensemble » nécessite l'implication et la prise en compte du « Je » (Caune, 2015). Le « Je » engage l'individu dans sa singularité ainsi que les expériences qu'il vit. Pour parvenir à ce que la personne participante à la médiation arrive à se définir comme un être singulier, elle doit s'affranchir. « Ce qui est visé est de permettre par l'action elle-même à des hommes et des femmes de mieux s'appartenir en se saisissant d'une opportunité de confrontation à eux-mêmes et aux autres, au travers d'un médium » (Chaumier et Mairesse, 2017 : 32).

2.1.2 L'émergence d'une identité collective

Le second processus est la création d'une identité collective entre les personnes participantes à la médiation. L'objectif est de recréer du lien social. Le délitement des liens sociaux est dû à plusieurs facteurs provoquant de l'exclusion sociale et à la perte du sentiment d'appartenance collective (Caune, 2019). Dans les faits, selon Younès (2005), il s'agit de mener chaque personne participante à la prise de conscience de son univers normatif et de celui de l'autre. Ainsi, un espace de rencontre, une reconnaissance se crée ce qui permet d'établir le dialogue. Entrer dans l'espace de rencontre, c'est accepter de mettre de côté son système normatif et se laisser la possibilité de connaître l'autre. La conscientisation de l'existence de la multiplicité des systèmes normatifs est due à la capacité réflexive de chacun.e. La médiation met en lumière l'enracinement de l'individu au sein du collectif

(Ibid). Ce même processus, Rouxel (2014) le nomme « faire ensemble ». Ce terme implique la construction d'un esprit de groupe. Pour ce faire, chacune des personnes participantes doit réfléchir, remettre en question son système de référence et normatif afin de parvenir à une hybridation. Cela ne se fait pas sans tension, ce que Rouxel nomme « une lutte d'intérêts symboliques » (Ibid). À terme, l'hybridation permet la rencontre et l'articulation pour parvenir à un « faire ensemble ». Cette idée implique la présence d'une dimension collective.

La question du sens a son importance. L'enjeu de la médiation culturelle est de « participer à la production d'un sens qui engage la collectivité » (Caune, 2018 : 2). Le terme de collectivité désigne un groupe de personnes participant par exemple à une même activité. C'est par la fabrication d'un sens commun que le « vivre-ensemble » est possible (Caune, 2015). En effet, il est essentiel de créer un univers de références partagées entre les personnes participantes. Le sens est alors le résultat de l'échange entre les subjectivités de chacune des personnes, s'en suivront la construction de références partagées et une perception commune à partir de laquelle se formera un lien relationnel (Caune, 2018). « Vivre-ensemble » se définit comme « l'exigence de redonner un sens à l'expérience humaine et de lui permettre de (re) construire un Nous » (Caune, 2015 : 214). Il en résultera la formation du sentiment partagé de reconnaissance d'appartenance au groupe. « Tisser le lien social, c'est inventer des traits d'union, des espaces, des scènes d'énonciation où les individus produisent des lieux d'expression, des lieux de coopération, des lieux d'initiative » (Caune, 2019 : 218). La création de liens permet de percevoir autrement le monde vécu (Ibid).

Il existe des limites à la construction d'une identité collective et à la reconnaissance de cette dernière. Notamment le risque d'assignation identitaire. Ce risque peut avoir pour conséquence l'homogénéisation ou l'élaboration des identités de façon durable. L'individu ne sera plus perçu comme singulier, mais comme appartenant à un groupe, le danger du « misérabilisme » est présent (Pryen, 2014). De plus, en exigeant la construction du lien social sans passer par l'imposition, la médiation culturelle fonde sa pratique sur une dimension contradictoire et paradoxale. L'injonction à parvenir à une reconnaissance mutuelle est paradoxale puisqu'au travers de cette injonction s'impose une conception normative qui est de s'entendre, de se comprendre, d'apaiser les conflits avec l'autre (Servais, 2015). Enfin, il se trouve un enjeu politique à l'intérieur de la revendication de construction d'une conscience collective, un « Nous ». Commander à quelqu'un de se mettre à la place de l'autre et de s'approprier le système normatif de l'autre est politique. Se pose la question

de l'attribution des identités et de l'intégration de l'individu au sein du système de norme dominant (Servais, 2016).

La création de liens sociaux par le biais de médiations culturelles permet de pallier au délitement du tissu social. Toutefois, si les personnes participantes n'éprouvent pas un sentiment d'inclusion sociale, alors cette solution n'est que partielle. Néanmoins, l'art peut générer ce sentiment. C'est ce qui va être exploré à présent.

2.2 De quelle façon le sentiment d'inclusion sociale émerge-t-il lors du rapprochement de l'art au social ?

Lier l'art au social donne la possibilité de dépassement de l'objet de médiation pour agir directement sur les relations. Les personnes sont invitées à entrer en relation avec autrui de façon différente. Elles sont ainsi placées hors de leur zone de confort, cela impacte des représentations et les habitudes qu'elles avaient jusqu'alors (Bourassa-Dansereau, 2020). De plus, les arts permettent d'associer les dimensions artistiques et émotionnelles favorables à la création de solidarités (Grenier et Fournier, 2012). L'art suggère de réfléchir de façon différente sur son vécu et de dépasser les préoccupations immédiates (Ibid). Associer intervention sociale et processus créatif c'est permettre aux individus, et aux groupes, de prendre conscience et d'agir sur les situations qu'ils vivent (Bourassa-Dansereau, 2020). Cela est possible par la prise de parole, par la réflexivité et par les contre-discours qu'offre l'art. Plus globalement, tout comme l'intervention sociale, les processus créatifs contribuent à l'affirmation de l'identité individuelle et à la déconstruction des préjugés sociaux (Ibid).

Les ateliers d'intervention sociale par la danse lient dans un même temps l'art et le social. Le lien présent entre l'art et le social, permettant l'inclusion sociale, ne va pas de soi. En effet, ce n'est pas systématique qu'à l'issue d'atelier, soit généré le ressenti d'inclusion sociale. Pour cela, il est nécessaire de voir plus en détail quels sont les facteurs favorisant le sentiment d'inclusion sociale. Avant cela, il est essentiel de définir la notion d'inclusion sociale, déjà utilisée, mais pas définie. C'est une notion qui s'apparente à une finalité plutôt qu'à un processus. « L'inclusion signifie que les caractéristiques, les compétences ou les actions spécifiques d'une personne sont pertinentes pour un système social » (Strobl, 2015 : 2). En d'autres termes, il s'agit d'avoir le potentiel de participer à la société et d'être reconnu comme membre valorisé. Il existe de nombreuses formes

de participations comme la contribution culturelle, civique ou sociale, elle peut être individuelle ou collective. Un sentiment de légitimité et d'appartenance à la société se crée. Toutefois, cela n'implique pas nécessairement que les difficultés des individus soient solutionnées (Bouquet, 2015).

Les premiers facteurs d'inclusion sociale sont extérieurs à l'individu, il s'agit du collectif, du social et du culturel. « L'expérience esthétique », notion développée par John Dewey, permet de transformer le rapport au monde qu'ont les personnes. Cela est possible en suscitant de l'inattendu, en provoquant un changement dans les perceptions individuelles, au moyen de l'émergence d'émotions nouvelles (Weill, 2018). Corréler expérience esthétique et création artistique a le potentiel de faire émerger l'expression de soi au milieu des autres. De cette façon, s'exprimer au sein d'un groupe élimine les frontières pouvant exister entre soi et l'autre. Un univers normatif commun se constitue, l'individu se sent intégré au groupe (Ibid). Le cadre dans lequel a lieu la démarche est également important. La création d'un espace sécuritaire, accessible, au sein duquel les individus sont libres et non jugés est essentielle (Dubé et Belhadj-Ziane, 2020). L'enseignement horizontal, c'est-à-dire que les personnes participantes et l'enseignant.e sont sur un même pied d'égalité, et la cohésion du groupe sont deux autres éléments pouvant favoriser l'émergence du sentiment d'inclusion (Ibid).

Les facteurs individuels sont essentiels dans ce processus de création du sentiment d'inclusion sociale. Dubé et Belhadj-Ziane apprennent que les aspirations des personnes participantes sont l'élément majeur permettant le processus d'inclusion sociale. Les aspirations se trouvent être la source de transformation. Elles sont conditionnées à la fois par le social, les rôles sociaux et le personnel, les histoires individuelles. Parvenir à réaliser ses propres aspirations conduit à se libérer des contraintes sociales et à agir selon ses choix. Les ateliers de médiations culturelles donnent l'opportunité aux personnes participantes de vivre pour soi, grâce à la réalisation de leurs aspirations (Dubé et Belhadj-Ziane, 2020). Cela est possible, notamment, grâce à l'expression de soi. Pouvoir laisser s'exprimer la souffrance ou sa différence, c'est s'en libérer, car à terme elles se transformeront, ce que le ressenti ne permet pas (Weill, 2018).

Lorsque les facteurs extérieurs et individuels propices au sentiment d'inclusion sociale sont réunis, le sentiment d'inclusion n'est pas le seul à surgir. Les personnes participantes expriment un sentiment de bien-être physique et mental ressenti à l'issue des ateliers de médiation culturelle.

Elles éprouvent également un sentiment de confiance, de fierté et une plus grande affirmation de soi. Elles éprouvent de l'accomplissement au travers de la création artistique. Elles ressentent le sentiment de reconnaissance, la valorisation sociale. Ainsi, les contraintes sociales et personnelles ont pu être dépassées (Dubé et Belhadj-Ziane, 2020). L'objectif n'est pas uniquement de parvenir au sentiment d'inclusion, c'est aussi accéder à un épanouissement personnel tout en faisant partie d'un collectif. En acquérant de la confiance en soi, les possibilités d'émancipation augmentent (Weill, 2018).

Les liens sociaux et le sentiment d'inclusion sociale sont favorisés par l'art au moyen d'un double processus. D'une part, il y a la réalisation d'une identité individuelle (Caune, 2015 ; Younès, 2005) qui s'opère par l'autonomie, afin d'exister individuellement au sein de la collectivité. Ensuite, il y a la création d'une identité collective qui est permise par la création de lien social favorisé par la rencontre de l'autre. Ainsi, une reconnaissance de l'autre s'instaure pour établir un dialogue permis par la mise de côté de son système normatif individuel (Rouxel, 2014 ; Younès, 2005). À terme, un sentiment d'inclusion sociale peut apparaître avec à la fois « l'expérience esthétique » qui transforme l'expérience au monde qu'ont les personnes et avec l'émergence de l'expression de soi au sein du collectif favorisé par la création artistique (Weill, 2018). L'un des objectifs de ce mémoire sera de déterminer si les ateliers observés permettent ce double processus aboutissant à la création de liens sociaux et au sentiment d'inclusion sociale.

Chapitre 3. La danse en tant que médium d'intervention

Pour ce mémoire, l'intérêt est porté sur la danse comme médium d'intervention. Il est essentiel de distinguer la danse de la danse thérapie pour parfaitement comprendre l'activité des ateliers qui ont été observés. Ensuite, aborder la place du corps est incontournable, notamment parce que c'est un l'outil fondamental de la danse. Enfin, les effets collectifs et individuels de la danse seront explicités pour permettre de rendre compte du potentiel de la danse lorsqu'elle est utilisée comme médium.

3.1 La danse comme médium d'intervention sociale ou de thérapie

La danse est un art pouvant être utilisé à des fins de médiation culturelle ou d'intervention sociale. Plusieurs initiatives ont déjà été documentées dans le cadre d'autres recherches. Joanna Mansour, étudiante en maîtrise de sociologie à l'Université de Montréal, a réalisé en 2011 un mémoire sur « la danse comme outil d'intervention sociale ». Elle étudie de quelle façon les jeunes, vivant dans des quartiers populaires à Montréal, parviennent à se bâtir un espace d'autonomie alors qu'ils sont pris dans un rapport de pouvoir notamment à l'égard de la culture dominante et de la culture adulte. Pour parvenir à cela, elle étudie une session de 10 ateliers de danse qui ont lieu dans une salle commune de logements sociaux à Montréal. Les ateliers sont animés par une intervenante et un professeur de danse et la danse est utilisée dans un but d'intervention social. Les personnes participantes à ces ateliers sont de jeunes amateurs de danse vivant dans les logements avoisinants la salle. Pour parvenir à ses fins, la chercheuse prend pour perspective la perception qu'ont les jeunes de leur expérience et elle analyse les dynamiques présentes entre les différents acteurs présents aux ateliers. Son enquête montre que les jeunes créent, parallèlement à ce qui est demandé par le professeur, un espace de créatif collectif et informel. En se construisant un espace d'autonomie, les jeunes attribuent un sens différent à celui qui était proposé par le professeur. De cette façon, ils résistent à divers éléments dictés par l'adulte, tout en respectant le cadre. De plus, l'attribution d'un nouveau sens correspond, selon Joanna Mansour, au détournement du pouvoir dominant. Enfin, elle révèle que les ateliers ont favorisé les liens sociaux entre jeunes.

Les ateliers étudiés par Mansour (2011) sont fréquentés par des « jeunes amenés à vivre des inégalités », pourtant, le concept d'inégalité sociale n'est pas central dans cette enquête. Elle porte

d'avantage sur la culture, et plus spécifiquement sur la culture juvénile et populaire. De ce fait, l'autrice questionne, au travers de la culture, les rapports de pouvoir présents entre groupes sociaux. Si la notion d'*empowerment* n'est pas explicitement utilisée, la construction d'un espace d'autonomie par et pour ces jeunes ainsi que leurs pratiques de résistance font écho à une certaine dimension décisionnelle (McAll, Fournier et Godrie, 2014). De même, l'étude souligne l'importance de l'aspect relationnel de ce type d'intervention.

Alvaro Morell Bonet, artiste chorégraphe et danse-thérapeute, et Patrick Berger (2020), photographe, se sont également intéressés à l'intervention sociale par la danse. Pour cela, ils ont associé la danse à la photographie lors d'un projet artistique durant trois ans. Ce projet est mené dans un hôpital psychiatrique français avec des personnes atteintes de schizophrénie. Des ateliers de danse étaient proposés au sein desquels des photos étaient prises. Morell Bonet et Berger s'interrogent sur l'expérience corporelle vécue par les personnes participantes, l'extériorisation permise par l'image et sur les répercussions sociales que cela peut avoir. Leur but au travers de ces ateliers est d'offrir une expérience corporelle au travers de laquelle les personnes se libèrent et se réapproprient leur corps. Grâce à la prise d'image, ils peuvent constater l'extériorisation du ressenti de chacun. Avec des dernières, les personnes développent une autre image d'elles-mêmes. Elles ont aussi pris du plaisir et elles ont rencontré de nouvelles personnes. L'exposition des photos a permis de les rendre visibles, ceci a instauré des échanges avec l'extérieur de l'hôpital permettant ainsi la diffusion d'image témoignant de la réalité. Par ailleurs, grâce aux regards des autres, les personnes participantes ont éprouvé de la reconnaissance et de la valorisation.

L'utilisation de l'image est pertinente dans ce type de projet artistique, car elle donne à voir, matérialise et fige dans le temps l'évolution des personnes participantes. De cette façon, la transformation physique des personnes est observable. Par ailleurs, les photos réalisées permettent aux personnes de se voir et ainsi d'avoir une image différente d'elles-mêmes. La photographie et les observations réalisées pendant les ateliers sont les matériaux principaux utilisés pour l'analyse, la perception et l'expérience vécue des personnes participantes ne sont pas interrogées lors d'entretiens. Dans la recherche menée par Morell Bonet et Berger (2020), l'angle d'analyse est placé sur les personnes atteintes de schizophrénies vivant dans un hôpital psychiatrique. Les relations asymétriques entre patient.e.s et personnel soignant ne sont pas questionnés, par

conséquent les rapports de formation entre les positions occupées par le rôle du soignant.e et le rôle du soigné.e ne sont pas mis en lumière.

Pour sa part, Christine Roquet (2015) questionne comment la danse peut initier de nouvelles relations humaines et ainsi devenir un geste politique. En effet, la danse, en étant un art du partage, fonde un outil intéressant pour questionner « l'être ensemble ». Pour mener à bien son enquête, deux terrains ont été réalisés en France : le premier lors d'ateliers de danse donnés dans une maison de retraite, le second lors d'un bal durant la semaine de sensibilisation au handicap. L'idée sous-jacente est de rendre accessible la danse à des publics « oubliés » tels que les personnes âgées ou avec des handicaps. Au travers de sa recherche, elle a étudié les aspects relationnels et émotionnels de la danse, dans un contexte d'intervention sociale, en prenant en compte la réalité physique et sensible des personnes participantes. La danse favorise les gestes « relationnels » amenant à la reconnaissance de l'autre. Ainsi, la danse, en offrant une expérience de partage du sensible, permet de repenser sa relation à l'autre. Dans le cas de son enquête, les personnes en situation de handicap ou âgées par exemple, sont perçues comme étant égales aux autres, dans le cas de la maison de retraite, égales au personnel soignant. En ce sens, la danse peut-être un geste politique en permettant de redéfinir les relations intersubjectives.

Dans cette enquête menée par Christine Roquet (2015), le choix est d'adopter comme perspective les rapports intersubjectifs entre personnes avec un handicap et personnes valides, ou encore entre personnel soignant et personnes âgées. De l'importance est accordée aux ressentis des personnes, à la gestuelle, aux interactions et au sensible qui sont favorisés par la danse. C'est à ce niveau que se situe, pour cette autrice, le pouvoir d'agir des « personnes qui ont en commun de se confronter à un isolement certain : personnes vulnérables, prisonniers, handicapés, “fous”, “vieux”... ce qui caractérise leur situation n'est autre que l'invisibilité sociale dans laquelle ils sont tenus » (Ibid. : 1). Si l'autrice envisage bien une dimension sociale et politique de ces ateliers, ceux-ci sont davantage analysés à travers les relations intersubjectives que sous l'angle des rapports sociaux.

Sophie Le Coq (2020) étudie également la dimension relationnelle présente lors d'ateliers d'intervention sociale par la danse en France. Elle interroge la distribution des rôles et des statuts en prêtant attention aux relations sociales entre les membres lors des ateliers de danse. Le premier terrain a eu lieu avec des femmes au chômage, le second a lieu avec des patients et le personnel soignant d'un hôpital psychiatrique. Elle observe que lors du premier terrain, les artistes

intervenantes se font ôter de leur rôle d'animation. Il résulte de son étude qu'en art, comme dans les autres domaines, les statuts et rôles sociaux différenciés sont visibles et ils font partie intégrante. Bien que les statuts et les rôles sociaux soient étudiés dans l'article de Le Coq (2020), les rapports sociaux entre groupes sociaux ne sont pas pris en compte.

D'autres auteurs ont eu pour objet de recherche la danse, mais plutôt dans une perspective thérapeutique. La danse-thérapie attribue une fonction thérapeutique à la danse, car c'est un puissant mobilisateur psychique (Lesage, 2009). La danse-thérapie se définit par :

l'utilisation de différentes formes de communication non verbale et dans une perspective thérapeutique, d'une attention et un soutien à un processus d'intégration des différentes composantes de la personne. Ce processus est graduel, respectueux des temps et des possibilités et des ressentis subjectifs du sujet. Ces éléments peuvent favoriser l'activation et la progressive prise de conscience du processus thérapeutique, en le soutenant dans son déroulement dans le temps, tout en posant les bases pour des changements plus significatifs et mesurables. (Puxeddu, 2017 : 161)

En d'autres termes, la danse-thérapie contribue au développement de la personne grâce à l'usage du mouvement favorisant la découverte de soi-même, de son corps et de ses aptitudes expressives (Puxeddu, 2017). Les ateliers observés dans le cadre de ce mémoire ne sont pas à considérer à proprement parler comme de la danse-thérapie. Toutefois, plusieurs éléments évoqués en danse-thérapie sont intéressants. Que ce soit à des fins thérapeutiques ou dans un objectif d'intervention sociale, la danse est utilisée en tant que médium, cependant, les finalités attendues sont différentes. Avant de déterminer les effets de la danse, il est essentiel de préciser et d'expliquer le rôle qu'a le corps.

3.2 Quelle place a le corps en danse ?

Le corps, évoqué par Hampartzoumian (2004), a un rôle capital dans la danse. Mais avant de déterminer son rôle, il est fondamental de débiter par la place du corps dans les sociétés occidentales. Ce dernier est un produit social, producteur et vecteur de sens lors des échanges et des pratiques sociales (Le Breton, 1985). Le Breton (1985), le considère comme un « support matériel ». Plus globalement, par le biais du corps, l'individu s'insère dans un espace social et culturel grâce aux sociabilités corporelles (Ibid). Ces dernières sont socialement construites et permettent de ritualiser les conduites corporelles collectives. Se produit alors un « effacement

ritualisé des corps» (Ibid). C'est-à-dire que le corps, à cause des automatismes et de la reconnaissance mutuelle, subit un effacement de sa présence dans la conscience des individus.

Le corps n'est pas le seul à être normalisé, les émotions le sont aussi. Des modèles les régissent pour permettre leur expression de façon conventionnelle (Ibid). En d'autres termes, l'individu intériorise des normes de conduite afin de contenir d'éventuels excès. Face à ces différents phénomènes qui conditionnent le corps et les émotions, la danse a-t-elle un rôle à jouer ?

Contre « l'effacement ritualisé du corps » est une nécessité pour Faubert-Guay (2018). Cela passe par une invitation à la création de nouveau mouvement offrant de nouvelles sensations et de nouvelles manières d'être au monde. De cette façon, le mouvement devient subversif et imaginatif en rompant avec la gestuelle normalisée. « C'est en créant du mouvement et en dépliant les corps que la danse s'oppose au mouvement normatif » (Ibid: 50). Ainsi, la danse permet à l'individu de se reconnecter à son corps et de développer une conscience du corps. De plus, la danse permet l'expérience d'exprimer ses émotions hors d'un cadre symbolique prédéfini. L'individu est alors libre de ressentir et d'exprimer ses émotions telles qu'il le souhaite.

Pour parvenir à cela, il existe des médiations corporelles. Ces dernières recourent à des pratiques corporelles expressives telles que la danse et offrent la possibilité d'accompagner les personnes participantes à explorer leur relation au corps ainsi qu'avec autrui (Lesage, 2021). « Les techniques convoquées soutiennent ces dispositifs qui mettent en jeu le corps dans le mouvement, l'expression, l'interaction, pour mobiliser du psychisme, pour symboliser, dans un cadre relationnel » (Ibid : 40). L'objectif premier est d'effectuer un travail de symbolisation et de créer des relations interpersonnelles. De cette façon, la médiation corporelle focalise et oriente le corps dans le but que ce qui est vécu soit support de transformation (Potel, 2019). La danse offre une expérience physique ainsi que collective. De cette façon, le corps devient le centre exultant de la présence de la personne à elle-même, à autrui et au monde (Hampartzoumian, 2004). Ainsi, l'expérience collective offerte par la danse se matérialise, s'observe de façon concrète en ayant des effets sur les individus et le collectif. Il est légitime de se demander comment la danse rend cela possible. C'est ce qui va être expliqué.

3.3 Quels sont les effets de la danse ?

3.3.1 Quelles sont les retombées collectives ?

Les retombées de la danse lorsqu'elle est destinée à un usage social sont expliquées par France Schott-Billmann dans son livre *Le besoin de danser* (2001). L'autrice désigne toutes les danses immanentes des individus non professionnels par le vocable de « danses populaires ». Ce terme peut s'appliquer à toutes les pratiques dansées et créées de façon spontanée. La mission fondamentale des danses populaires est de créer et d'entretenir le tissu social. La danse a ce pouvoir d'ouvrir à l'altérité. En recevant la musique, le corps se met en mouvement, aussi minime soit-il, par exemple tapoter du pied. Inconsciemment, en se mettant en mouvement, le danseur ou la danseuse capte les mouvements de l'autre et les imite. Une réciprocité s'instaure lorsque chacun.e reçoit le mouvement de l'autre. Le danseur ou la danseuse est inscrit.e dans un mécanisme à la fois de réception et dans le même temps, de don, de démonstration de ses capacités. Il est possible de laisser s'exprimer sa singularité tout en acceptant de reproduire les codes collectifs. En effet, même au sein des danses populaires, des règles et des codes sont présents, chacun.e des danseur.se.s doit les respecter, il peut s'agir par exemple de respecter le rythme de la musique. Le partage d'un cadre commun est le compromis à réaliser pour éprouver le sentiment d'appartenance au groupe. Schott-Billmann explique que l'expérience de la danse dévoile deux niveaux d'altérité. Le premier désigne le partenaire avec qui l'on danse, la communication se fait de façon horizontale. Et le second est l'Autre, il s'agit de l'imposition verticale de cultures, de systèmes normatifs. La différenciation individuelle se fait par l'expression de son propre style. Danser a de l'importance dans la construction identitaire (Ibid).

Certain.e.s auteur.rice.s se sont appuyés sur les connaissances théoriques de Schott-Billmann lors de leurs recherches et ont permis l'émergence de quelques éléments complémentaires. La danse ainsi que la musique sont vectrices de rencontre (Treich, 2013). En effet, les gestes dansés effectués sont relationnels et non fonctionnels (Roquet, 2015), c'est-à-dire que l'expérience corporelle vécue donne lieu à un rapprochement des différents membres, elle sert à communiquer (Morell Bonet et Berger, 2020). De cette façon, la danse est pourvue d'une fonction de liaison (Treich, 2013) et contribue à l'inscription individuelle au sein d'un collectif (Weill, 2018). En résulte la naissance du sentiment d'appartenance au groupe (Weill, 2018) tout en soutenant l'expression de soi, de sa différence en concordance avec le groupe (Treich, 2013). Cela résulte de processus d'imitation

(Potel, 2006). Dans le déroulement d'ateliers de danse, les personnes montrent ce qu'elles font et reproduisent ce qu'elles voient, c'est un jeu de miroir (Ibid) qui permet de partager, comparer et échanger avec les autres (Treich, 2013).

3.3.2 Quelles sont les retombées individuelles ?

La danse a également des bénéfices sur l'individu. Ils peuvent être proches ou similaires à ceux de la médiation culturelle. Ces derniers ont été recensés grâce à la lecture d'articles scientifiques qui faisaient état d'expérience déjà menée utilisant la danse comme outil d'intervention que ce soit social ou thérapeutique.

Les premiers apports de la danse sur l'individu sont physiques. Lucy Vincent a écrit un livre à ce propos qui s'intitule *Faites danser votre cerveau !* (2018). Au sein de ce dernier, elle explique que le mouvement dansé réunit plusieurs aptitudes, par exemple l'équilibre, un travail cognitif, un travail musculaire, de la coordination et de l'expressivité. Le travail musculaire provoque inévitablement des transformations physiques telles que le réveil de l'agilité, le développement de la souplesse, l'augmentation de la mémorisation et de la concentration et la stimulation cardiovasculaire. À terme, la personne participante aura une connaissance meilleure de son corps, cela favorise le sentiment de contrôle de ses capacités.

Lors de la pratique de la danse, effectuer de nouveaux mouvements génère de nouvelles sensations, le schéma corporel de la personne et l'image qu'elle a de son corps se trouvent imbriqués (Potel, 2006). Cela est rendu possible grâce à la rencontre sensible que la personne a faite avec elle-même (Weill, 2018). En découle la réappropriation de son corps (Morell Bonet et Berger, 2020) et une révélation, une prise de conscience de la personne sur elle-même (Weill, 2018 ; Potel, 2006 ; Vincent, 2018). Ainsi, l'image de soi se trouve transformée, elle devient positive (Morell Bonet et Berger, 2020 ; Vincent, 2018) et la personne s'aperçoit qu'elle peut créer, être, rêver et penser (Weill, 2018 ; Morell Bonet et Berger, 2020). Cela est possible par l'expression de soi, de sa différence que favorise la danse (Treich, 2013 ; Potel, 2006 ; Weill, 2018 ; Vincent, 2018) et la valeur communicationnelle de cette dernière (Potel, 2006).

De plus, lorsque la danse est pratiquée pour le plaisir, les ressentis intérieurs du danseur ou de la danseuse se transforment. Par exemple, il ou elle se détend, s'apaise, s'anime, rit (Vincent, 2018), il ou elle ressent aussi du plaisir et de la joie à bouger (Roquet, 2015). Ces effets sont instantanés,

à plus long terme, la personne deviendra plus créative (Vincent, 2018 ; Weill, 2018), car cette dernière est stimulée durant les ateliers de danse (Potel, 2006). L'imaginaire se trouve également développé (Weill, 2018). Enfin, le monde de la danse rend accessible d'autres espaces par exemple imaginaires ou des rencontres (Potel, 2006). Ainsi, la personne voit son rapport au monde évoluer. Sa perception change, elle fait preuve d'une plus grande ouverture et son champ des possibles s'accroît (Vincent, 2018 ; Weill, 2018).

À long terme, l'intervention sociale par la danse offre une subversion des possibles (Weill, 2018), rendue accessible par la stimulation de la subjectivité et de la créativité. La danse accroît les ressources du corps en transgressant les injonctions auxquelles il est confronté (Ibid). Cela génère un processus d'individualisation de la personne participante (Weill, 2018 ; Treich, 2013) ainsi qu'un renforcement de l'identité (Weill, 2018). Plus largement, un processus d'émancipation se crée (Ibid) pouvant conduire au développement du pouvoir d'agir des personnes participantes (Roquet, 2015 ; Vincent, 2018 ; Weill, 2018).

Danser peut permettre de découvrir une nouvelle relation avec son corps comme mode de relation sociale. En effet, le corps en occupant une place centrale dans les sociétés occidentales (Le Breton, 1985) offre une sociabilité corporelle. Ainsi, par le mouvement, la danse offre de nouvelles sensations et de nouvelles manières d'être au monde. Les retombées sont une reconnexion au corps et l'expression des émotions, en plus des apports physiques (Vincent, 2018) et de la transformation de l'image de soi (Morell Bonet et Berger, 2020). La danse permet aux personnes d'explorer d'une part leurs relations au corps, et d'autre part leurs relations à autrui (Lesage, 2021). Pour Schott-Billmann (2001), la danse crée et entretient le tissu social en ouvrant celles et ceux qui la pratique à l'altérité. De cette façon, les personnes qui dansent s'inscrivent individuellement au sein d'un collectif (Weill, 2018). Ceci génère d'une part, un sentiment d'appartenance au groupe (Ibid) tout en favorisant l'expression de soi (Treich, 2013) et d'autre part, un processus d'individualisation de la personne participante se crée (Weill, 2018 ; Treich, 2013). Il s'agit des finalités souhaitées par Prima Danse.

Parmi les auteur.rices qui étudient la danse comme médium d'intervention, deux grandes tendances apparaissent. Une grande partie des auteur.rices traitent des effets individuels et collectifs de la danse (Billmann, 2001 ; Lesage, 2021 ; Morell Bonet et Berger, 2020 ; Potel, 2006 ; Roquet, 2015 ; Treich, 2013 ; Vincent, 2018 ; Weill, 2018). D'autres autrices s'intéressent aux interactions et aux

relations intersubjectives lors d'ateliers de danse (Le Coq, 2020 ; Mansour, 2011 ; Roquet, 2015). Seule Mansour (2011) questionne à la fois les relations sociales interindividuelles et les rapports sociaux entre groupes sociaux. Par ailleurs, elle choisit d'adopter la perspective des personnes participants à son mémoire, en réalisant des entretiens dans le but d'interroger leur expérience. De ce fait, il s'agit de l'autrice aux intentions les plus proches de cette recherche. Pour autant, son axe d'étude est la culture. Plus précisément, elle étudie au travers de la culture les rapports de pouvoir entre groupes sociaux. Pour ma part, je choisis d'adopter comme axe de recherche les inégalités sociales et le bien-être pour déterminer les effets de l'intervention sociale par la danse sur ces derniers. Ceci nécessite également d'étudier les rapports sociaux au travers de la relation entre intervenantes et personnes participantes.

En synthèse de cette première partie, l'intervention sociale vise une amélioration du bien-être et des conditions de vie (Chénard et Grenier, 2012) des individus et des communautés grâce à une relation d'accompagnement de proximité (Aballéa, 2000 ; Astier, 2019). L'intervention sociale a différents niveaux d'action notamment auprès des groupes. L'intervention de groupe favorise la création d'un espace d'apprentissage grâce aux interactions, menant les personnes à réaliser des changements de comportements individuels (Berteau, 2011). Ainsi, ce type d'intervention est favorable au développement de connaissances, à la confiance en soi et à la création de liens sociaux réduisant l'isolement social (Ibid). La création de liens sociaux et le sentiment d'inclusion sociale sont deux enjeux présents à la fois en médiation culturelle et en intervention sociale. Pour parvenir à cela, la littérature fait ressortir un double processus. Il y a à la fois la réalisation d'une identité individuelle (Caune, 2015 ; Younès, 2005) et la création d'une identité collective (Rouxel, 2014 ; Younès, 2005) grâce à la rencontre de l'autre. L'aboutissement de ce double processus est le développement d'un sentiment d'inclusion sociale permis par l'expression de soi au sein du collectif soutenu par la création et l'expérience artistique (Weill, 2018). La danse est une expérience artistique souvent utilisée en intervention sociale. La place du corps en danse est capitale. Celle-ci est régulièrement étudiée au travers de la relation que la personne entretient avec elle-même et autrui (Faubert-Guay, 2018 ; Hampartzoumian, 2004 ; Lesage, 2021 ; Potel, 2019). Les relations personnelles et intersubjectives (Le Coq, 2020 ; Mansour, 2011 ; Roquet, 2015) sont, avec les effets individuels et collectifs de la danse (Billmann, 2001 ; Lesage, 2021 ; Morell Bonet et Berger, 2020 ; Potel, 2006 ; Roquet, 2015 ; Treich, 2013 ; Vincent, 2018 ; Weill, 2018), deux grands axes de recherche en intervention sociale par la danse. Cette recherche emprunte à chacun

de ces axes. Ces derniers sont appliqués aux inégalités sociales et aux bien-être vécus par les personnes participantes puisqu'il s'agit de l'angle de recherche de ce mémoire. De plus, les rapports sociaux entre groupes sociaux font également partie intégrante. Après avoir brossé un portrait de la littérature existante, dans laquelle s'ancre cette recherche, il est essentiel de joindre à cela un cadre conceptuel qui fournira différents concepts nécessaires à l'analyse.

Partie 2. Cadre conceptuel

Le chapitre à venir est le cadre conceptuel sur lequel repose ce mémoire. Les prochaines pages vont présenter les différents concepts à partir desquels l'analyse va pouvoir être faite. Parmi ces derniers, ceux d'inégalités sociales et de bien-être seront centraux. Dans un premier temps, c'est le concept de vulnérabilité qui va être explicité. Ce dernier sera analysé sous l'angle des inégalités sociales, cela implique de mobiliser le concept de rapports sociaux. Une mise en relation sera effectuée entre le concept d'inégalités sociales et ceux de bien-être et de solitude. Par la suite, ce sont deux concepts qui font la paire qui vont être éclaircis, il s'agit de l'*empowerment* et du pouvoir d'agir. De cette explication découleront les concepts de norme, de valeur et de morale afin de correctement les distinguer les uns des autres. Enfin, le concept de justice sociale et plus précisément celui de la reconnaissance sera précisé.

Chapitre 4. Présentation des concepts et de la problématique

4.1 Inégalités sociales et bien-être

L'organisme Prima Danse opère auprès de différentes « clientèles » dites vulnérables : personnes âgées, personnes ayant des problèmes de santé mentale, en situation d'itinérance ou de handicap, etc. Dans cette analyse, la notion de vulnérabilité (Soulet, 2005) est analysée sous l'angle des inégalités sociales. Ainsi, la vulnérabilité découle de rapports sociaux inégalitaires liés au statut social, au genre, à l'origine, à l'état de santé, à l'âge, entre autres (Bihl, 2008 ; Bilge, 2009 ; Kergoat, 2010 ; McAll, 2017).

La vulnérabilité se comprend dans la relation qu'entretient un individu, ou un groupe, ayant des particularités, avec une société valorisant la capacité à agir par soi-même (Soulet, 2005). La vulnérabilité se comprend à partir de deux positions différentes. D'une part, est vulnérable une personne étant dans l'impossibilité ou dans l'incapacité à pouvoir devenir un « individu », c'est-à-dire un individu ne pouvant pas participer activement à la vie collective ou ne pouvant pas se gérer soi-même. D'autre part, une personne est vulnérable lorsqu'elle ne parvient pas à acquérir le statut d'actrice normative, capable de participer à la production du système normatif (Ibid.). Toujours pour ce même auteur, la vulnérabilité est universelle du fait que tous les individus peuvent « être blessés ». Toutefois, la vulnérabilité ne résulte pas uniquement des spécificités personnelles ni des particularités d'une population (Ibid.). Il existe différents types de vulnérabilité, elle peut être financière, psychologique, énergétique, sociale et sanitaire (Ibid.). Plusieurs caractéristiques composent la vulnérabilité (Ibid.). Tout d'abord, elle relève de la possibilité, du potentiel, c'est-à-dire qu'elle n'est pas encore matérialisée et de ce fait, les personnes ont la capacité d'agir pour l'éviter ou l'atténuer. Ensuite, la vulnérabilité est relationnelle. En d'autres termes, elle dépend d'un contexte au sein duquel les individus s'insèrent. Enfin, la vulnérabilité est structurelle. Tous les individus ne sont pas égaux face aux dispositifs de protection de la même façon qu'ils ne sont pas égaux dans leur exposition aux risques. Alors, la vulnérabilité est intrinsèquement liée aux inégalités sociales (Ibid.). Les inégalités sociales ont un impact sur la vulnérabilité. Tous les individus ne disposent pas des mêmes ressources pour satisfaire ou correspondre aux attentes sociétales (Ibid.). Les facteurs sociaux sont à prendre en compte. La vulnérabilité est commune à tous les individus, mais tous ne sont pas égaux face à cette dernière (Ibid.). Les inégalités sociales,

qui viennent d'être évoquées, sont un sujet saillant des études sociologiques. Avant d'expliquer ce que sont les inégalités sociales, il faut déterminer ce que sont les rapports sociaux.

Les rapports sociaux peuvent être définis comme une « tension » (Kergoat, 2010). Autour de cette dernière, se développent des enjeux, tels que l'appropriation des ressources, pour lesquels des confrontations ont lieu pour se les approprier. Cette confrontation contribue à former les groupes sociaux. « Les groupes sociaux se créent autour de ces enjeux par la dynamique des rapports sociaux » (Ibid. : 62).

Il existe différents types de rapports sociaux, par exemple les rapports sociaux de genre, les rapports sociaux de classe ou les rapports sociaux interethniques. Ils ne sont pas indépendants les uns des autres, ils sont « consubstantiels » (Ibid. : 62). Ainsi, ensemble, ils forment et structurent la société. Ils se reproduisent dans le temps en générant des savoirs qui les soutiennent. Les rapports sociaux sont par définition inégalitaires et produisent des inégalités. En effet, ils produisent différentes sortes de « racisme », « racismes de l'exclusion, du corps et de l'esprit » (McAll, 2017 : 104) qui cadrent les actions des individus. De plus, ils contiennent des préjugés qui, dans les faits, se manifestent par « des traitements différentiels qui structurent les inégalités sociales » (Ibid. : 104). En d'autres termes, les inégalités sociales sont construites par les groupes sociaux qui agissent de façon à exclure les personnes n'appartenant pas au groupe (Ibid.).

Les inégalités sont définies par Bihl et Pfefferkorn (2008) comme « le résultat d'une distribution inégale, au sens mathématique de l'expression, entre les membres d'une société, des ressources de cette dernière, distribution inégale due aux structures mêmes de cette société et faisant naître un sentiment, légitime ou non, d'injustice au sein de ses membres » (Ibid. : 8). Les ressources inégalement distribuées peuvent être matérielles, politiques, symboliques ou sociales. Les inégalités se déterminent, se régénèrent réciproquement et interfèrent entre elles, de cette façon elles forment un système (Ibid.). Par conséquent, elles sont constitutives d'un processus cumulatif qui aboutira à une polarisation des positions sociales. Ainsi se crée une structure permanente et capable de se perpétuer dans le temps. Pour Sirma Bilge (2009), l'organisation sociale actuelle génère des dynamiques structurelles multiples, interactives et articulées, comme le racisme ou le sexisme. Ces dernières se répercutent sur le vécu des individus et participent à perpétuer un système social inégalitaire. Ainsi, les individus vivent rarement une seule inégalité, car elles sont cumulatives et concomitantes. Il existe différentes sortes d'inégalités comme les inégalités de

pouvoir, de savoir ou d'accès (Bihl, Pfefferkorn, 2008). Les inégalités sociales sont définies comme le résultat de plusieurs facteurs sociétaux qui s'entremêlent et impactent l'individu, elles ne sont pas pensées comme relevant uniquement de la responsabilité individuelle.

Les inégalités peuvent avoir un impact sur le bien-être des personnes participantes. Pour Christopher McAll et ses collègues, il existe cinq dimensions déterminantes du bien-être individuel (McAll, Fournier et Godrie, 2014). Ces cinq dimensions ont été déterminées à partir de l'expérience qu'ont des auxiliaires prodiguant des soins à domicile, mais aussi à partir de la perception qu'ont les personnes âgées recevant ces services. Leurs expériences révèlent qu'elles prennent en compte cinq dimensions lorsqu'il s'agit de déterminer le bien-être des patients. Il s'agit des dimensions corporelle, matérielle, relationnelle, décisionnelle et temporelle. Ces dernières permettent d'intervenir auprès d'une personne dans une « approche globale » (Ibid), c'est-à-dire qu'une intervention doit tenir compte de ces cinq dimensions, qui sont composantes de la vie de la personne, pour la penser dans sa « globalité » (Ibid). Le contexte d'élaboration de ces cinq dimensions ne correspond pas à cette recherche. Pour autant, il est pertinent de l'utiliser, car elle peut s'appliquer à d'autres personnes que celles ayant besoin de services à domiciles. En effet, « les conditions matérielles de vie et du logement, de l'insertion ou non de la personne dans un réseau de relations, de l'importance pour elle de pouvoir prendre ses propres décisions et du « sens » qu'a sa vie pour elle sur la longue durée (composée de ses souvenirs, de sa vie au temps présent, de son anticipation de moments futurs) » (Ibid. :4) sont des dimensions essentielles de la vie en société.

La distribution inégale des ressources matérielles peut avoir des répercussions sur le bien-être de la personne (McAll, Fournier et Godrie, 2014). De plus, les inégalités étant cumulatives, les inégalités d'ordre matériel peuvent engendrer d'autres inégalités, comme des inégalités sociales qui se traduisent par un accès différencié au soin ou des difficultés à trouver un travail. Cela a de nombreuses conséquences sur le corps, la santé et les relations sociales. Ici encore ce sont des catégories constitutives du bien-être.

Les inégalités sociales n'ont pas uniquement un impact sur le bien-être. La solitude, elle aussi, a un lien complexe à ces dernières (Van de Velde, 2020). La confrontation à la solitude affecte en priorité les personnes les plus défavorisées. De plus, le délitement des liens sociaux et l'isolement sont des facteurs d'inégalité. Les personnes les plus défavorisées y sont exposées de façon accrue

alors que d'autres tranches de la société en sont protégées (Paugam, 2018a). En d'autres termes, le sentiment de solitude est interdépendant des conditions de vie. Cela s'explique par une accumulation des difficultés auxquelles sont confrontées les personnes vulnérables (Ibid.). « L'expérience sociale de la solitude résulte principalement d'un processus de perte cumulative des multiples « attachements » qui nous relient aux autres et à la société » (Paugam, 2019 cité par Van de Velde 2020). Ainsi, la solitude ne touche pas seulement une catégorie de personne, c'est une caractéristique commune à de multiples parcours de vie dans les sociétés occidentales contemporaines (Van de Velde, 2020). Il en existe plusieurs dimensions selon Cécile Van de Velde (2018). La première est résidentielle. Cela correspond à « vivre seul », c'est un mode de vie choisi, ou non. La seconde dimension de la solitude est relationnelle. Elle caractérise le manque ou l'absence de relation sociale, c'est « être seul ». Dans ce cas, la solitude signifie isolement social. La différence entre la solitude et l'isolement c'est que la première est choisie et n'entraîne pas nécessairement de souffrance (Leclercq, et coll, 2022). Enfin, la dernière dimension est la dimension expérientielle. C'est-à-dire que les individus ont des liens sociaux qui sont source de solitude, cela revient à « se sentir seul ». Dans ce cas-là, ce sentiment de solitude est déterminé subjectivement par l'individu. L'un des questionnements de ce mémoire porte sur la capacité des ateliers à briser la solitude (Paugam, 2018 ; Van de Velde, 2018 ; 2020) vécue par les personnes participantes en favorisant la création de liens sociaux (Caune, 2019 ; Paugam, 2018b) pouvant mener à un sentiment d'appartenance au groupe (Caune, 2015 ; 2019 ; Rouxel, 2014).

À partir des éléments théoriques qui viennent d'être présentés, la question de recherche est la suivante : **dans quelle mesure les ateliers d'intervention sociale par la danse peuvent-ils avoir un impact sur les inégalités sociales vécues par les personnes participantes ainsi que sur leur bien-être ?** Cette question va guider l'entièreté de la réflexion.

Les concepts qui ont été présentés ne sont pas les seuls employés pour ce mémoire. Ceux qui viennent d'être déterminés concernent les dynamiques sociales au sein desquelles les personnes participantes s'insèrent. Toutefois, d'autres concepts sont fondamentaux afin de désigner les processus présents en intervention sociale.

4.2 Processus à l'œuvre en intervention sociale

Au travers des pages à venir, le concept d'*empowerment* va être expliqué puisqu'il est devenu une catégorie d'action et un référent central en intervention sociale. Il sera le fil conducteur permettant d'explorer deux autres concepts que sont la morale et la reconnaissance. Tous deux seront abordés de façon indépendante.

4.2.1 Processus d'*empowerment* : exercer un contrôle

Précédemment, les cinq dimensions déterminantes du bien-être (McAll, Fournier et Godrie, 2014) ont été expliquées. Parmi ces dimensions, la dimension décisionnelle n'a pas été développée. L'enjeu sous-jacent à cette dernière « est parfois celui du contrôle qu'on exerce sur sa propre vie et de la volonté de pouvoir prendre ses propres décisions. Cet enjeu lié à l'autonomie décisionnelle ressort comme étant central » (Ibid. : 7). L'intervention sociale participe au développement de la dimension décisionnelle chez les personnes participantes notamment en permettant un *empowerment* des personnes (Rouxel, 2014). C'est une notion polysémique aux multiples pratiques qui nécessite d'être développée. C'est également une notion multidimensionnelle reflétant une idéologie, un processus et un résultat (Lemay, 2007). L'*empowerment* désigne la capacité qu'ont les individus, ou les groupes, à effectuer un contrôle sur les changements les concernant (Le Bossé, 2003), d'acquérir une plus grande maîtrise sur les éléments importants pour les individus (Le Bossé, 1996). Ce même auteur considère « l'*empowerment* est donc un instrument de progrès social destiné à augmenter l'accès aux ressources des laissés-pour-compte » (Le Bossé, 1996). L'idée sous-jacente est une meilleure répartition des pouvoirs.

La notion d'*empowerment* se compose de deux versants fondamentaux à sa constitution. C'est acquérir du pouvoir pour à la fois pouvoir déterminer individuellement sa vie et participer de façon démocratique au sein de sa collectivité (Rappaport, 1987). C'est un processus participatif (Maton, 2008) se composant de trois étapes (Bacqué et Biewener, 2015) au sein desquelles les individus impliqués sont égaux, actifs et soutenus (Maton, 2008). La première est la conscientisation individuelle amenant la personne au développement d'une conscience critique favorisant sa capacité d'agir. L'individu développe un sentiment de contrôle personnel, construit une image positive de soi, acquiert des connaissances et des compétences (Bacqué et Biewener, 2015). L'individu ainsi autonomisé connaît une amélioration de son bien-être individuel (Maton, 2008).

La seconde étape est la formation d'une organisation collective. Les objectifs sont « d'agir avec » et « d'agir sur » (Bacqué et Biewener, 2015). Le collectif a alors un impact externe et ses membres sont influents (Maton, 2008). La dernière étape est la conduite d'action collective visant la transformation politique et sociale (Bacqué et Biewener, 2015 ; Maton, 2008).

Parmi les nombreuses finalités possibles lors de processus d'*empowerment*, une fin est réalisable au sein de Prima Danse, il s'agit du changement personnel d'une personne ou d'un petit groupe. C'est-à-dire qu'il s'agit d'accroître durablement la capacité des personnes à agir selon leurs aspirations sur leur environnement (Le Bossé, 2003). Pour parvenir à une prise de pouvoir, les individus doivent développer la capacité à influencer leur environnement (Ibid). En d'autres termes, l'*empowerment* désigne le processus grâce auquel les groupes ou les individus obtiennent les ressources nécessaires pour renforcer leurs capacités d'action pour s'émanciper (Bacqué, 2006). Sont présentes, au cœur de ce processus, deux dimensions. La première est le pouvoir et la seconde est la procédure d'apprentissage pour accéder au pouvoir. Au centre de ce processus se trouve la construction de l'individu ou du groupe (Ibid).

Une approche orientée vers l'*empowerment* vise à étayer les individus ou les groupes dans leur quête de pouvoir (Ninacs, 1995). Lorsque les intervenant.e.s souhaitent favoriser l'*empowerment* des personnes aidées, ils et elles ne doivent pas se positionner en tant qu'expert.e.s (Breton, 1994). Cela implique que les intervenant.e.s reconnaissent d'une part qu'ils et elles n'ont pas des connaissances omniscientes et d'autre part que les personnes aidées possèdent des connaissances pertinentes s'ajoutant aux leurs. Ainsi, dans un processus d'*empowerment*, la relation entre l'intervenant.e et la personne aidée doit être fondée sur le dialogue, elle doit être égalitaire et collaborative (Ibid) ou partenariale (Ninacs, 1995). C'est-à-dire que la personne aidée est perçue comme active (Ibid) et ayant à son mot à dire sur les décisions qui impacteront sa vie (Breton, 1994). En d'autres termes, les individus concernés doivent participer à la définition du problème et la mise en place de la solution. **Les intervenantes sont-elles conscientes de leur position sociale ? Si c'est le cas, des rapports asymétriques entre intervenantes et personnes participantes auxquels s'articulent d'autres rapports sociaux liés par exemple à l'âge, la classe et l'ethnicité, peuvent-ils tout de même apparaître ?**

Au cœur du processus d'*empowerment* se produit l'émergence d'un pouvoir d'agir, il s'agit de créer de nouvelles possibilités (Le Bossé, 2008). L'idée des possibles renvoie à la possibilité d'agir,

c'est-à-dire de s'affranchir des obstacles pouvant conduire à des difficultés entravant le changement (Le Bossé, 2008 ; Vallerie et Le Bossé, 2006). Ce processus mène la personne à éprouver, à terme, un sentiment de compétence. En d'autres termes, le pouvoir d'agir désigne la capacité qu'ont les personnes et les collectifs à déterminer la nature des changements souhaités (Rappaport, 1987), mais aussi à les initier ou à y contribuer (Le Bossé, 1998) sans qu'un obstacle débloque leurs démarches (Le Bossé, 2008). Ainsi, les personnes ou la communauté sont acteurs de leur changement (Le Bossé, 1998). Le pouvoir d'agir n'est pas à penser à l'échelle individuelle. C'est un processus qui mène à des changements participant à la redistribution des pouvoirs (Le Bossé, 2008). De ce fait, lorsqu'est étudié le pouvoir d'agir d'une personne ou d'une communauté, l'influence structurelle et les facteurs individuels sont à prendre en compte (Vallerie et Le Bossé, 2006).

Dans les pratiques concrètes, les processus d'*empowerment* existent de façon plurielle. Dans certains cas, il arrive que seules les dimensions individuelles ou collectives soient favorisées (Bacqué, 2006 ; Maton, 2008). Dans le premier cas, c'est la construction de l'estime et de la confiance en soi qui est recherchée, lorsque dans le second, la prise de pouvoir et la formation d'un contre-pouvoir sont espérées. Il se peut aussi que les processus aient uniquement une portée psychologique, politique ou économique (Bacqué, 2006 ; Maton, 2008).

L'une des critiques faites au concept d'*empowerment* concerne le risque de glissement de l'approche. Un discours sur l'*empowerment* peut rapidement devenir une exigence à la responsabilisation des individus (Bacqué et Biewener, 2015). Ainsi, une injonction à agir par soi-même et pour soi-même apparaît (Namian, 2015). L'autrice critique cela, car c'est l'une des valeurs dominantes, imposées par les sociétés néolibérales qui participent à accroître la marginalisation de population vulnérable. Cette idée de devenir acteur ou actrice de son propre changement est centrale dans le processus d'*empowerment* (Ibid).

Dans cette recherche, la notion d'*empowerment* s'applique aux processus de construction de l'estime et de la confiance en soi de l'individu. Rouxel (2014) le démontre, les ateliers de médiation culturelle permettent une prise de pouvoir, un *empowerment*, acquis grâce à la libération d'une domination physique ou morale. Une fois libéré de toute forme de domination, l'individu peut débiter un processus de transformation individuelle. Cela nécessite une remise en question de son propre modèle de conception du monde pour édifier une vision du monde qui lui est personnelle.

Grâce à la prise de conscience des aliénations auxquelles était soumis l'individu, aliénations qui impactaient ses choix personnels, l'individu prend conscience de ses capacités d'agir et de progression. De plus, il prend conscience de la présence d'autrui en échangeant avec, de cette manière, l'individu se rend compte de la place qu'il occupe au sein du groupe, de son appartenance à un collectif (Ibid). Les ressources internes sont mobilisées de façon importante, cela contribue à la construction identitaire et à faire advenir le sujet (Sevilla et Mahyeux, 2018).

Néanmoins, il existe une limite à définir son identité, dans la volonté de s'émanciper, pour correspondre aux attentes sociétales de se définir soi-même. Les actions culturelles, par exemple les médiations, sont prises dans un jeu complexe. Elles sont tiraillées entre normalisation et émancipation, de cette façon, elles ne sont pas neutres (Pryen, 2019). De plus, elles peuvent se construire sur une représentation « misérabiliste » des publics, causée par « des représentations déficitaires des publics » (Ibid. : 99) qu'ont les intervenant.es. Ainsi, le but est la transformation de ces derniers à partir de la conception néolibérale. Cela se traduit dans les faits par le développement de l'injonction à être autonome (Ibid.). Le risque est de provoquer de la violence symbolique. C'est-à-dire que les médiations véhiculent des exigences comme devenir maître de soi et de son destin, mais toutes les personnes ne sont pas en mesure d'y parvenir, ainsi se maintiennent les inégalités et la hiérarchie sociale. En effet, en transmettant uniquement des ressources symboliques, l'individu ne peut pas parvenir à une autonomie totale, car cette dernière dépend des capitaux dont chacun dispose. Ainsi se constitue une violence symbolique à l'égard des plus démunis, ils et elles ne peuvent parvenir à l'autonomie puisque l'indépendance économique est l'élément majeur permettant la réalisation autonome (Pryen, 2014). Accorder à la réflexivité trop d'importance en la considérant comme élément essentiel pouvant mener à des transformations sociales peut provoquer un sentiment d'abandon, de culpabilité et une impossibilité d'accéder à la responsabilisation revendiquée (Pryen, 2019). Le Yondre (2015) explique cela par le transfert sur l'individu de la charge collective. Cependant, l'effet de groupe permet aux personnes de se rendre compte qu'elles ne sont pas seules et ainsi déculpabilisées. Cela leur permettrait, à terme, de trouver des solutions collectives comme il vient d'être expliqué.

4.2.2 Distinguer les concepts de morale, valeur et norme

Au sein du processus d'*empowerment*, les idées d'émancipation et d'autonomie sont très présentes à tel point que l'on peut parler de valeurs, voire de morale. Le concept de morale a été étudié par

plusieurs fondateurs de la sociologie, notamment Weber et Durkheim. Dans cet écrit, le choix est de porter attention à la conception durkheimienne puisqu'elle permet de comprendre les phénomènes moraux de façon plus large qu'en adoptant la conception de Max Weber qui s'applique plus spécifiquement à l'éthique protestante.

Pour Durkheim, la morale est un fait social inhérent et spécifique à chaque culture. Elle est construite par la société elle-même. La morale agit comme une prescription, un impératif à respecter, ainsi, elle garantit l'ordre social (Müller, 2013 cite Durkheim, 1975). Pour Durkheim, la morale est un système de règles de conduite et d'action. Elles dictent de quelle façon agir dans des situations données. Ces règles morales possèdent des caractéristiques qui permettent de les distinguer des « règles techniques » (Müller, 2013 cite Durkheim, 1978). Une première caractéristique distinctive est l'obligation (Durkheim, 1974a). Cette caractéristique postule des interdits et des prescriptions qui génèrent des sanctions sociales lorsqu'elles ne sont pas respectées. La sanction, avant de pouvoir la définir, nécessite la prise en compte de l'acte, mais aussi de la situation et des règles comme la loi. Par exemple, dans le cas d'un homicide, en plus de prendre en compte l'acte de tuer, la situation doit être évaluée pour déterminer si c'est un assassinat ou de la légitime défense et la législation doit être consultée pour établir une sanction correcte. Les règles morales sont dotées d'autorité que les personnes respectent, cela correspond au « devoir ».

La seconde caractéristique de la morale est la désirabilité (Ibid). La règle morale est respectée lorsque les personnes souhaitent cette règle, car elle a une utilité, un intérêt pour ces dernières. En d'autres termes, les personnes ont un intérêt, parfois un plaisir, à suivre une règle morale lorsqu'elles estiment que le but de la règle est « bon ». Le devoir et le bien sont les deux caractéristiques de la morale selon Durkheim. « La morale se présente à nous sous un double aspect : ici, comme une législation impérative et qui réclame de nous une entière obéissance, là, comme un magnifique idéal auquel la sensibilité aspire spontanément » (Durkheim, 1974b : 82).

Le concept « d'entrepreneurs de moral » de Becker laisse penser qu'il porte sur la morale. Pour autant, ce concept porte sur la notion de norme. Les normes sont basées sur la situation et désignent le « devoir », c'est-à-dire que ce sont des règles de conduite partagées par un groupe qui dictent les comportements acceptables. Pour Becker (1985), les normes sociales désignent les situations et les comportements convenant à ces dernières. Ainsi, elles définissent ce qui est « bien » et ce qui est « mal ». Il existe différentes formes de normes sociales, les premières sont formelles, c'est-à-dire

qu'elles sont écrites et les secondes sont informelles. L'objectif des normes est de permettre le vivre ensemble. Le non-respect des normes entraîne des sanctions. Il peut s'agir d'une sanction administrative, par exemple une amende, ou d'une sanction morale, telle que l'exclusion. Les sanctions peuvent aussi être positives. Lors du respect d'une norme, une personne peut recevoir une récompense.

Avant que les normes sociales soient respectées, ou non, elles doivent être créées et selon Becker (Ibid.) ce sont les « entrepreneurs de morale » qui les créent. Généralement, ce sont les membres des classes dominantes qui souhaitent aider les personnes qui occupent une position sociale inférieure, à améliorer leur statut. Ces personnes qui conçoivent les normes se donnent pour mission de transformer les mœurs. Becker nomme cela « les croisades morales ». Leur but est de changer le contenu des lois, car celles actuelles ne les satisfont pas. Cette entreprise est teintée « d'un motif humanitaire ». En effet, les « croisades » menées ont pour objectif d'inciter les personnes à se conduire « bien », car c'est « bon pour eux », selon les entrepreneurs de morale.

Il est fréquent de confondre le concept de norme à celui de valeur. Pour correctement distinguer les valeurs des normes sociales, il est nécessaire de comprendre que les valeurs sont des idéaux personnels ou culturels transsituationnels (Hitlin, 2004). C'est-à-dire qu'elles ne sont pas basées sur une situation. À l'inverse, les normes portent sur la situation.

Il existe deux définitions influentes de la notion de valeur. La première est celle de Kluckhohn (1951). Pour cet auteur, une valeur désigne une conception, tacite ou énoncée, du désirable qui exerce une influence sur les choix qu'effectuent les personnes lorsqu'elles agissent. Cette valeur peut être particulière à un individu ou à un groupe. La seconde définition est celle de Rokeach (1973). Les valeurs sont des croyances qui orientent les conduites des personnes en les rendant personnellement ou socialement préférables, ainsi cela donne du sens à l'action. En d'autres termes, les valeurs constituent une structure cognitive qui façonne les expériences individuelles en déterminant les comportements considérés comme justes ou acceptables. Elles sont transmises aux individus lors de la socialisation par la transmission de la morale.

Les valeurs étant des structures façonnant les comportements, elles possèdent différentes caractéristiques. Schwartz (2006) en définit plusieurs. Tout d'abord, les valeurs sont des croyances liées aux affects auxquels sont associés des sentiments. Ensuite, les valeurs sont des « objectifs désirables qui motivent l'action », mais elles dépassent l'action. Elles servent de critères

d'évaluation. Enfin, les valeurs sont classifiées selon leur ordre d'importance. Plusieurs valeurs peuvent alors orienter l'action.

Au vu de ce qui vient d'être énoncé, l'autonomie et l'émancipation, deux notions présentes dans le processus d'*empowerment*, peuvent être considérées à la fois comme des valeurs, mais aussi comme des éléments constitutifs de la morale néolibérale. Pour cette recherche, elles seront considérées comme des valeurs.

4.2.3 La reconnaissance de soi : les prémisses de la justice sociale

En offrant la possibilité aux individus participants d'accomplir un processus d'*empowerment*, l'intervention sociale initie l'un des deux mécanismes qui composent la justice sociale au sens où l'entend Nancy Fraser (2004). Il s'agit de la reconnaissance comme réponse aux injustices d'ordre culturel. Ces dernières désignent une domination culturelle qui s'exerce sur certaines personnes au moyen de paradigmes de valeurs institutionnalisées. De cette façon, certaines communautés sont invisibilisées et méprisées pour leurs différences. Leur souhait de reconnaissance est renié. En permettant aux personnes participantes de s'émanciper, les intervenant.e.s peuvent contribuer à « la parité de participation » (Ibid). De cette façon, les individus ont la possibilité, s'ils le souhaitent, d'aller faire entendre leurs besoins dans l'espace public et d'agir en leur nom. L'autrice pense la justice sociale comme une participation aux débats qui est égale entre tous les individus concernés. Les débats peuvent être de différentes natures et s'appliquer à plusieurs sujets, en l'occurrence les modèles culturels (Ibid).

Chez Fraser (2004), la reconnaissance est sociale, c'est-à-dire que les membres du groupe ont le statut de partenaires égaux et légitimes dans l'interaction sociale. Avant d'arriver à ce point, la perspective de Ricœur (2004) est intéressante à adopter. Parmi les trois conceptions de reconnaissance que l'auteur propose, la reconnaissance de soi-même est pertinente dans le cadre de cette recherche. Se reconnaître soi-même c'est se reconnaître grâce aux actions qu'on mène. En d'autres termes, agir produit de la reconnaissance de soi pour, à terme, reconnaître ses capacités d'agir. Les capacités d'agir se manifestent de différentes façons, par exemple, c'est être capable de parler, être capable d'agir. Finalement, la personne se reconnaît et peut décider de ce qu'elle fait et ce qu'elle dit. Leduc (2012) a mené une recherche sur l'art communautaire auprès de femmes criminalisées au Québec, elle détermine que la reconnaissance de soi (Ricœur, 2004) permet « le développement d'une agentivité dans un contexte de stigmatisation (Goffman, 1975) » (Leduc,

2012 : 176). L'agentivité désigne l'habilité, la capacité que possède une personne à agir librement selon ce qu'elle pense grâce au développement d'un raisonnement qui lui est propre (Sen, 1985). « À travers l'action, une personne est amenée à se reconnaître soi-même comme agissante, grâce à son agentivité » (Leduc, 2012 :177). **Les ateliers de danse peuvent-ils participer à la justice sociale en favorisant la reconnaissance de soi (Ricœur, 2004) des personnes participantes ?**

Les différents concepts présentés dans cette partie conceptuelle s'articulent autour de la question de recherche pour permettre d'y répondre. Pour rappel, la question de recherche est : **dans quelle mesure les ateliers d'intervention sociale par la danse peuvent-ils avoir un impact sur les inégalités sociales vécues par les personnes participantes ainsi que sur leur bien-être ?** Pour parvenir à une réponse, il est essentiel dans un premier temps de déterminer les conditions de vie des personnes participantes. Entre autres, il faut établir si ces personnes vivent des inégalités sociales, si elles éprouvent de la solitude et si elles vivent du bien-être. En prenant en compte ces différents éléments, il sera possible d'établir si ce sont des personnes vulnérables ou non. Une fois que les conditions de vie des personnes seront déterminées, il sera question de déterminer l'impact des ateliers de danse. Pour cela, différents facteurs sont à prendre en compte. Tout d'abord, il est inévitable d'interroger le contenu des ateliers pour établir ce qui est transmis : s'agit-il de normes, de valeurs, de morales ? Les effets de cette transmission doivent être pensés pour définir de quelle façon cela impacte les personnes participantes et quel positionnement endosse les intervenantes. L'objectif sous-jacent est d'établir si ce sont des "entrepreneurs de morales" (Becker, 1985). Ensuite, la relation entre personnes participantes et intervenantes va être analysée de façon à déterminer la présence ou l'absence de rapports sociaux. Grâce à la prise en compte de ces différents éléments, il sera possible d'identifier les impacts des ateliers sur les inégalités sociales et le bien-être vécu par les personnes participantes. Pour déterminer cela, il est nécessaire de se demander si les ateliers permettent un renforcement de l'*empowerment*, le développement d'un pouvoir d'agir, initie le processus de justice sociale et favorise l'acquisition de la reconnaissance de soi.

Partie 3. Démarche de recherche empirique : de la théorie à la pratique

La démarche empirique se compose de nombreux éléments théoriques permettant de parvenir à la pratique. Tout d'abord, il y a la posture épistémologique adoptée, c'est le fondement de la démarche de recherche. Ensuite, les différentes méthodes de collecte des données doivent être explicitées afin de justifier les choix effectués en amont du terrain. S'en suit le processus de collecte des données qui est une mise en application de la théorie. Cette mise en application permet de confronter les choix initiaux au déroulement concret de l'enquête de terrain, révélant ainsi les difficultés rencontrées. Enfin, l'ensemble de ces éléments permettent de parvenir à la description de plusieurs ateliers de danse.

Chapitre 5. Démarche de recherche et méthodologie

Ce chapitre porte sur la démarche adoptée pour ce mémoire. Pour cela, le positionnement épistémologique adopté va être exposé. Ensuite, le choix de la méthode qualitative sera précisé ainsi que les techniques de recueil de données. Par la suite, un récit du terrain sera effectué. Enfin, le chapitre se conclut sur les opérations d'analyse permettant de parvenir aux résultats qui seront énoncés au prochain chapitre.

5.1 La posture épistémologique adoptée

La posture adoptée pour cette recherche ne s'inscrit pas dans un seul courant sociologique. Il s'agit plutôt d'un enchevêtrement de plusieurs approches et méthodes. D'une part, il y a un ancrage dans le courant de la sociologie compréhensive. Au sein de cette dernière, les individus sont perçus comme « des porteurs actifs du social » (Kaufmann, 2016 :24). C'est-à-dire qu'ils sont détenteurs d'un savoir qui doit être appréhendé de l'intérieur. Une réflexivité et des compétences sont accordées aux individus (Le Breton, 2012). L'ambition de la sociologie compréhensive est de comprendre les significations afin de révéler les logiques qui étayent les actions individuelles (Ibid). Au moyen de l'interprétation de l'activité sociale, il est possible d'expliquer causalement son déroulement et ses retombées (Bronner, 2020). Dans le cadre de cette recherche, cela signifie essayer de comprendre le sens que les différent.e.s acteur.rice.s interrogé.e.s, en l'occurrence les intervenantes et les personnes participantes, accordent à leurs actions.

Parmi les nombreuses formes qui s'inscrivent dans la sociologie compréhensive, l'interactionnisme symbolique est celui qui s'approche le plus de la posture adoptée pour ce mémoire. Au sein de ce courant, le social est créé de façon perpétuelle au gré des interactions sous-tendues par de continuelles interprétations individuelles (Le Breton, 2012). L'objectif est alors d'identifier les processus permettant à la société de se créer. En d'autres termes, il s'agit de comprendre ce qui se passe lors des interactions et l'impact sur les comportements individuels (Ibid). La démarche adoptée pour cette recherche s'inscrit dans le courant de l'interactionnisme symbolique, car « pour Simmel le réel est inépuisable et rebelle à tout système qui n'en saisirait que de maigres aspects en les figeant alors qu'il est sans cesse mouvant. À ses yeux il est toujours l'objet d'une construction intellectuelle, jamais donné en vérité, mais à partir de points de vue, d'où la nécessité de multiplier

les angles de regard » (Ibid : 5). L'ambition de ce mémoire est de relier le sens qu'ont les individus de leurs actions et les actions observées durant les ateliers tout en prenant en compte la structure sociale au sein de laquelle ils s'intègrent. Pour déterminer le sens que les personnes accordent à leurs actions, le recueil des savoirs expérientiels (Gardien, 2017) est nécessaire. Chez les personnes participantes, les savoirs expérientiels vont être pris en compte afin de déterminer la façon dont elles vivent les inégalités sociales et expérimentent les ateliers. Ces derniers seront mis en relation avec les savoirs expérientiels professionnels des intervenantes et leurs réflexivités. De cette façon, un croisement des savoirs se produira pour parvenir à une compréhension complète.

D'autre part, la démarche endossée s'imprègne partiellement de la théorie ancrée. Elle vise la construction d'une théorie empirique prenant racine dans les phénomènes sociaux sans pour autant en constituer une description (Laperrière, 1997). De cette façon, la théorie ancrée ne se positionne pas dans une perspective de vérification, mais de découverte (Ibid). Cette perspective implique de débiter son terrain sans avoir établi de question de recherche ni d'hypothèse. Ces dernières sont construites à partir des données obtenues (Sauvayre, 2013), de ce fait, la théorie ancrée est inductive. Cela ne correspond pas entièrement à la démarche adoptée ici, car aller sur le terrain sans acquis théoriques n'était pas envisageable. Toutefois, un caractère prééminent est accordé aux données récoltées sur le terrain grâce à l'utilisation de plusieurs méthodes qualitatives. Le terrain a également été source de découvertes. Enfin, employer l'approche méthodologique de la théorie ancrée implique d'effectuer des allers-retours lors de l'analyse avec les matériaux récoltés. C'est en ce sens qu'il y a inspiration de la théorie ancrée dans sa méthode d'analyse et d'interprétation. Ces éléments seront développés ultérieurement lors du récit des opérations d'analyse des données.

Des limites et des critiques ont été émises à l'égard des courants et théories énoncés ci-dessus. Il est reproché à la sociologie compréhensive le risque de subjectivité excessive. Pires (1997) a élaboré des modèles visant à soutenir l'objectivation. L'un d'entre eux est « la valorisation de la neutralité et de l'observation de l'intérieur » pouvant mener à une connaissance objective. Au sein de ce modèle, la subjectivité du ou de la sociologue n'est pas un problème, de fait elle permet la compréhension, l'interprétation et l'explication des comportements humains. Pour parvenir à cela, un point de vue interne doit être adopté afin de révéler le sens qu'accordent les individus à leurs conduites, mais cela n'empêche pas le ou la sociologue de faire preuve de neutralité (Ibid). Bien que Piron (2019) critique ce terme, la définition qu'il en a va être utilisée. La neutralité est un

processus cognitif fait par les scientifiques pour distinguer la dimension subjective, personnelle de la dimension « scientifique rationnelle » (Ibid). En recherche, seule cette dernière dimension est reconnue dans la « méthode scientifique » (Ibid). Faire preuve de neutralité nécessite de contrôler ses émotions, sa position sociale, ses engagements et ses intérêts, car ils sont pensés comme étant des biais au processus scientifique (Ibid).

Pour parvenir à l'objectivation, le processus de neutralité a été utilisé de la même façon qu'il vient d'être défini par Piron. Toutefois, le processus d'objectivation a été complété par une objectivation méthodologique. Il s'agit d'avoir une connaissance précise de la démarche et des méthodes utilisées, de les expliciter afin d'identifier de potentiels biais pour qu'ils ne puissent pas nuire à l'analyse. L'observation de l'intérieur, énoncée précédemment, implique de se penser, de faire preuve de réflexivité (Bertucci, 2009) dans l'intention de déterminer sa position sociale. « La réflexivité est l'aptitude du sujet à envisager sa propre activité pour en analyser la genèse, les procédés ou les conséquences » (Ibid : 44). Lors de ce processus, la conscientisation de mes propres catégories de perceptions correspondant à ma position sociale a eu lieu. En l'occurrence, étant une étudiante internationale, blanche, en maîtrise, provenant d'un milieu favorisé, ma position sociale est privilégiée. Dans les entretiens, une attention particulière devait être portée au fait qu'il n'y ait pas de phénomène d'imposition de ma part ni d'intimidation étant donné que la majorité des personnes participantes vient d'une position sociale différente.

Pour ce mémoire, diverses méthodes qualitatives ont été utilisées dans l'intention de parvenir à la production de « savoirs qui contribuent non seulement à la compréhension d'un phénomène dans sa spécificité, mais aussi en enrichissant la densité conceptuelle par la qualification apportée à son essence même » (Savoie-Zajc, 2013 : 8). Ces différentes méthodes utilisées seront expliquées dans les prochaines pages. In fine, les résultats des analyses qualitatives permettent d'expliquer le sens du phénomène étudié grâce à l'explicitation du contexte dans lequel les données ont été recueillies et du cadre structurant le phénomène. Ainsi, les résultats sont dotés d'une dimension singulière, mais aussi globale (Ibid). Toutefois, les méthodes qualitatives sont critiquées pour leur portée restreinte (Deslauriers et Kérisit, 1997). Il existe plusieurs outils pouvant favoriser l'étendue explicative des résultats. Au sein de cette recherche, plusieurs ont été utilisés. Le principe de triangulation consiste à confronter les données obtenues à différentes sources lors du procédé d'analyse et d'interprétation (Van Campenhoudt, 2017 ; De Sardan, 1995 ; Savoie-Zajc, 2021),

d'où le choix de croiser le regard des participantes avec celui des intervenantes. Le second outil permet de dévoiler les points communs et les différences parmi les données, il s'agit de l'opération de comparaison (Savoie-Zajc, 2013). Deux comparaisons ont eu lieu, une à l'intérieur des groupes c'est-à-dire que les propos des intervenantes ont été comparés entre eux, il en va de même pour ceux des personnes participantes. Et une autre comparaison entre intervenantes et personnes participantes. Enfin, effectuer une description en profondeur, en explicitant précisément le contexte au sein duquel la recherche s'est déroulée, permet de transmettre le caractère singulier, mais aussi typique de cette dernière. Une fois la singularité exprimée de façon rigoureuse et crédible, il est possible d'effectuer des comparaisons avec des phénomènes semblables, mais aussi de conscientiser les limites induites par l'échantillon (Ibid).

5.2 Les méthodes de collecte des données

Dans cette section, les techniques d'enquête utilisées pour la récolte des données vont être expliquées concrètement. Le choix a été fait d'employer différentes techniques dans le but d'accéder à différents types d'information puis de les entrecouper lors de la phase d'interprétation. Cela permet de compenser les limites de chacune des techniques, mais aussi d'obtenir des données riches de sens qui pourront, à terme, participer à des interprétations abondantes. Par ailleurs, les points de vue ont été multipliés, c'est-à-dire qu'ont été sollicitées les participant.es aux ateliers, mais aussi les intervenantes de Prima Danse dans le but de fournir une interprétation holistique.

5.2.1 Étude de cas

Cette recherche menée au sein de l'organisme Prima Danse est une étude de cas. Une étude de cas n'est pas une méthode à proprement parler, il s'agit plutôt d'une approche de recherche qui permet d'étudier une activité circonscrite, ici les ateliers de danse pour adultes donnés par Prima Danse. Le but est d'en fournir une description détaillée et rigoureuse, et une interprétation représentative qui peut être applicable à des situations similaires (Roy, 2021). En d'autres termes, l'analyse effectuée ne revendique pas une quelconque représentativité statistique du fait d'une quantité restreinte de sujets (Ibid). Toutefois, l'analyse pourrait favoriser une meilleure compréhension de phénomènes plus large.

Effectuer une étude de cas n'est pas la première stratégie de recherche choisie. Initialement, une étude comparée devait être faite entre deux organismes offrant des ateliers de danse avec des objectifs d'intervention sociale à Montréal. Le premier organisme est Prima Danse et le second était un autre organisme similaire. La collecte de données en partenariat avec ce second organisme n'a pas pu avoir lieu, car le groupe qui devait être étudié s'est désisté. L'organisme n'a pu proposer d'autres groupes à étudier. De plus, la pandémie a également rendu difficile l'accès au terrain et aux groupes, car des restrictions sanitaires étaient encore présentes à l'automne 2021 et à l'hiver 2022. De ce fait, certains ateliers étaient donnés en distanciel, d'autres étaient annulés ou repoussés. De cette façon, la possibilité d'effectuer une étude de cas auprès de Prima Danse a été considérée. Après réflexion, cette possibilité est apparue pertinente et enrichissante. En effet, un nombre restreint de personnes allait être étudié, mais ce n'est pas pour autant que la collecte allait être pauvre de contenu. Au contraire, pour Roy (2021), une étude de cas est intensive du fait qu'elle permet la collecte abondante d'informations et d'observations.

L'usage de l'étude de cas en sciences sociales est confronté à plusieurs critiques, comme le démontre Roy (2021). D'abord, la validité interne des études de cas est critiquée pour son manque de représentativité de la réalité du cas du fait que les informations obtenues sont partielles, subjectives et manquent de rigueur. De la même manière, l'échantillonnage peut être constitutif de biais. Mener des entretiens implique de s'intéresser à un nombre réduit de personnes. De ce fait, il n'est pas possible de parvenir à la représentativité statistique, mais l'hétérogénéité des profils donne accès à une variété d'informations (Sauvayre, 2013). La seconde critique porte sur la validité externe des études de cas. Les cas étudiés ne seraient pas suffisamment « représentatifs de la population à laquelle ils appartiennent » (Roy, 2021 : 160).

En ayant conscience dès le début de cette sérieuse limite aux études de cas, le parti a été pris de s'intéresser à plusieurs groupes au sein de cette étude de cas. Les différents groupes étudiés participent tous aux ateliers offerts par Prima Danse. Les ateliers sont donnés au sein de différents organismes communautaires. En l'occurrence, il s'agissait d'un centre communautaire pour personnes âgées, d'un centre culturel haïtien en périphérie de Montréal, d'un centre pour femmes en instabilité résidentielle et d'un organisme pour hommes en situation d'itinérance. Ces multiples lieux d'étude permettent une comparaison interne parmi les données obtenues afin de fournir des résultats probants (Roy, 2021). De plus, les lieux d'observation n'ont pas été sélectionnés au

hasard. Ils ont été choisis en fonction des caractéristiques des personnes participantes, soit des adultes vivant des vulnérabilités. Par ailleurs, l'échantillon s'est constitué au gré des terrains, car il n'a pas été possible de déterminer en amont les caractéristiques de la population. Cette démarche, semblable à celle de la théorie ancrée, peut constituer un premier biais à cette étude. Bien que des caractéristiques d'échantillonnage soient présentes, il y avait une dépendance aux organismes clients qui achètent les prestations de Prima Danse. Les groupes d'adultes étant qu'une petite partie de l'activité de Prima Danse, il n'y avait pas de situation d'abondance. Toutefois, une analyse de quatre groupes a été possible, tous de taille semblable afin qu'ils soient comparables. Malgré ces différentes critiques de l'étude de cas, cette dernière a la force de faire comprendre la réalité grâce à la compréhension du contexte enveloppant le cas, ce qui participe à la pertinence de son utilisation (Ibid). Ainsi les relations causales multiples qui composent le cas sont prises en compte.

L'étude de cas présentée ici a nécessité d'employer plusieurs méthodes de collecte de données. Pour De Sardan (1995) les différentes méthodes employées vont converger, grâce à l'étude de cas, autour d'un phénomène social cadré, c'est-à-dire circonscrit dans l'espace-temps. Cela favorise la richesse des données. Les méthodes utilisées vont à présent être exposées.

5.2.2 L'observation directe

Le premier contact avec le terrain s'est fait par l'utilisation de la méthode de l'observation directe. C'est une méthode de recueil d'informations qui permet de saisir les comportements et les pratiques des individus en les observant directement sur les lieux où ils se produisent, sans avoir recours à un intermédiaire (Van Campenhout, Marquet, Quivy, 2017 ; Martineau, 2021). Dans le cadre de cette recherche, j'ai assisté à tous les ateliers donnés par Prima Danse dans chacun de ces organismes : le centre communautaire pour personnes âgées, le centre culturel haïtien en périphérie de Montréal, le centre pour femmes en instabilité résidentielle et l'organisme pour hommes en situation d'itinérance. La période d'observation s'est étendue sur plusieurs mois. En tout, quinze observations d'une heure ont été réalisées. Mon statut d'observatrice était annoncé à chaque début d'atelier aux personnes participantes dans le but qu'elles aient conscience d'être observées. Pendant les ateliers, il s'agissait d'observer et de prendre des notes. Il y a eu des interactions avec les personnes participantes lorsque ces dernières le désiraient. De rares fois, les intervenantes me demandaient de participer à l'exercice du passage de la vague qui s'effectuait assis (ce dernier sera expliqué ultérieurement). Une précision doit être faite. Lors des observations,

les personnes participantes comme les intervenantes de Prima Danse étaient observées, toujours dans un but d'obtenir une vision holistique, c'est-à-dire dans le but d'avoir une perception globale. En d'autres termes, en observant et en effectuant des entretiens avec des personnes participantes et des intervenantes, il est possible de confronter les points de vue de chacune ainsi que les observations faites afin d'avoir une vision globale et pas uniquement d'un seul groupe.

Le premier outil mobilisé durant les observations a été la prise de note. Ces dernières ont été consignées dans un journal de terrain. Toutefois, la prise de note était orientée par un second outil, la grille d'observation, disponible en annexe (annexe 1). Elle était utilisée afin de porter le regard sur des catégories prédéterminées (Martineau, 2021) telles que l'organisation et le déroulement des ateliers, la configuration de l'espace, la prise de parole, les interactions, la communication non verbale, les relations entre acteur.rice.s et la danse. Ainsi, il n'y avait pas une submersion de fait à observer. Néanmoins, le risque est de restreindre le regard (Ibid).

Utiliser l'observation directe implique d'adopter une posture interprétative et constructiviste (Ibid). C'est-à-dire comprendre le sens accordé par les acteur.rice.s à leurs pratiques ainsi que les normes de construction du social. Pour parvenir à cela, il est essentiel d'être attentif aux interactions entre les acteur.rice.s (Ibid). Il faut également laisser de l'espace à l'imprévu, ce qui amène à transformer les hypothèses initiales (Van Campenhout, Marquet, Quivy, 2017). En effet, lors des observations des dimensions inattendues peuvent survenir, ces découvertes impliquent de revoir les hypothèses de départ (Chapoulie, 2000).

L'observation directe peut être critiquée en sciences sociales pour deux raisons. Lors des observations, la personne observatrice risque d'une part de penser les personnes observées selon ses préjugés culturels et d'autre part, de laisser une place trop importante à la subjectivité (Martineau, 2021). L'une des solutions pour limiter ces biais est d'effectuer un journal de terrain. Cela permet de matérialiser sa subjectivité et ainsi de s'en rendre compte (Ibid.). La seconde solution pour réduire les préjugés est d'accroître le temps dédié à l'observation, afin d'acquérir une perception plus exacte des personnes étudiées (Ibid.). La récurrence des observations a d'autres avantages, elle permet de développer une relation de confiance avec les personnes participantes, d'amoinrir les effets perturbateurs de la présence de l'observateur et de favoriser la fidélité des observations (Ibid.). Ma présence sur le terrain s'est limitée à une heure, une fois par semaine, sur quatre semaines pour chacun des groupes. La durée passée avec chacun des groupes semble limitée.

Néanmoins, cela n'a pas été un obstacle à la création d'une relation de confiance que ce soit avec les intervenantes ou les personnes participantes. De plus, il a pu arriver qu'aux premiers ateliers, les personnes participantes étaient gênées, méfiantes par ma présence. Elles m'observaient beaucoup, étaient attentives à ce que je faisais. Ma présence a engendré quelques questions. Par exemple, une participante se demandait ce que j'écrivais dans le carnet de notes. D'autres personnes se questionnaient sur ce qu'est la sociologie. La gêne s'est rapidement dissipée lors des ateliers suivants.

En ce qui a trait à la validité des interprétations des observations, il est nécessaire de prendre appui sur le cadre théorique et d'effectuer une mise en relation avec celui-ci de sorte que les interprétations soient totales et denses (Ibid. ; Van Campenhoudt, Marquet, Quivy, 2017). De plus, les observations réalisées ont été mises régulièrement en relation avec les hypothèses. Lors des observations, l'apparition et la reproduction des faits, les hypothèses et les interprétations du ou de la sociologue sont mises à l'épreuve. Si ces dernières sont obsolètes, elles sont remises en question (Chapoulie, 2000 ; Van Campenhoudt, Marquet, Quivy, 2017). Pour De Sardan « toute la compétence du chercheur de terrain est de pouvoir observer ce à quoi il n'était pas préparé [...] et d'être en mesure de produire les données qui l'obligeront à modifier ses propres hypothèses » (De Sardan, 1995 : 75). Par exemple, les observations ont permis de rendre compte de l'importance de la musique dans les ateliers. La présence de musiques douces apaise, calme les personnes. À l'inverse, les musiques rythmées génèrent instantanément de l'énergie, de l'entrain et des mouvements chez les personnes. Pour autant, la dimension de la musique n'est pas évoquée dans l'analyse, car elle n'a pas de pertinence dans ce qui est écrit.

Initialement, une autre méthode était prévue pour les terrains. Cette méthode appartient à la sociologie visuelle. Plus précisément, il s'agissait de faire de la sociologie avec les images et en images (Maresca et Meyer, 2013). En pratique, la sociologie avec les images revient à réaliser des photographies lors de l'observation des ateliers. Ainsi, la photographie est un outil de collecte de données (Harper, 2002) favorisant l'analyse des phénomènes sociaux.

Malheureusement, réaliser une sociologie avec les images et en image n'a pas été possible. Outre les difficultés induites par la sociologie visuelle telle que l'anonymisation, il n'a pas été possible d'utiliser la sociologie visuelle pour d'autres raisons. L'obstacle principal a été la réalisation de photographie lors des ateliers. Cette pratique avait été acceptée par le comité d'éthique et par Prima

Danse. Toutefois, il n'a pas été possible de prendre contact avec les individus participants avant les premiers ateliers de chaque groupe. Ainsi, leur consentement pour le droit à l'image lors du premier atelier n'a pas été obtenu, rendant impossible la prise de photo. De plus, les ateliers avaient un format d'une heure, une fois par semaine sur quatre semaines. Ce format court rend plus difficile la création d'une relation de confiance avec les personnes participantes. Ceci a causé un recrutement tardif qui n'a pas permis de faire de photo, car même si les personnes participantes des ateliers ont été sollicitées chaque semaine, elles ont accepté uniquement lors du dernier atelier. Aussi, le souhait était de ne pas être oppressante au risque de briser la relation naissante. Toutefois, ce n'est pas parce qu'elles acceptaient de participer uniquement au dernier atelier, qu'elles m'ignoraient, au contraire elles m'ont acceptée rapidement et les personnes interagissaient avec moi.

L'occasion d'aller dans des foyers d'hébergement pour femmes s'est présentée. Les personnes qui y vivent sont protégées. Par conséquent, faire des photos n'a pas été possible pour ne pas les mettre en danger. Enfin, les différentes observations ont permis de se rendre compte que certaines personnes participantes sont réticentes aux photos, même lorsque ce sont les intervenantes de Prima Danse qui souhaitent faire des vidéos ou des photos.

5.2.3 L'entretien semi-dirigé individuel

Avec la volonté de ne pas baser l'analyse uniquement sur les observations directes, des entretiens semi-dirigés individuels ont été effectués. Les entretiens semi-dirigés s'appuient sur la théorie de l'interactionnisme symbolique, énoncée précédemment. En résulte l'idée qu'il est possible de connaître et d'explicitier les conceptions de la personne interrogée (Savoie-Zajc, 2021). L'entretien semi-directif est une interaction verbale, semblable à une conversation, entre une ou un sociologue et les personnes participantes. Il est conduit de manière souple par le ou la sociologue, c'est-à-dire avec une directivité modérée de sa part. L'objectif est d'aborder et d'explorer plusieurs thèmes, préalablement définis par le ou la sociologue, au rythme de la personne participante. Cette méthode permet le recueil de propos provenant de savoirs expérientiels.

Le recueil de savoirs expérientiels permet d'accéder à des connaissances d'expériences sociales et individuelles. Cela permet de définir aussi exactement que possible l'expérience vécue et cela peut occasionner l'émergence d'une compréhension différente de la situation. C'est un enrichissement pour le chercheur (Gardien, 2017). Accorder de l'importance aux savoirs expérientiels permet

d'ajouter une validité supplémentaire aux théories produites (Ibid). Il est nécessaire de préciser que les savoirs expérientiels ne proviennent pas uniquement des expériences individuelles. De fait, ce dernier est influencé par des systèmes normatifs, langagiers et imaginaires qui sont constitutifs de la subjectivité de la personne. De plus, les savoirs expérientiels évoluent avec les expériences et ils ne proviennent pas uniquement des savoirs pratiques (Ibid). Il résulte de l'entretien semi-directif une compréhension du phénomène co-construite avec la personne participante (Savoie-Zajc, 2021 ; Van Campenhoudt, Marquet, Quivy, 2017, Imbert, 2010). En l'occurrence, la co-construction est un processus qui repose sur des interactions entre la personne et le ou la sociologue afin de parvenir en partenariat à une compréhension du thème abordé.

Pour ce mémoire, les entretiens ont été marqués par la manière dont Kaufmann considère l'entretien compréhensif. L'idée était ainsi d'accéder à une compréhension profonde des actions et de la pensée des personnes interrogées (Kaufmann, 2016). Toutefois, l'entretien compréhensif se fonde sur la démarche inductive. En effet, le terrain n'est pas le moment de vérifier ou de tester une problématique ou des hypothèses, il est le point de départ de ces dernières (Ibid.). C'est-à-dire que le terrain permet de construire la problématique, les hypothèses et la théorie. Sur ce point, la démarche privilégiée ici ne correspond pas à celle de l'entretien compréhensif, car lorsque le terrain a débuté, la problématique et les hypothèses étaient, en partie, déjà établies.

La mobilisation de la méthode de l'entretien semi-directif vise à comprendre le sens d'un phénomène selon la perception des personnes participantes et celle du ou de la sociologue (Imbert, 2010). Dans le cadre de ce mémoire, le souhait est de comprendre le sens que les personnes participantes ou les intervenantes accordent à leur action et la réflexivité qu'elles ont à propos de ces dernières. Pour parvenir à cet objectif, l'entretien permet d'explicitier l'univers de sens de la personne interrogée, de comprendre son monde et d'apprendre à propos de ce dernier (Savoie-Zajc, 2021). L'objectif est d'accéder au sens subjectif et aux raisonnements des individus. Par exemple, la notion de bien-être n'a pas été définie jusqu'à présent et elle ne le sera pas. En effet, l'objectif est de déterminer le bien-être subjectif (Veenhoven, 2008) des personnes participantes lors de leur participation aux ateliers. Ce dernier dépend de la satisfaction ou de l'insatisfaction qu'éprouvent les individus dans leur vie. Il est intéressant de demander aux personnes participantes d'évaluer le bien-être subjectif qu'elles ressentent, car celui-ci dépend de plusieurs facteurs sociétaux. De plus,

le système normatif, constitutif des orientations individuelles, sera mis en évidence. Ceci est pertinent dans la mesure où le sens que donnent les individus à leurs actions pourra être analysé.

Dans le cadre de cette recherche, des entretiens semi-dirigés ont été réalisés avec les intervenantes de chaque atelier et quelques personnes participantes. Plus précisément, ce sont quatre intervenantes de Prima Danse qui ont été interrogées ainsi que l'une des directrices de l'organisme. Ensuite, huit personnes participantes ont été rencontrées en entrevue, parmi ces dernières, il y avait une participante du centre communautaire pour personnes aînées, deux participantes du centre pour femmes en instabilité résidentielle, quatre participantes du centre culturel haïtien en périphérie de Montréal et un participant de l'organisme pour hommes en situation d'itinérance. En tout, treize entrevues ont été réalisées. L'annexe 2 est un tableau qui présente un rapide portrait des personnes ayant effectué un entretien. Initialement, il était prévu d'effectuer deux entretiens individuels avec les individus participants. Le premier devait avoir lieu en amont de la participation aux ateliers et le second se déroulait au terme des ateliers. L'objectif était d'obtenir une perspective évolutive. Cela n'a pas été possible, car les personnes participantes n'ont pas eu connaissance de la recherche avant le commencement des ateliers. Ainsi, l'entretien en amont des ateliers n'a pas été possible.

L'entretien semi-dirigé s'effectue avec l'aide d'une grille d'entretien qui sert d'appui, au sein de laquelle les questions sont ouvertes et servent de guide (Van Campenhout, Marquet, Quivy, 2017). Les grilles d'entretien se composent de plusieurs thèmes pour lesquels il était impératif de recevoir des informations. Elles sont disponibles en annexe (annexes 3 et 4). C'est pour cette raison qu'au sein de chaque grand thème se trouvent des questions qui ont servi à orienter et cadrer l'entrevue, même si de façon générale les personnes interrogées abordaient d'elles-mêmes ces éléments. Deux grilles d'entretien différentes ont été construites, une pour les intervenantes de Prima Danse et une seconde pour les participant.es aux ateliers de danse. Chacune des grilles contient tout d'abord une première section à l'intérieur de laquelle les personnes se présentent. L'objectif est de dresser un portrait de la personne interrogée, ainsi l'âge, la ou les profession(s), le ou les diplôme(s), le lieu de vie actuel, l'activité actuelle et le lieu de naissance sont demandés. Collecter ces données donne accès aux trajectoires et aux parcours de vie individuels, cela permet d'ancrer les données dans un contexte temporel. Obtenir une perspective diachronique suscite une attitude compréhensive pouvant appréhender les mécanismes sociaux présents dans les trajectoires

individuelles (Sauvayre, 2013). De plus, pour les participant.es aux ateliers, récolter des informations à propos de leurs expériences de vie, permet de déterminer si la personne vit des inégalités sociales.

Ensuite, le contenu de la grille d'entretien des intervenantes aborde différents thèmes, tous sont liés aux activités de Prima Danse, tels que la relation à la danse, les motivations à être intervenante, le déroulement d'un atelier, le rapport au collectif. Il y a également des questions visant à faire émerger la réflexivité (Bertucci, 2009) personnelle des intervenantes et aussi des questions de définition afin d'avoir leur propre définition. Le but est d'encourager la réflexivité qu'elles ont sur leurs pratiques et les impacts de ces dernières.

En ce qui a trait à la grille d'entretien des participant.es aux ateliers de danse, à la suite d'une première partie qui a déjà été abordée, le thème des ateliers de danse de Prima Danse était abordé. Le but est de recueillir leur perception sur les ateliers ainsi ce qu'elles ont ressenti. Par la suite, les thèmes du bien-être et des inégalités sociales sont évoqués. Ce qui est recherché en abordant ces thèmes, c'est d'une part de déterminer si la personne interrogée éprouve du bien-être et/ou vit des inégalités sociales. D'autre part, il s'agit de récolter la perception de la personne à propos de ces sujets et de comprendre le sens qu'elle leur accorde. Enfin, l'entretien se termine sur les conditions de vie actuelle de la personne afin d'avoir plus de données pour déterminer la présence d'inégalités ou non.

Il existe plusieurs biais à cette méthode d'entretien. Le premier est conditionné aux situations sociales du ou de la sociologue et celle de la personne participante (Imbert, 2010). En d'autres termes, la culture et la position sociale de chacun.e peut avoir un impact. Une relation de pouvoir inconsciente peut s'établir entre les deux personnes (Savoie-Zajc, 2021). De plus, la présence de préjugés ou les préconceptions du ou de la sociologue ont également un impact (De Sardan, 1995). Le ou la sociologue risque d'exercer de la violence symbolique sur les personnes participantes (Fugier, 2010).

Sur le terrain, certaines des personnes participantes étaient âgées, plus de soixante-dix ans, et racisées. Vu que je suis une personne jeune et blanche, initialement certaines avaient des réticences à participer à la recherche à cause d'expériences racistes qu'elles avaient vécues (cet élément a été obtenu grâce aux entretiens). De plus, pendant les entretiens, une participante a tenu à me distinguer des personnes blanches racistes en soulignant que mon comportement était correct et respectueux.

Plus rarement, le rapport asymétrique entre le.la chercheur.se et l'enquêté.e peut s'inverser. C'est par exemple ce qui s'est passé le cadre de cette recherche, où à un moment donné, une relation de pouvoir s'est établie avec une participante aux ateliers. Très rapidement après le début de l'entretien, l'une des participantes s'est installée dans une sorte de relation de domination avec moi. Elle m'a gentiment évincée de ma place pour s'imposer. Concrètement, elle monopolisait la parole bien que je voulais revenir au sujet de l'enquête. Une fois qu'elle estimait en avoir suffisamment dit, elle décidait elle-même de poursuivre avec la question suivante. Il n'a pas été possible de reprendre le contrôle absolu. Cet entretien a duré trois heures, mais chacune des questions de la grille d'entretien a été répondue. Cette situation s'explique par la position sociale de la personne issue d'un milieu social relativement favorisé. En effet, sa carrière professionnelle, dont elle est fière, a fait qu'elle s'est sentie supérieure à moi qui ne suis pas encore diplômée.

5.3 Récit du processus de collecte de données

Ces différentes méthodes de récolte de données ont été mises à l'œuvre lors d'une longue phase de terrain. Pour la rendre plus concrète, elle va être détaillée dans les pages à venir.

5.3.1 Trouver un terrain

L'envie de travailler sur ce sujet provient d'un attrait pour les projets alternatifs et novateurs. La danse a été choisie simplement parce que c'est un sujet qui m'intéresse et que je trouve fascinant. La première phase de ce long processus de la collecte des données, était de trouver un organisme avec lequel il était possible de travailler. Cette étape a consisté à rechercher tous les organismes offrant des ateliers de danse, dans une visée de médiation culturelle ou d'intervention sociale, présents à Montréal. Ensuite, une prise de contact par courriel a eu lieu avec chacun d'entre eux. Au total, huit rencontres virtuelles ont eu lieu parmi tous les organismes contactés. Le but de ces rencontres était d'une part d'en apprendre plus sur les organismes et d'autre part de proposer le projet et de savoir s'ils étaient intéressés par ce dernier. Au terme de cette démarche, une entente a été conclue avec deux organismes. Ces derniers avaient une démarche qui correspondait au sujet de recherche et ils étaient intéressés à travailler avec moi. Mais comme cela a été dit auparavant, il n'a pas été possible de travailler avec le second organisme.

Une bonne relation s'est créée avec les directrices de l'organisme Prima Danse. Pour décrire rapidement Prima Danse, c'est un organisme présent à Montréal, proposant comme services des ateliers de danse dans une perspective d'intervention sociale. Les ateliers de danse ont lieu au sein de différentes institutions commanditaires. Les ateliers sont animés par deux intervenant.e.s. Les groupes participants aux ateliers sont des groupes homogènes. C'est-à-dire que les personnes appartenant au groupe ont des caractéristiques similaires ou des problématiques semblables, par exemple, être une personne en itinérance ou être une femme âgée de plus de soixante-dix ans. Par exemple, chez Prima Danse, depuis 2021, des ateliers sont donnés dans un organisme pour hommes en situation d'itinérance, les participants sont des hommes vivant dans la « résidence pour aînés de la rue ».

5.3.2 La collecte des données

La collecte des données a véritablement commencé à l'automne 2021 et elle s'est étendue jusqu'au printemps 2022. Initialement, elle devait durer seulement un trimestre, mais la pandémie a rendu la tâche plus difficile.

Les organismes clients qui font appel aux services de Prima Danse ne sont pas « réguliers » dans le sens où les contrats, pour les clientèles d'adultes, sont généralement d'une durée de quatre semaines. Cette durée limitée provoque un important roulement. À la fin d'une session de quatre semaines, les organismes peuvent demander à renouveler le contrat, ainsi certains organismes sont récurrents. Aussi, Prima Danse est dépendant de la demande de ces organismes. Ces deux éléments rendent difficile la prévision des ateliers disponibles. Afin de pouvoir observer des sessions d'ateliers, des critères d'échantillonnage ont été établis afin de restreindre les observations à des publics adultes vivant des vulnérabilités. Notons que Prima Danse offre ses ateliers principalement à des publics mineurs et que pour des raisons éthiques le choix a été fait de se restreindre aux personnes majeures. Prima Danse me proposait donc des groupes se conformant à ces critères de vulnérabilité et d'âge. In fine, il était nécessaire que l'organisme client qui accueille Prima Danse accepte ma présence. De cette façon, quatre groupes ont pu être observés. Ils ont déjà été énoncés, mais il est pertinent d'approfondir les caractéristiques de chacun d'eux de sorte à en brosser un portrait précis.

5.3.3 Les différents groupes observés

La première session d'observation a eu lieu dans un centre communautaire pour personnes âgées. C'est un organisme communautaire qui vise à améliorer la qualité de vie des personnes âgées vivant à domicile dans un quartier résidentiel de Montréal. Les ateliers avaient lieu une fois par semaine pendant une heure durant quatre semaines. Au premier atelier, il y avait douze personnes participantes, onze femmes et un homme. Au fur et à mesure des semaines, le nombre d'individus participants n'a pas cessé de diminuer pour atteindre cinq participantes au dernier atelier. Les personnes participantes à ces ateliers avaient pour caractéristique d'être majoritairement des femmes blanches, un homme blanc a été présent aux deux premiers ateliers. Toutes sont à la retraite et elles sont parfaitement autonomes physiquement. Une intervenante était présente à tous les ateliers, elle était accompagnée par d'autres intervenantes de Prima Danse, de façon à être deux par atelier.

La seconde session d'observation a eu lieu dans un centre culturel haïtien situé dans un quartier en périphérie de Montréal. C'est un organisme communautaire qui œuvre auprès des familles du quartier, dans une perspective interculturelle. Les ateliers avaient, également, lieu une fois par semaine pendant une heure durant quatre semaines. J'ai pu être présente à trois ateliers seulement, participer au quatrième atelier n'a pas été possible à cause d'une contrainte personnelle. Le nombre de participantes aux ateliers est passé du simple au double. Au premier et au troisième atelier, elles étaient cinq. Au second atelier, elles étaient dix, quatre femmes étaient présentes au premier et il y avait six nouvelles participantes. Les participantes étaient uniquement des femmes racisées à la retraite. Elles étaient majoritairement haïtiennes à l'exception d'une personne qui était camerounaise. Malgré des difficultés liées à l'âge, elles sont toutes autonomes sans déficience physique. Une intervenante de Prima Danse était présente à tous les ateliers, elle était constamment accompagnée d'une seconde intervenante qui changeait chaque semaine.

La troisième observation s'est faite dans une maison d'hébergement, à Montréal, pour les femmes qui rencontrent des difficultés telles que l'itinérance ou les violences conjugales ou familiales. Comme pour les deux précédents sites d'observation, les ateliers avaient lieu une fois par semaine pendant une heure durant quatre semaines. Les participantes étaient des femmes vivant au centre, d'âges et d'origines différentes. À tous les ateliers, une intervenante du centre était présente pour participer. Physiquement, elles étaient toutes autonomes, les capacités physiques de chacune étaient différentes dues à leurs différents âges. Le nombre de participantes variait entre six et trois selon

les ateliers. Deux intervenantes de Prima Danse étaient présentes à tous les ateliers, à l'exception du second atelier où l'une des intervenantes était seule.

Enfin, la dernière session d'observation s'est faite dans un organisme pour personnes âgées en situation d'itinérance. De la même façon que pour tous les sites d'observation précédents, quatre ateliers d'une heure ont été observés, ils avaient lieu une fois par semaine. Toutefois, les participants avaient déjà accès à des ateliers en 2021. Le contrat entre Prima Danse et l'organisme est un contrat qui s'étend sur plusieurs mois. Lorsque les observations se sont arrêtées, d'autres ateliers étaient programmés pour la suite de l'année 2022. L'une des intervenantes de l'organisme pour hommes en situation d'itinérance était présente par moment aux ateliers et participait. Les participants étaient des hommes vivant à long terme dans l'organisme, d'âge et d'origine différents. Tous n'avaient pas la même mobilité physique, mais ils étaient autonomes. Les participants étaient entre deux et quatre selon des ateliers. Pendant les quatre observations, c'est la même intervenante de Prima Danse qui était présente.

5.3.4 Les observations

Les observations dans chacun des groupes se sont bien déroulées. Ma présence n'a pas posé d'importantes difficultés, j'ai été bien accueillie dans chacun des groupes. Lors de la rencontre avec chaque groupe, les intervenantes m'ont introduite et je me suis présentée. Au début, une gêne, pour les personnes participantes comme pour moi, était palpable puis un lien de confiance s'est rapidement créé avec chacun des groupes. Il n'y a pas eu de phénomène de rejet ou de contestation envers ma présence. Par moment, la prise de note intriguait, dans ce cas je montrais les notes aux personnes afin qu'il n'y ait pas de doute ou de suspicion sur ce qui était écrit. Chacune des quinze observations a été enrichissante, ce qui a permis d'avoir des données riches de sens. En ce qui concerne les deux premiers lieux d'observation, les participantes étaient informées de la venue de Prima Danse par l'organisme accueillant. Dans le cas du centre culturel haïtien, les participantes reçoivent à chaque début de trimestre un flyer contenant toutes les activités à venir. Le passeport vaccinal était contrôlé dans ces deux premiers organismes, le centre communautaire pour personnes âgées et le centre culturel haïtien. C'est un élément qui a pu impacter le nombre de participants aux ateliers. De plus, le port du masque n'était pas obligatoire, mais près de la majorité des personnes participantes le portait. Cela a entraîné des répercussions sur l'observation des expressions faciales. Il existe deux autres limites valides pour chacun des groupes. Peu de

personnes participantes ont assisté à tous les ateliers de danse. Par exemple, dans le premier groupe, seule une participante a assisté aux quatre ateliers. Globalement, les personnes participent à deux ou trois ateliers. Ensuite, les ateliers nécessitaient d'être autonome physiquement et de ne pas être à mobilité réduite. En conséquence, il est possible de se demander si des personnes n'ont pas pu participer à cause de leur condition physique. Toutefois, précisons que Prima Danse propose des ateliers exclusivement pour personne en fauteuil roulant. Dans les faits, lorsque Prima Danse entre en contact avec un organisme client, les informations sont demandées sur la population attendue à l'atelier, de cette façon Prima Danse adapte son plan de cours. Une autre variable à prendre en compte est l'heure à laquelle se déroule l'atelier. Dans le cas de deux groupes, les ateliers avaient lieu le matin, à neuf heures pour l'organisme pour hommes en situation d'itinérance et dix heures pour le centre pour femmes en instabilité résidentielle. Sans certitude, il est possible que cela ait entraîné des répercussions sur le nombre de personnes participantes.

5.3.5 Le recrutement des personnes participantes

À chaque atelier, au début comme à la fin, des tentatives de recrutement pour les entrevues avaient lieu. Les critères de sélection n'étaient pas nombreux. Les personnes devaient avoir plus de dix-huit ans, être francophone et avoir participé aux ateliers donnés par Prima Danse. Le recrutement s'est avéré être difficile et long. D'une part, certaines personnes étaient hésitantes, c'est pour cela qu'elles ont accepté uniquement au bout de quatre semaines. Plusieurs ont refusé et n'en voyaient pas l'intérêt. D'autre part, le bassin de recrutement était restreint. Avec ces critères, il n'était pas possible de toucher un public massif ou large, ainsi, les chances de recruter étaient plus minces.

Quant au recrutement des intervenantes, il n'y a eu aucun obstacle. Chaque intervenante rencontrée lors des ateliers a accepté une entrevue. En effet, quinze ateliers ont été observés, seulement c'était toujours les quatre mêmes intervenantes, ainsi elles ont toutes été interviewées. Concernant l'entrevue avec l'une des directrices de Prima Danse, comme il y avait des échanges réguliers avec elle, elle a accepté directement. Un portrait des personnes participantes sera dressé ultérieurement, dans le prochain chapitre.

5.3.6 Déroulement des entretiens

Les treize entrevues se sont déroulées de différente façon et sont de durée variable entre une et deux heures. Deux entrevues ont eu lieu directement chez les personnes. Six autres entrevues se

sont déroulées dans un café de leur choix. Une entrevue s'est faite en Zoom. Et les quatre dernières se sont faites par téléphone. Cette hétérogénéité dans le lieu de l'entrevue s'explique par le fait qu'une partie des personnes participantes soit constituée de personnes âgées, de plus de soixante-dix ans, et par le fait qu'elles avaient peur de la Covid-19. Pour ne pas leur causer de l'anxiété en leur demandant de manipuler des outils numériques tels que Zoom, effectuer les entrevues par téléphone a été l'alternative du compromis. La conséquence est que les entretiens sont plus courts et certainement moins riches, car il est délicat de garder au téléphone une personne pendant un long moment alors que cette dernière est prise dans son quotidien. Hormis cet obstacle, les entrevues se sont correctement déroulées. Les données obtenues sont riches. Il semblerait que tout le monde ait passé un bon moment.

5.4 Récit des opérations d'analyse effectuées

Pour analyser les données obtenues lors des entretiens, les trois étapes d'analyse élaborées par Van Campenhoudt, Marquet et Quivy (2017) ont été d'une grande aide. Au fur et à mesure des entretiens, une transcription intégrale de chacun d'entre eux était effectuée. De cette façon, aucun élément n'était éliminé dès le début afin de disposer d'un maximum d'éléments à analyser pour ne pas ôter des informations qui auraient pu être pertinentes. Par ailleurs, lors des transcriptions, une première analyse a été effectuée en mettant des notes, les idées jonchaient les verbatims. Ensuite, la troisième stratégie d'analyse décrite par Paillé et Mucchielli (2021) a été utilisée. Des annotations brèves en marge des textes ont été utilisées afin de révéler les phénomènes ainsi que les propos des personnes pour ensuite les inscrire dans des catégories. À la suite de cela, une codification manuelle de chaque entretien a eu lieu. Il a été choisi délibérément de ne pas utiliser de logiciel de codification. Une fois tous les entretiens codifiés, chaque code et son contenu ont été reportés et organisés dans des fichiers distincts. Pour autant, cette façon de procéder a été un frein à l'analyse. En effet, une fois chaque code organisé, je ne suis pas parvenue à les exploiter pour aboutir à une interprétation, car le raisonnement nécessaire à ce moment-là ne correspondait pas à ma logique.

Suite à cela, la décision a été prise de recommencer l'analyse en suivant les trois étapes d'analyse élaborées par Van Campenhoudt, Marquet et Quivy (2017). Procéder ainsi a été la source d'une interprétation riche. Les transcriptions étaient déjà faites. Ensuite, à partir d'une grille d'analyse,

réalisée en partie à partir des codes, le contenu des entretiens a pu être traité. Ceci a permis de réaliser une analyse à deux niveaux. D'une part, la structure de chaque entretien a été révélée grâce à la mise en relation des éléments pertinents. Cela a permis de mettre en évidence le système de représentation de chacune des personnes. D'autre part, une comparaison a pu être faite entre tous les entretiens. Tous les entretiens des intervenantes ont d'abord été comparés les uns aux autres. Ensuite, il en a été de même pour les entretiens des participant.es aux ateliers. Enfin, les entretiens des intervenantes ont été comparés à ceux des personnes participantes. L'objectif était de faire apparaître les convergences, les divergences, mais aussi « les logiques sociales implicites » (Ibid).

Opérer de cette façon, a permis une complexification de l'analyse, car le procédé était par « questionnement analytique » (Paillé et Mucchielli, 2017). C'est-à-dire qu'en travaillant une seconde fois l'ensemble des verbatims, des questionnements sont apparus. Les interpellations créées ont été à l'origine de raisonnements nouveaux pour lesquels il a été nécessaire de réaliser une recension des écrits afin d'y répondre. L'analyse a été une source de découverte, ce qui a impliqué d'effectuer des allers-retours avec les matériaux récoltés. Procéder ainsi relève de la théorie ancrée.

Les données obtenues ont, ensuite, été mises en relation avec les observations réalisées (Beaud, Weber ; 2010). Comparer les matériaux entre eux est une première étape de la triangulation (Van Campenhoudt, Marquet et Quivy, 2017). Ensuite, les données obtenues au terme de l'analyse ont été comparées à la revue de la littérature (Beaud, Weber ; 2010). Il s'agit de la seconde étape de triangulation. Enfin, la dernière étape est la mise en correspondance des résultats de l'analyse avec les hypothèses réalisées auparavant. Les résultats de l'analyse vont être présentés dans la quatrième partie.

Chapitre 6. Description du déroulement des ateliers

Les ateliers vont être décrits afin de permettre aux lecteurs de se plonger dans les observations qui ont été effectuées. Pour cela, l'écriture sera plus narrative, ponctuée de portraits non exhaustifs d'intervenantes et de personnes participantes. D'abord, le profil sociodémographique ainsi que le parcours de vie de la personne seront dressés à partir des entretiens. Puis, la relation de l'individu à la danse sera explicitée.

Ce sont essentiellement les observations ainsi que les notes de terrains qui vont être mises à profit pour fournir une description la plus riche possible. La structure des ateliers ainsi que leur déroulement étant similaires, tous ne vont pas être dépeints. Puisque chaque groupe a assisté à une session de quatre ateliers, chacun des ateliers composant la session va être décrit selon un groupe. Ce choix est réalisé afin de donner une perception d'ensemble d'une session donnée par Prima Danse. Les quatre ateliers qui vont être décrits ont été choisis pour leur pertinence. Ce sont des ateliers au déroulement relativement semblable aux autres ateliers, mais qui comportaient aussi des exercices inédits, pertinents pour la recherche. De plus, certaines personnes ayant des profils sociodémographiques similaires et pour ne pas rendre rébarbatifs cette description, le choix a été fait de ne pas broser un portrait de toutes les personnes participantes. Seuls les plus significatifs vont être établis. Quant à la directrice de Prima Danse, son portrait ne va pas être fait, car elle n'animait pas d'atelier.

6.1 Premier atelier au centre communautaire pour personnes âgées

Mercredi 6 octobre 2021 se déroule de 14 à 15 h au centre communautaire pour personnes âgées le premier atelier d'une série de quatre. Deux intervenantes de Prima Danse sont présentes. Il s'agit de Sophie et d'Helena. Elles arrivent quelques minutes en avance. Une personne du centre est là pour les mettre à l'aise et leur transmettre quelques informations. La grande salle où se déroule l'atelier est vide. Les personnes participantes ne sont pas encore arrivées. Elles en profitent alors pour installer des chaises en arc de cercle dans la pièce pour permettre aux individus participants de s'asseoir si le besoin se fait ressentir. Cette grande pièce est équipée d'un système de son auquel elles branchent leur téléphone, ainsi que de grandes fenêtres et d'un mur entier de miroirs. Les personnes participantes vont arriver les unes après les autres. Au total, elles seront treize, dont

Colette. Parmi ces personnes, un seul homme est présent. Ce sont des personnes blanches retraitées qui parlent toutes parfaitement le français à l'exception d'une dame qui n'est pas francophone. Toutes les personnes sont autonomes, sans restriction physique. Certaines ont déjà participé à des ateliers de ce type. Les tenues vestimentaires sont très variées, certaines sont en tenue de sport, d'autres portent des ballerines.

Colette¹ est une femme de soixante-quatre ans. Elle est née en France de parents québécois, elle se considère fondamentalement québécoise, car elle est arrivée au Québec à l'âge de deux ans. Elle se déclare catholique. Au secondaire, elle a fait ses études dans une institution religieuse. Puis elle a beaucoup voyagé pendant ses études. Son souhait initial était de devenir avocate. Mais, elle a préféré l'administration des affaires où elle a poursuivi une carrière de gestionnaire. Puis, elle s'est orientée vers les ressources humaines en gestion du personnel et d'entreprise, communément appelée le développement organisationnel. C'est dans ce domaine où elle a fait carrière. En travaillant à son compte pendant des années. Colette se considère « professionnelle des hauts ». C'est-à-dire qu'elle travaillait avec des personnes au statut socio-économique élevé et qui se considéraient importantes. Elle est mère deux enfants et grand-mère d'une petite fille. Aujourd'hui, divorcé et à la retraite, son mode de vie la maintient en forme, en santé. Propriétaire d'un appartement sur l'avenue Mont-Royal, elle a conscience de faire partie des femmes privilégiées.

Pour Colette, danser c'est « exalter la vie par le mouvement sur la musique ». La danse a une part importante dans la vie de Colette, c'est pourquoi elle considère que « la danse c'est la vie ». En effet, la danse est sa passion, son regret est de ne pas être devenue une professionnelle de la danse. Elle l'a pratiquée tout au long de sa vie. Elle se dit très douée. Grâce à la danse, elle se maintient en forme. Elle se dit reconnaissante et chanceuse de pouvoir pratiquer sa passion à la retraite. Participante au centre communautaire pour personnes aînées, elle a assisté à trois ateliers sur quatre.

Sitôt l'atelier commencé, la personne du centre communautaire quitte l'atelier. Elle était présente pour faire l'entremetteuse entre les personnes participantes et les intervenantes. Les personnes sont disposées dans la pièce en cercle au sein duquel les intervenantes sont intégrées. L'observation se fait également à partir du cercle, légèrement en retrait. Les personnes participantes n'interagiront pas avec moi en ce premier atelier, mais elles vont m'observer. Précisons, les intervenantes m'ont introduite en début d'ateliers.

¹ Les prénoms ont été modifiés.

L'atelier débute par un temps de discussion durant lequel les intervenantes se présentent, énoncent la mission de Prima Danse et les objectifs des ateliers, il s'agit de recommencer à bouger, de ressentir quelques bienfaits physiques et de créer des liens entre les personnes. Ensuite, le premier exercice commence. Il s'agit de l'échauffement. Étant donné que les personnes participantes ne se connaissent pas, de la gêne est palpable. Les visages sont fermés, peu de sourires sont présents et il n'y a pas de communication entre les personnes participantes. Au travers de l'échauffement, l'objectif est d'étirer ses muscles et de s'éveiller. Cela passe par le massage de certaines zones du corps et du visage pour favoriser la circulation sanguine et détendre ces zones. L'idée est de stimuler, de provoquer des ressentis en exerçant des pressions, sur les cuisses ou sur les épaules par exemple. De nombreuses zones ont été stimulées. Pendant que l'échauffement a lieu, les intervenantes précisent que chaque personne doit respecter ses limites physiques et encouragent les individus participants. Au terme de l'échauffement, les visages s'ouvrent, de l'enthousiasme se fait sentir.

L'atelier se poursuit par un exercice « brise-glace ». Il est demandé aux personnes participantes d'associer leurs prénoms à un geste. Ainsi, tour à tour, chacune crée un geste et reprend ceux créés par les autres. La combinaison de tous les noms constitue un enchaînement. Lorsque les intervenantes mettent la musique, les corps bougent peu, on sent de la retenue. Pour autant, tout le monde s'investit volontiers et se concentre. L'exercice est ponctué par des rires en réaction à certains gestes. Sophie, l'intervenante, rappelle : « chacun adapte à son niveau ». Elle ajoute : « présence d'ouverture dans le groupe, ça va bien se passer ». Au travers de ces paroles, Sophie estime que les personnes participantes sont réceptives à ce qu'elle propose. À terme, même les plus timides se laissent prendre au jeu. Toutes les personnes font preuve d'attention aux autres et à leurs mouvements, elles s'appliquent à retenir. L'ampleur des gestes varie selon chaque personne. Lorsque l'exercice touche à sa fin, une participante prend la parole : « je pensais qu'on allait danser ». La spontanéité et l'audace de ses propos suscitent des rires et des commentaires. Certaines personnes approuvent, d'autres jugent. Les intervenantes réagissent, elles expliquent qu'elles souhaitent précéder graduellement étant donné que c'est le premier atelier et qu'elles ne connaissent pas les capacités de chaque personne. Suite à cela, un brouhaha apparaît, les avis divergent, tous et toutes donnent leur opinion simultanément. Une participante quitte l'atelier. Le groupe se scinde en deux, il y a les personnes qui veulent bouger plus et celles qui souhaitent se

laisser porter par le programme des intervenantes. Au terme du désaccord, Sophie exprime son ressenti : elle se sent déstabilisée.

Sophie est une femme de vingt-deux ans, née au Québec. Diplômée d'un baccalauréat en psychologie, elle est actuellement en maîtrise de psychologie dans le but d'effectuer un doctorat par la suite.

Sophie danse depuis qu'elle est toute jeune, c'est une passion qui lui permet de s'exprimer et qui lui apporte du bien-être. La danse lui permet de créer des liens, de s'améliorer, de trouver sa façon d'être bonne et de performer. En plus de suivre des cours de danse, elle participe à des compétitions et des formations. La danse est un domaine dans lequel elle souhaite se surpasser, aller toujours plus loin. Pour cela, elle y accorde une grande partie de son temps.

Elle est employée depuis deux ans chez Prima Danse. C'est la plus jeune de l'équipe. Elle connaît l'une des directrices de Prima Danse depuis dix ans, car c'était sa professeure de danse et la meilleure amie de Sophie est la sœur de son ancienne professeure de danse. Elle a commencé chez Prima Danse dans le cadre d'un remplacement. Alors qu'initialement elle percevait la danse comme un sport, Prima Danse l'a conduit à la concevoir comme un moyen d'intervention. Au final, à ses yeux, Prima Danse se trouve être « un mélange parfait », un juste milieu entre ce qu'elle étudie -la psychologie- et sa passion pour la danse. Cela lui permet de mettre en application ses deux centres d'intérêt en même temps.

L'atelier se poursuit, sans crispation apparente, avec un exercice de travail musculaire et d'équilibre. Il s'agit d'activer les muscles en enchaînant plusieurs mouvements qui visent l'équilibre et la coordination entre les bras et les jambes. Les intervenantes se sont adaptées aux demandes du groupe en augmentant le rythme des enchaînements ainsi que la difficulté. Les mouvements demandent des efforts d'équilibre aux personnes participantes qui l'expriment par des grimaces. Malgré cela, leurs mouvements sont plutôt souples et amples. L'atelier continue par une chorégraphie de danse contemporaine. Les personnes se positionnent en format cours, c'est-à-dire que les intervenantes font face aux personnes participantes en lignes. Les personnes sont concentrées. Elles suivent attentivement les intervenantes qui leur montrent les mouvements à suivre. Dans un premier temps, les intervenantes montrent les pas en comptant les temps à voix haute tandis que les personnes participantes les imitent instantanément. Trois questions sont posées à propos de la technique. Globalement, durant l'atelier, on note peu d'échanges verbaux, que ce soit entre personnes participantes ou avec les intervenantes. Au fur et à mesure du déroulement de

la chorégraphie, certaines personnes comptent les temps en chuchotant. Le seul homme présent dans l'atelier se laisse totalement aller et occupe un plus grand espace. Les personnes donnent de l'énergie à reproduire l'enchaînement de pas et ne craignent pas de se tromper. Quelques commentaires sont présents lorsque Sophie, l'intervenante, annonce l'artiste qu'elle va mettre comme soutien musical. À présent, le temps est venu de la pratique : les personnes participantes doivent reproduire la chorégraphie sur la musique, toujours accompagnées et encouragées par les intervenantes. Certaines personnes se laissent aller sur la musique et effectuent des gestes de plus en plus amples. Une dame va s'asseoir pour se reposer.

Les intervenantes proposent une seconde chorégraphie aux personnes participantes, mais de hip-hop cette fois-ci. Sophie montre l'enchaînement de mouvements, les personnes participantes se prennent au jeu et reproduisent les mouvements. Les mouvements présents dans l'imaginaire commun lorsqu'il est question de hip-hop sont repris par les personnes participantes. Helena, l'intervenante, souligne que le seul homme du groupe « est en feu aujourd'hui », effectivement il se laisse aller et donne de l'énergie. Chaque personne va à son rythme. Toutes les personnes s'investissent et se laissent prendre par la musique rythmée.

Le temps est venu de la pause. Les personnes rejoignent leur chaise pour boire de l'eau. Deux dames discutent entre elles, trois autres dames discutent de leur côté et six personnes sont silencieuses. Au terme de la pause, la chorégraphie de hip-hop reprend. À cette dernière est ajoutée la première chorégraphie contemporaine. Deux dames rient entre elles après avoir répété l'ensemble des enchaînements. À la fin, des applaudissements retentissent.

Les intervenantes proposent un moment de danse libre sur du Elvis Presley, automatiquement tout le monde danse une sorte de twist. L'atelier se termine sur une période d'étirement. Cette relaxation s'effectue en cercle sur une musique calme. Le participant est plus avancé que les autres au sein du cercle. Toutes les personnes sont réceptives aux mouvements proposés par les intervenantes. Elles se laissent bercer par la musique tout en restant attentives à ce qu'il se passe. Majoritairement, les personnes se sentent peu libres de créer. L'homme participant s'est senti de plus en plus à l'aise durant l'heure, à tel point que pendant la relaxation il se met à bouger et à danser comme il le souhaite.

L'atelier se termine, les intervenantes demandent des suggestions de musique ou d'activités pour répondre à tous les besoins et tous les goûts. Les personnes participantes ont exprimé leurs

opinions, leurs satisfactions ainsi que les musiques qu'elles aimeraient. Les intervenantes expliquent que le premier atelier sert à prendre contact et à instaurer la confiance. Elles vont s'adapter au dynamisme du groupe. Toujours collectivement, des remerciements sont lancés, et certaines personnes approuvent le déroulement de l'atelier : « j'ai aimé », « ça me sort de ma zone de confort », « ça relie mon corps à ma tête », « je suis curieuse et ouverte d'esprit ». Ensuite, adviennent quelques échanges en tête-à-tête entre intervenantes et personnes participantes. Globalement, les personnes sont parties très vite, en cinq minutes il n'y avait plus personne.

6.2 Deuxième atelier dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance

Le 9 mars 2022, le second atelier dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance est donné de 9 à 10h00. Seule Marion, intervenante à Prima Danse, est présente. Elle arrive quelques minutes avant et est accueillie par une intervenante de l'organisme, elles se connaissent.

Marion est une femme âgée de trente-trois ans, née au Québec. Après son double DEC en danse et sciences humaines, elle est allée à l'École de danse contemporaine de Montréal. Actuellement inscrite à l'université, elle a déjà complété un certificat d'intervention en dépendances. Présentement, elle réalise un certificat en sexologie pour peut-être faire un baccalauréat. Marion est devenue massothérapeute lorsqu'elle a terminé son école de danse contemporaine. En pratiquant, elle s'est aperçue qu'elle aimait la relation d'aide, le fait de donner et d'être présente pour les personnes. Suite à cela, plutôt que de s'inscrire dans une relation physique à la personne, elle souhaite s'inscrire dans une relation intellectuelle, mais toujours dans une visée thérapeutique. La pratique de la danse en intervention sociale lui apparaît comme un juste milieu.

Initialement, Marion voulait faire un cursus en psychologie. Pour ce faire, elle a effectué à distance des cours de niveau collégial en mathématiques et biologie manquant à son cursus. Alors qu'elle cherchait à travailler en parallèle à ses études, elle est tombée sur une annonce de Prima Danse. Elle s'est dit que c'était un bon compromis entre ce qu'elle aime, la danse, ce qu'elle sait faire, l'animation, et ce qu'elle projette de faire, la psychologie. Intégrer Prima Danse allait donc de soi. En plus d'être intervenante chez Prima Danse, Marion enseigne la danse et est interprète pigiste.

Pour Marion, la danse correspond à une forme d'art et comme toute autre forme d'art, c'est un moyen d'expression. La danse implique d'utiliser le corps dans son entièreté pour justement véhiculer une émotion, un message ou une idée. Selon Marion, « c'est rendu très large ce qu'est la danse. Mais à la

base, j'dirais que c'est ça, un moyen d'expression par le corps, par le mouvement. » Marion a commencé la danse justement parce que c'était un moyen d'expression.

Elle a débuté la danse jeune par plaisir. Elle a choisi la danse, car elle aimait bouger, faire du sport, mais aussi l'art. La danse contemporaine est le style de danse qui l'a immédiatement intéressée. La danse a été, pour Marion, le moyen d'exprimer « un trop plein ».

L'espace où se donne l'atelier est déjà prêt. Les chaises sont disposées, des briques d'eau sont à disposition des participants. L'espace où se déroule l'atelier n'est pas une pièce fermée. Il s'agit du hall d'un des étages qui donne accès aux chambres de l'organisme. C'est un espace vitré très lumineux. L'ascenseur qui dessert l'étage est dans ce même espace, ce qui entraîne beaucoup de va-et-vient. Les nombreuses personnes qui sont passées pendant l'atelier sont toutes entrées, d'une manière ou d'une autre, en interaction avec le groupe en train de danser. Deux participants, des habitués présents à chaque semaine que l'intervenante Marion connaît très bien, arrivent à neuf heures. Deux autres personnes arriveront quelques minutes en retard, eux aussi Marion les connaît bien. L'intervenante de l'organisme participe aux vingt premières minutes de l'atelier. Elle va suivre le cours de la même façon que les participants. À l'exception de Marion, personne n'est en tenue de sport, ils sont en jeans. Les participants sont tous des hommes de différentes nationalités, âgés de cinquante ans et plus, résidant à long terme dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance. Tous ont déjà participé aux sessions précédentes données par Prima Danse. Lors de cet atelier, mais aussi pendant tous les autres, les participants interagissent avec moi, allant jusqu'à m'inclure dans le groupe. Les participants sont positionnés en cercle, dont Marion fait partie. Je fais également partie du cercle, mais je suis en retrait.

Dans cet organisme, chaque exercice dure environ sept à dix minutes. L'atelier commence par une période de discussion. De nombreux sujets de la vie quotidienne sont abordés, allant de comment les personnes se sentent, au retour des beaux jours qui vont permettre de rendre accessible la terrasse. L'atelier se poursuit par l'échauffement. Il se pratique assis, la musique est douce. Au début, Marion demande aux participants d'effectuer des cercles avec la tête, puis avec les épaules. Deux hommes font des bruits discrets pour manifester des douleurs musculaires. Ensuite, Marion propose d'étirer le haut du corps. Les personnes se laissent guider par la voix de l'intervenante et la regardent peu. Par moment, ils jettent un coup d'œil pour regarder les nouveaux gestes, sinon ils regardent droit devant eux fixement. L'un des participants rit beaucoup. L'intervenante Marion

dit : « ça va bien la souplesse ». Par la suite, elle propose de réaliser un mouvement qui nécessite de se lever puis de se rasseoir. C'est un moyen de transition qui positionne les participants debout pour le prochain exercice. En ce début d'atelier, pratiquement personne ne parle, Marion occupe l'espace en parlant.

L'atelier continue avec un exercice de gestuelle énergétique et de renforcement musculaire. L'intervenante de l'organisme quitte l'atelier. Le premier mouvement à réaliser est des flexions de jambes. Trois participants parviennent à mobiliser leur bras pour les faire. L'un des participants perd l'équilibre, il tombe. Son voisin le rattrape avant qu'il ne tombe totalement. L'homme passera la suite du cours assis à observer. Il interagira quelques fois. Les mouvements se poursuivent, Joseph les fait en tournant sur lui-même alors que ce n'est pas nécessaire. Il quitte l'atelier pour se rendre à un rendez-vous. Avant de partir, il souhaite que je note dans mon carnet qu'il n'aime pas le lieu où se déroule l'atelier. C'est un lieu de passage qu'il ne trouve pas « agréable ».

Joseph est un homme né en Syrie en 1947. Aujourd'hui âgé de soixante-quinze ans, il est à la retraite. Né catholique, il s'est converti au judaïsme pour l'une de ses femmes. C'est d'ailleurs pour une femme qu'il est venu au Canada. Initialement, son voyage était temporaire puis il n'a pas pu retourner en Italie alors il s'est installé ici. Il a fait l'entièreté de sa carrière en pharmacie. Diplômé d'un doctorat en pharmacie en Italie, il a pu le faire reconnaître au Canada au moyen d'une équivalence de trois ans. Grâce à cela, il a pu être pharmacien au Québec toute sa vie. Plus précisément, il était propriétaire de plusieurs pharmacies. Il s'est retrouvé à la rue suite à une décision de justice et vit depuis plusieurs années dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance.

Pour Joseph, danser correspond à faire de l'exercice. C'est aussi, pour lui, un moyen d'oublier. Aujourd'hui, il danse seul en regardant la télévision. Par le passé, il dansait en club de vacances et dans les boîtes de nuit. Il reconnaît ne pas être un professionnel, mais il prend du plaisir à bouger. Participant au sein de l'organisme pour hommes en situation d'itinérance, il assiste assidument à tous les ateliers depuis le premier.

À présent, il reste l'intervenante Marion, deux personnes qui participent et une personne qui observe en position assise. La suite de l'atelier est la chorégraphie. Elle se compose de quatre mouvements : un mouvement de bras, un de jambe et deux déplacements. Marion commence par montrer la chorégraphie, elle illustre, nomme et explique les pas. En plus, elle compte les temps. Elle décortique l'enchaînement pas par pas avant de le faire en entier. Les deux participants

s'investissent et sont attentifs. Ils ne parlent pas, car ils sont concentrés. Ils occupent l'espace de manière importante. Pendant l'apprentissage des mouvements, ils ne se détachent pas de Marion. Il n'y a pas de communication entre eux. Le participant plus âgé a plus de difficultés, il est plus lent. L'autre participant, plus jeune, est dynamique et a beaucoup d'énergie. Il effectue de grands gestes avec amplitude et énergie. La chorégraphie se termine avec des applaudissements.

Ensuite, Marion propose un exercice de musculation du bas du corps en prenant appui sur une chaise. L'objectif est de travailler les jambes grâce à dix répétitions du mouvement. L'intervenante Marion dit : « c'est pour s'échauffer à l'arrière des jambes ». Marion dit à l'un des participants : « vous êtes souple ». Effectivement, il est capable de faire des mouvements de jambes avec une grande amplitude. La suite de l'exercice se fait assise. Un participant confie : « quand je ne fais pas d'exercice, je grossis ». Après avoir fait le mouvement de pédale vers l'avant, Marion demande de le faire vers l'arrière, les participants continuent de le faire vers l'avant. Au fur et à mesure de l'atelier, la prise de parole est plus spontanée et plus fréquente. L'accès à la cour extérieure est souvent évoqué en lien avec l'arrivée des beaux jours et la reprise des activités extérieures. Pendant les mouvements, les deux participants laissent paraître leur effort par la présence d'essoufflement et de grimaces.

Marion l'intervenante propose de poursuivre avec « la danse des mains ». C'est un exercice qui mobilise les mains au travers de différents mouvements. Le premier est celui de la vague. Elle décortique le mouvement pour que les participants puissent le reproduire. Le plus âgé essaye, mais il manque de souplesse alors que l'autre participant parvient rapidement à effectuer la vague. Un résident en fauteuil roulant de l'organisme arrive pour prendre l'ascenseur. En l'attendant, il participe rapidement et interagit avec Marion et le groupe. Elle essaye d'attirer son attention en donnant des consignes intrigantes de mouvement à faire avec les mains, par exemple « tempête de neige, petite pluie », qui le feront se retourner pour regarder et reproduire le geste. Quand l'ascenseur est là, il s'en va. Les deux hommes n'ont pas de difficulté à coordonner leurs mains, leurs mouvements sont harmonieux. Ils ne communiquent toujours pas verbalement entre eux, mais sont attentifs l'un à l'autre. À présent, Marion souhaite que l'exercice devienne collectif en se communiquant la vague afin qu'elle tourne dans le groupe. L'intervenante souhaite que je participe. Le monsieur qui observe ne souhaite toujours pas participer. Les participants m'incorporent au groupe en me transmettant la vague plusieurs fois. À présent, le passage de la vague se fait debout,

ce qui implique de bouger tout son corps. Je reprends ma place d'observatrice. Ils se transmettent la vague avec intensité par les gestes. Ils n'attendent pas d'avoir la vague pour bouger, mais quand ils l'ont, ils bougent encore plus. Les gestes sont répétés. Un participant reste statique dans l'espace même s'il bouge son corps. L'autre, à l'inverse, occupe pleinement l'espace. Le premier a le visage entièrement fermé alors que le second prend plaisir à danser. Des contacts visuels sont présents entre les participants.

Pour l'exercice suivant, un participant suggère une musique : *C'est la vie* de Khaled. L'exercice est un exercice de rythme debout, il s'agit de danser aux différentes vitesses données par Marion l'intervenante. Bien que le monsieur soit très enjoué par la musique, il reste attentif aux consignes. Le participant le plus âgé va à son rythme. De plus, quand il se déplace, il ne va pas très loin de sa chaise. À l'inverse, l'autre participant bouge, saute, il a de la coordination, de l'équilibre, de la souplesse. Il place sa chaise dans le fond afin qu'il puisse se défouler sans encombre. À la fin de l'exercice, ils sont essoufflés, mais toujours debout.

Avant l'étirement final, un participant prend la parole pendant plusieurs minutes pour s'exprimer sur ce qu'il a vécu par le passé. C'est une personne réfugiée qui a perdu, il y a plusieurs années, toute sa famille suite au bombardement de son village. À la fin de son monologue, il s'excuse d'avoir monopolisé la parole et du temps, le participant assis lui répond que c'est correct.

L'atelier se termine par des étirements. La musique est calme. Les différents gestes consistent à se masser, tapoter certaines zones du corps pour détendre les muscles. Chacun le fait en fonction de la puissance qu'il a dans les mains. L'homme plus âgé souffle, ça travaille, il semble fatigué. Ensuite, ils s'étirent en levant les bras au-dessus de la tête, le monsieur âgé ne parvient pas à étendre complètement ses bras. L'autre monsieur a plus d'énergie qu'au début. Il est capable de lever les bras au-dessus de la tête et de toucher le sol avec ses mains. Bien qu'ils soient attentifs à ce que Marion l'intervenante dit, le monsieur observateur discute avec l'un des participants qui lui explique ce qu'il ressent pendant l'étirement. L'atelier se termine sur trois grandes respirations en levant les bras en l'air. Tout le monde s'applaudit. Le monsieur âgé part vite. L'autre monsieur remercie Marion. Il continue à discuter avec moi, à me poser des questions.

6.3 Troisième atelier au centre culturel haïtien

Le troisième atelier dans un centre culturel haïtien situé dans un quartier en périphérie de Montréal se déroule le 26 novembre 2021 de 10h30 à 11h30. Anne et une autre intervenante de Prima Danse sont présentes tôt.

Anne est une femme de trente ans. Au cégep, elle a effectué un double DEC en danse et en art et lettres. Ensuite, elle a obtenu un diplôme d'études collégiales en danse contemporaine. Une fois en activité, elle a décidé de se former en yoga.

Anne est chez Prima Danse depuis cinq ans. Elle ne travaille pas uniquement chez Prima Danse. Elle enseigne aussi la danse et le yoga. En parallèle, elle a des projets de création. Ce sont les ateliers donnés auprès de jeunes, par Prima Danse, sur l'hypersexualisation et les stéréotypes de genre qui ont été la source de motivation pour Anne à intégrer l'organisme. Elle estimait que c'était nécessaire d'éduquer les plus jeunes à ces sujets-là. Elle s'est aussi aperçue qu'un fossé était présent entre ce qui était montré de la danse aux jeunes au travers des vidéo-clips et ce que c'était pour elle, danseuse professionnelle. Les ateliers sont une façon de nuancer ce que les jeunes peuvent voir.

Pour Anne, la danse est un art et un sport qui permet d'avoir une santé globale, c'est-à-dire une santé mentale et physique. C'est aussi un moyen de développer sa créativité et son expression artistique. Le mouvement apporte au corps du bien-être, mais aussi la capacité de communiquer et partager sans avoir besoin de mots. C'est un moyen d'échanger, de partager et de créer des connexions avec les autres et avec soi-même.

À cinq ans, Anne a débuté la danse. La danse fait partie intégrante de sa vie au point que cette discipline nourrit chaque aspect de sa vie, c'est son univers. Selon elle, chacune de ses actions est toujours en lien avec la danse. De fait, la danse a toujours été un ancrage pour Anne. C'était sa « petite bouée ». Elle estime que la danse a toujours été là pour elle. À l'adolescence, la danse lui a permis de créer des relations sociales. Elle avait bâti son univers et ses amis autour. Aujourd'hui, la danse est un élément qui lui permet de se connecter à elle-même, d'apprendre à se connaître et de continuer à s'épanouir de sorte à toujours être créative et à sortir de sa zone de confort pour se renouveler. C'est aussi un moyen d'être équilibré et de s'exprimer.

Elles se sont retrouvées plus tôt pour organiser le déroulement de l'atelier. Elles vont animer les exercices chacune leur tour. La personne responsable du centre passe les saluer. L'atelier se déroule dans une grande pièce vide et vitrée, équipée d'un mur de miroir. Dans cette pièce se trouvent

uniquement des barres de danse classique et de l'équipement de fitness. Il n'y a pas de chaise, les participantes doivent s'asseoir sur les *stepper*. Les participantes vont arriver toutes ensemble quinze minutes en retard. Elles étaient dans une pièce à côté en train de prendre une collation fournie par le centre. Les cinq participantes ont toutes assisté aux deux premiers ateliers, dont Valérie et Béatrice.

Valérie est une femme à présent à la retraite. Aujourd'hui âgée de soixante-seize ans, elle est née en Haïti. À trente ans, elle est venue au Québec avec son mari et ses enfants. Le reste de sa famille est restée en Haïti. Son dernier enfant est né au Québec. Mère de trois enfants, elle est aussi grand-mère de six petits-enfants. En Haïti, elle était professeure d'école. En arrivant au Québec, sans diplôme reconnu, elle a été mère au foyer avant de travailler dans une manufacture, puis dans une garderie. À présent veuve, elle vit seule. Elle est de religion catholique.

Pour Valérie, danser signifie bouger. La danse ponctue son cheminement de vie. En Haïti, sans avoir suivi de cours de danse, elle aimait danser au bal. Actuellement, elle prend plaisir à danser seule chez elle. Qu'importe ce qu'elle fait dans son quotidien, elle danse. La musique est un support nécessaire à ses danses, elle danse sur tous les styles. Participante au centre culturel haïtien, elle a assisté à deux ateliers.

Ce sont toutes des femmes âgées, c'est-à-dire soixante-dix ans et plus. Toutes sont nées hors du Québec, la majorité d'origine haïtienne. Globalement, elles n'ont aucune limite physique, elles sont autonomes et dynamiques. Les tenues vestimentaires sont variées, une dame est en pantoufles et garde son sac banane sur elle, une dame a ses bottes de neiges et les trois autres sont en baskets. Les participantes sont positionnées en demi-cercle autour des deux intervenantes qui sont face à elles. Je suis à l'extérieur du demi-cercle, en arrière des participantes. Étant donné qu'elles sont face aux miroirs, je peux voir leurs réactions et expressions sur leurs visages. Au cours de l'atelier, les participantes interagiront avec moi et en fin d'atelier elles discuteront avec moi.

Béatrice est une femme âgée de soixante-dix-huit ans, née en Haïti. Elle rejoint son mari au Québec en 1974 avec sa fille de deux ans. Par la suite, elle a donné naissance à deux autres enfants au Québec. Le reste de sa famille est en Haïti. Là-bas, elle était enseignante au primaire. Arrivée au Québec, elle a eu différents emplois, par exemple dans une manufacture de couture en tant qu'opératrice de machine. Elle a aussi dirigé un restaurant et elle a été préposée aux bénéficiaires à la suite de l'obtention de son DEP. À présent à la retraite, elle est grand-mère de cinq petits-enfants. Elle vit dans un appartement au sein de la maison de sa fille. Elle est de religion catholique.

Sa définition de la danse correspond à « bouger le corps ». Elle aime beaucoup la danse, c'est une activité qu'elle a « toujours aimée », car elle aime bouger. En Haïti, elle participait à un cours de danse, elle n'a pas pu y assister longtemps, car elle habitait loin. Chez elle, elle danse tous les jours dès qu'elle entend de la musique à la télévision. Elle aime danser seule en faisant ses tâches quotidiennes. Ses amies l'associent à la danse, car dès qu'elles entendent de la musique, elles pensent à Béatrice. Elle a participé à trois ateliers donnés au centre culturel haïtien.

Après une période de discussion, l'échauffement par frottement ouvre l'atelier. Les intervenantes demandent d'effectuer des pressions, des frottements, des massages en commençant par le visage. Anne l'intervenante donne des indications verbales et précises à quoi servent les mouvements. Il n'y a aucun bruit dans la salle. Les participantes sont attentives, reproduisent exactement les mouvements. Globalement, elles sont souples, n'ont pas de difficulté à plier les genoux ou à se baisser. Pendant les automassages, elles font des pressions en y mettant de la force. Elles recherchent aussi l'étirement. Anne montre à présent des exercices de respiration qu'elles reproduisent à l'identique. Elles sont calmes et présentes. Une participante énonce ce qu'elle ressent : « ça travaille ». Les participantes sont complices entre elles, elles rient lors des changements d'exercice.

Après l'échauffement doux, Anne propose un échauffement cardiovasculaire. Par exemple, les mouvements consistent à effectuer de la boxe dans les airs, de la marche sur place et des torsions. C'est une musique latine qui accompagne l'exercice, cela rend les participantes heureuses. Les intervenantes encouragent verbalement les participantes qui s'adonnent dans les gestes. Au moment de faire une torsion de bassin, une participante hésite. L'ambiance est dynamique et joviale. Les mouvements amusent les participantes pour qui les visages s'ouvrent. Trois dames se laissent aller sur la musique. La personne plus âgée avec moins de mobilité que les autres s'investit grandement. Chacune fait selon ses limites. La seconde intervenante pousse des cris, fait des bruits d'encouragement pour accompagner les mouvements. À la fin de l'exercice, une participante dit : « c'est bon pour le cœur ».

L'atelier se poursuit avec la chorégraphie, les personnes se placent en format cours, c'est-à-dire que les intervenantes sont devant dos aux participantes qui sont derrière en ligne. Cette chorégraphie se compose d'un enchaînement de quatre mouvements chacun répété quatre fois de suite. Lorsque les intervenantes montrent une première fois l'enchaînement, les participantes sont

attentives et dubitatives en même temps, elles regardent les intervenantes avec de grands yeux. Elles sont sceptiques lors de la démonstration. Puis, après avoir observé les intervenantes, elles imitent. Lorsqu'il s'agit d'enchaîner les mouvements, toujours dans la répétition, une dame n'a pas tout retenu, elle se trompe et ne se repère pas. Deux dames ont une belle prise d'espace. Une dame rit malgré cela, c'est très calme. La chorégraphie contient un mouvement de hip-hop auquel est associé le son « yo », ce mouvement fait extrêmement rire les participantes qui le répètent en disant « yo, yo, yo ». Pendant la répétition de la chorégraphie, elles rencontrent quelques difficultés à retenir l'enchaînement. Une participante dit : « j'ai trop chaud ». Une fois qu'Anne l'intervenante met la musique, les participantes se mettent à danser. C'est l'heure d'effectuer la chorégraphie, mais les participantes sont déroutées, bien qu'elles imitent les intervenantes, l'enchaînement est trop rapide, elles ne parviennent pas à faire les gestes en entier. Elles semblent en difficulté. Les intervenantes entre elles : « elles semblent mélangées ». Malgré cela, les participantes fournissent des efforts, au fur et à mesure, elles s'améliorent. À la fin, une participante s'exclame : « il fait chaud ».

L'atelier se poursuit sur un exercice de création à partir d'images. À ce propos, l'intervenante Anne dit : « on va aller chercher votre créativité. On va la stimuler avec des mouvements ». Les intervenantes montrent des photos préalablement sélectionnées à partir desquelles les participantes doivent créer un mouvement. L'enchaînement de tout le mouvement sera ajouté à la chorégraphie. Les personnes se positionnent en demi-cercle. Cet exercice laisse sceptiques les participantes qui ne font pas un bruit. Puis, elles se laissent prendre au jeu. Les intervenantes les encouragent à chaque mouvement. Certains mouvements sont accompagnés de bruits. Les mouvements sont associés les uns aux autres au fur et à mesure. Une dame s'assoit. Toutes sont volontaires, elles ne disent pas qu'elles n'ont pas d'idée. Elles sont disciplinées, mais dans le même temps qu'elles jouent, elles semblent retomber en enfance. La dame la plus âgée est dirigée par les autres. La musique pour l'enchaînement est rythmée, cela les fait bouger. Elles s'amusent, elles semblent contentes, ce qui va de pair avec une augmentation de la prise d'espace. À la fin, des dames s'applaudissent.

À présent, il s'agit de refaire la chorégraphie en ajoutant l'enchaînement nouvellement créé ainsi qu'une pose finale au choix de chacune. Au début, la musique leur inspire un piétinement. Elles font la chorégraphie selon leur interprétation, l'enchaînement des images est mieux retenu, pour la

pause finale, elles imitent les intervenantes. Lors de la seconde répétition, Anne filme pour conserver l'enchaînement, seule la seconde intervenante anime. La fatigue se fait ressentir, elles sont plus déconcentrées. Pour la pause finale, elles s'éloignent de l'intervenante.

L'atelier termine sur un étirement debout. Les personnes forment un cercle restreint. Les femmes profitent du moment en fermant les yeux, elles se font des câlins à elles-mêmes lorsqu'il s'agit de se serrer dans les bras. Le silence est total, il y a uniquement de la musique classique. Toutes savourent le moment.

À la fin de l'atelier, elles disent ne pas se sentir fatiguées et d'avoir bougé leur a fait du bien. Une dame me confie qu'elle a annulé un rendez-vous exprès pour venir à l'atelier, car il est hors de question qu'elle en manque un. Avant de partir, elles remercient les intervenantes, elles leur disent qu'elles les aiment. Une participante conclut : « c'était très intéressant, amusant ».

6.4 Quatrième atelier au centre pour femmes en instabilité résidentielle

Le quatrième et dernier atelier se déroule le 30 novembre 2021 de 10 à 11 heures au centre pour femmes en instabilité résidentielle. Les intervenantes lors de cet atelier sont Helena et Marion. Étant donné qu'elles connaissent les lieux, elles se rendent directement dans la pièce où l'atelier se déroule. Une intervenante du centre, qui assiste aux ateliers, les rejoint.

Helena est une femme de trente-trois ans. Après avoir fait une technique en danse contemporaine, elle a fait un baccalauréat en danse à Concordia. Actuellement, elle fait un certificat en psychologie afin d'avoir les prérequis pour faire une maîtrise en danse adaptée. Elle possède aussi une formation de yoga.

Depuis trois ans, Helena est chez Prima Danse. Au début, l'organisme était axé sur les compétitions de danse et l'animation, ce qui posait des difficultés à Helena pour trouver sa place. Puis, doucement, l'organisme s'est dirigé vers le communautaire, orientation au sein de laquelle Helena y trouve un intérêt. Intervenir au sein des organismes communautaires l'intéresse. Grâce à cela, elle se sent « plus » proche de la mission. Initialement, Helena voulait travailler dans une compagnie offrant des cours. D'autres le font, mais l'avantage avec Prima Danse c'est que l'organisme trouve les contrats et « défriche », c'est-à-dire que le contact est établi avec de potentielles nouvelles clientèles. De plus, elle a la volonté de rencontrer différents milieux de vie et de population ce qui est possible avec Prima Danse. Ceci lui permet d'apprendre beaucoup de cette diversité.

À côté de Prima Danse, elle travaille avec un organisme qui propose des projets en CHSLD et elle est professeure de danse. Antérieurement, elle a déjà travaillé dans une compagnie pour jeune public où il s'agissait de rencontrer les jeunes par la danse.

Lorsque Helena a commencé la danse, elle était jeune et c'était par plaisir puis, au secondaire, la danse est devenue sociale. Ensuite, c'est la performance, l'excellence et la discipline qui l'intéressait. Cette envie d'excellence a évolué, à présent, elle souhaite découvrir de nouvelles façons de travailler la danse notamment parce que la danse est pour elle un moyen d'expression qui permet l'alliance de la créativité à un corps qui habite un imaginaire.

Pour Helena, la danse est universelle, car elle est présente dans d'autres cultures. Par ailleurs, la danse est un corps en mouvement, c'est un élément caractéristique de son universalité, car on a tous des corps. Elle prend aussi l'exemple des bébés qui bougent lorsqu'il y a de la musique pour justifier l'université de la danse. Grâce à cette caractéristique, la danse peut être un moyen de rencontre. De plus, elle juge la danse révélatrice de ce qu'il se passe à l'intérieur des personnes, dans leur psychisme.

L'atelier se déroule dans la pièce de vie du centre qui sert de salle à manger. À leur arrivée, les intervenantes poussent les tables et chaises afin de libérer l'espace pour danser. Une fois l'espace libéré, elles disposent des chaises en cercle. La pièce étant accessible à toutes les résidentes, ce sera un lieu de passage durant l'atelier. Les curieuses viennent aussi discrètement observer ce qu'il se passe. Au début, trois personnes participent à l'atelier. En cours d'atelier, Juliette rejoindra le groupe, à ce moment-là, elles seront quatre participantes. Toutes ont déjà participé à un atelier de la session, à l'exception d'une dame qui a participé à tous les ateliers. Le profil des participantes est varié. Ce sont toutes des femmes résidentes au centre, mais elles sont d'origine et d'âge différent, la moyenne d'âge est d'environ cinquante ans. Les capacités physiques de chacune varient d'une participante à l'autre, mais personne n'a une mobilité réduite. Elles sont placées en cercle au sein duquel les intervenantes sont intégrées. L'observation se fait depuis le cercle, en retrait. Les participantes prennent plaisir et sont à l'aise de discuter avec moi.

Juliette a soixante-cinq ans. C'est une femme née au Québec. Toutefois, elle a déménagé plusieurs fois dans la province. Elle a arrêté l'école au secondaire trois. Puis, elle a travaillé comme commis dans un bureau de poste avant d'être déclarée inapte au travail à cause du diabète. Ainsi, elle vit grâce aux aides sociales. À présent retraitée, elle fait la description d'une vie précaire et instable : « Voilà cinq ans, dans le temps, que je suis partie, comment qu'on dit, en logement, j'avais rien. Quand tu dis

rien, on couchait sur des matelas pneumatiques. » Lors de notre rencontre, elle vivait au centre pour femmes en instabilité résidentielle pour se trouver un logement, à cause de problèmes familiaux. Elle est mère de deux enfants et grand-mère de quatre petits-enfants.

Pour Juliette, danser signifie se laisser aller. Elle remarque qu'après avoir dansé, elle se sent bien dans sa peau et le positif s'impose sur le négatif. Elle n'a jamais fait de cours de danse, alors elle a appris par imitation en observant d'autres personnes danser. Elle dit adorer danser, au point où quand une possibilité de danser s'offre à elle, elle n'hésite pas et elle n'est pas gênée. Elle a toujours dansé dans son quotidien et ça reste actuel. Juliette a participé à deux ateliers de danse donnés au centre pour femmes en instabilité résidentielle.

L'atelier commence par une discussion collective en attendant d'autres participantes. Une participante à l'écart change de chaise pour intégrer le cercle. Les sujets de discussion sont variés et portent sur le quotidien. Les intervenantes demandent aux participantes comment elles vont, si elles ont eu des douleurs physiques après l'atelier de la semaine dernière. Une participante explique ne pas aller bien, car elle souffre psychologiquement, mais aussi physiquement. Les discussions ont une place importante au cours de cet atelier. L'intervenante Helena propose un échauffement assis qui nécessite de faire des frictions, des pressions et des torsions sur des zones précises du corps. Le but est que les participantes prennent conscience de leurs tensions musculaires. Une participante n'intègre pas le cercle, elle est positionnée debout derrière, mais suit toute de même l'exercice. Par moment, elle s'autorise des libertés puis reprend les étirements. Les autres participantes sont toutes assises, le dos droit. Le silence est total, il y a uniquement de la musique douce et les bruits de respiration. Les intervenantes font des blagues, mais les participantes ne rient pas, car elles sont concentrées. La personne derrière finit par intégrer le cercle et s'assoit. Elle assiste à l'atelier par intermittence, par moment elle fait ses propres mouvements puis repart. Elle recherche l'étirement maximal. Helena propose l'échauffement de la nuque en faisant des cercles, à ce moment-là, toutes les participantes ferment les yeux. Par la suite, Romane garde les yeux fermés pour se laisser porter par la voix des intervenantes. Lorsqu'elle rouvre les yeux, son visage est lumineux. Romane prend la parole pour expliquer qu'elle quittera l'atelier si de nouvelles participantes viennent, faute de se sentir à l'aise. L'échauffement termine sur une période d'improvisation, les participantes bougent sans se fier à ce que font les intervenantes.

Romane est une femme célibataire de trente-deux ans, née au Québec. Après son secondaire cinq, elle s'inscrit au Cégep en étude de secrétariat. Mais, à cause de l'épilepsie, elle est déclarée inapte au travail. Étant adolescente, elle a occupé divers emplois tels que caissière. Nous nous sommes rencontrés lorsqu'elle vivait au centre pour femmes en instabilité résidentielle à la suite de violence familiale. Lors de notre entrevue, un appartement supervisé lui avait été attribué. Elle attendait de pouvoir habiter dedans. Elle vit grâce aux aides sociales.

Romane associe la danse à l'expression de soi, de ses sentiments, au laisser-aller, au plaisir. C'est une source de défoulement qui lui permet d'exprimer par le mouvement ce qu'elle ne parvient pas à dire. Elle aime la danse, pour elle c'est une source de bien-être. Elle danse depuis qu'elle est petite dans les fêtes de famille. Puis elle a suivi des cours de ballet-jazz. À présent, elle danse seule chez elle pour se divertir quand elle fait ses tâches ménagères. Elle se crée des chorégraphies selon les paroles des musiques. Lorsqu'elle ne va pas bien, c'est un défouloir. Romane a participé à deux ateliers de danse donnés au centre pour femmes en instabilité résidentielle.

L'intervenante Marion offre un échauffement cardiovasculaire debout dans le but d'activer les muscles. C'est un enchaînement de renforcement des fessiers, de tests d'équilibre et de renforcement des abdominaux grâce à la technique de la chaise. Toutes participent, elles sont attentives aux intervenantes et disciplinées. Lorsqu'il s'agit de travailler l'équilibre, certaines prennent appui sur leur chaise. Les femmes sont contentes de bouger, d'engager tout leur corps. Une participante se laisser aller sur la musique, Romane rit, interagit avec le groupe. De la place est faite pour avoir plus d'espace. Elles participent toutes volontiers. Elles ont du rythme, de l'énergie sauf une femme qui fait de plus petits mouvements sans se déplier entièrement. Marion qui mène l'exercice s'inspire des mouvements des participantes. Romane prend la parole : « j'aime vraiment quand on est en petit groupe avec des gens que j'ai l'habitude de voir. » Ceci inaugure une conversation durant laquelle l'intervenante Helena parle de l'universalité et de l'accessibilité de la danse. Toutes participent à la discussion sauf une personne.

L'atelier continue sur « l'exercice des numéros ». Le but est de se déplacer dans la salle, lorsque les intervenantes disent « un », les participantes doivent s'arrêter, au « deux », elles flottent en apesanteur et au « trois », elles font le robot. Romane propose une musique que Helena va mettre. Une femme se met au sol, elle semble avoir mal physiquement et ne participe plus. Pendant l'exercice, les femmes s'amuse, elles rient ensemble et se prennent au jeu. Romane a une grande prise d'espace, elle se déplace partout. Ensuite, Romane propose de la techno. Juliette intègre

l'atelier, mais elle s'assoit et veut observer, car elle dit ne pas avoir d'énergie. Les intervenantes proposent une période de danse libre. Romane tourne sur elle-même, une autre femme bouge un peu, se déplace peu et reste uniquement au milieu du cercle. Juliette bouge sur la chaise, Helena l'invite à participer, elle accepte. Une femme dit que bouger lui fait du bien.

L'exercice se termine, Juliette demande s'il est possible de refaire l'exercice de la comptine hawaïenne de la semaine dernière. Toutes sont silencieuses. La femme qui avait quitté l'atelier revient et participe à nouveau. Étant donné que cette comptine a été faite la semaine précédente, toutes se rappellent les mouvements et chantent à capella. Romane et Juliette réagissent, interagissent et rient avec les intervenantes. Helena, l'intervenante, inclut par le regard la femme qui participe à nouveau en tailleur au sol. La comptine hawaïenne comporte une période d'improvisation, les femmes ne participent plus, elles bougent de droite à gauche assises sur leurs chaises. Quant aux intervenantes, elles montrent l'exemple du lâcher-prise. Lorsque Romane se trompe, elle rit. Une participante prend régulièrement la parole pour évoquer ses douleurs physiques en murmurant.

Helena propose de poursuivre avec un poème sur la colère. C'est un exercice assis de création collective où le but est d'associer un mouvement à chaque phrase du poème. À terme, la colère doit être transformée en quelque chose de positif grâce au mouvement. Helena lit une première fois le poème, elles sont attentives, mais aussi hésitantes. Puis au fur et à mesure, elles s'associent au poème. Romane propose un geste, elle est enjouée de participer. Juliette l'encourage et la félicite : « c'est bon ça ». Juliette propose à son tour un geste pour la phrase suivante. À la proposition de geste d'une autre participante, Juliette continue l'encouragement : « c'est bon ça, c'est super ». Romane propose à nouveau un geste. Romane et Juliette participent beaucoup, les deux autres participantes sont là, mais silencieuses. La participante qui avait déjà quitté l'atelier une première fois, le quitte à nouveau et ne reviendra plus. Ce poème sur la colère semble plaire aux participantes. Les intervenantes proposent des gestes quand rien ne vient des participantes pour donner le rythme. Une fois l'association de gestes aux phrases terminée, l'intervenante Helena propose de réciter le poème au complet en y associant les gestes, elles participent toutes. Puis Helena propose de faire les gestes sans les paroles. C'est un échec, car les paroles permettent de se remémorer les gestes. Juliette se rapproche pour faire partie intégrante du cercle. Les intervenantes font des blagues, Romane et Juliette rient régulièrement. Enfin, Helena propose de réciter le poème

sur de la musique rythmée, ce qui fait bouger Romane et Juliette. Puis, Helena entreprend de rapper le poème sur la musique, ce qui provoque un fou rire général. Le poème est récité à nouveau sur de la musique classique, l'ambiance redevient plus sérieuse et tout le monde participe. Juliette dit à la fin : « c'est beau, j'ai bien aimé ».

Pour terminer l'atelier, les intervenantes proposent une séquence énergétique finale pour permettre un retour au calme. Les intervenantes mettent un chant des Premières Nations demandé la semaine dernière par une participante qui fait elle-même partie des Premières Nations. En entendant la chanson, elle se met à pleurer. Toutes s'investissent pendant l'étirement, toutes recherchent l'étirement. Elles se font à elles-mêmes des câlins en se serrant dans les bras et en se recroquevillant sur leurs genoux. L'atelier s'achève sur les applaudissements. Bien que l'atelier soit fini, les intervenantes ne partent pas immédiatement, car la femme pleure toujours. Le chant des Premières Nations l'a bouleversée. Elle s'en excuse. Les autres participantes la réconfortent oralement. Les intervenantes initient une discussion collective autour des émotions et de la danse. Helena explique que la danse permet de ressentir des émotions et ainsi de les exprimer par le mouvement. Avant de partir, les intervenantes vont discuter avec l'intervenante du centre. Avant de partir, Juliette me confie qu'au début elle n'avait plus d'énergie et d'avoir participé à l'atelier lui en a redonné.

Pour résumer, les ateliers ont un déroulement similaire. Ils durent une heure durant laquelle deux intervenantes coaniment. Les discussions dynamiques et collectives ont une place majeure. Bien que le déroulement varie selon les objectifs et les clientèles, une trame est présente. Ils débutent par une discussion qui est une mise en contexte, mais aussi un moment d'échange entre intervenantes et personnes participantes. Ensuite, place à un échauffement doux pour activer les muscles. L'atelier se poursuit par un exercice de création individuelle ou collective. Il n'est pas demandé explicitement aux individus participants de créer, des pistes, des thèmes et des instructions sont donnés. Après, c'est l'apprentissage d'une chorégraphie. Puis, l'atelier se termine sur une période de relaxation, de retour au calme avant de faire un retour sur l'atelier. Tous les exercices sont accompagnés de musique.

Les descriptions qui viennent d'être réalisées ont été possibles grâce aux observations directes effectuées lors des ateliers. Ce n'est pas la seule méthode utilisée lors de cette étude de cas, des entretiens semi-directifs individuels ont également été faits, avec les intervenantes et les personnes participantes, de façon à collecter la réflexivité et les savoirs que détiennent les personnes et pour

comprendre le sens qu'elles accordent à leurs actions. De cette façon, cette recherche s'inscrit en sociologie compréhensive. Elle s'inscrit également dans le courant de l'interactionnisme symbolique, car la structure sociale au sein de laquelle les individus s'ancrent est prise en compte de façon à montrer l'impact que cette dernière peut avoir. Malgré un processus de récolte des données long et semé d'embûches, ces dernières sont riches et mènent à d'importants résultats d'analyse.

Partie 4. Analyse

Cette dernière partie contient l'analyse des résultats. Ceux qui seront présentés sont les plus saillants et pertinents pour répondre à la question de recherche, les voici brièvement. D'abord, ce qui est transmis lors des ateliers de danse est interrogé. L'enjeu, pour Prima Danse, est de transmettre ses valeurs sans être dans un discours moralisateur. Ensuite, un élément intrigant, révélé pendant l'analyse des données, est mis en lumière, il s'agit du décalage entre le vécu des inégalités sociales par les personnes participantes et ce qui peut être attendu d'un point de vue sociologique. À la suite de cela, le bien-être vécu par les personnes participantes est questionné de façon à en révéler les éléments constitutifs. Dans le but de déterminer l'impact qu'ont les ateliers de danse sur le bien-être et les inégalités sociales vécues par les personnes participantes, les différents effets des ateliers, d'un point de vue des intervenantes et des personnes participantes, sont évoqués. Les rapports sociaux qui ponctuent les relations entre participant.e.s et intervenantes sont analysés, ainsi que la manière dont ces dernières pensent pouvoir agir sur les inégalités sociales.

Chapitre 7. Trouver l'équilibre : transmettre des valeurs sans être dans la morale

Prima Danse a des ambitions qui le distingue des cours de danse ludique. L'organisme vise à guider, accompagner les personnes grâce à la transmission de valeurs. Toutefois, transmettre des valeurs et des messages sociaux est une ambition difficile, le risque est que les intervenantes soient moralisatrices ou qu'elles tendent à imposer des valeurs aux personnes participantes. C'est ce qui va être analysé dans ce chapitre.

7.1 Quelles sont les ambitions de Prima Danse ?

Les définitions des intervenantes sur Prima Danse ont des racines communes, mais selon les ambitions de chacune, des variations sont présentes. Prima Danse est un organisme qui aborde des thématiques sociales par la danse dans le but « d'aider les gens » selon l'intervenante Sophie. En d'autres termes, la danse est considérée comme un moyen d'intervention. L'idée d'un processus est présente chez trois intervenantes. C'est un processus adaptatif à la clientèle au sein duquel sont transmis les fondements de la danse, toutefois, ce n'est pas la finalité souhaitée. Le raisonnement sous-jacent est que les personnes participantes vivent directement le sujet discuté grâce aux différents exercices proposés. Des discussions accompagnent ce cheminement pour favoriser la compréhension. Sophie insiste pour distinguer Prima Danse d'un cours de Zumba ou d'un cours de danse ludique où des chorégraphies s'apprennent. Plusieurs finalités sont visées, elles varient selon les intervenantes. Helena a pour but que la personne se retrouve pour ensuite pouvoir rencontrer les autres. Sous-jacent à cela, il y a l'idée de rassembler, de favoriser la rencontre et la proximité. Anne a pour objectif de faire du bien par le mouvement. Helena rejoint cette idée en espérant provoquer chez ses individus participants un plaisir à bouger et un sentiment de liberté. Quant à Sophie, le but de Prima Danse est d'inciter les personnes à trouver un moyen d'agir pour elles-mêmes que ce soit par la danse ou par une tout autre activité. Les différentes finalités souhaitées par les intervenantes sont révélatrices de la manière dont elles se représentent leurs actions. Cet élément sera développé durant ces pages d'analyse afin de faire ressortir les représentations de chacune pour faire apparaître les logiques implicites.

Selon l'une des directrices, Prima Danse aide au mieux-être des personnes par le mouvement. Les actions sont guidées par l'idée de bien-être du corps et de la tête notamment en visant la création de liens sociaux, une meilleure estime de soi, l'affirmation de soi et le respect des autres.

C'est vraiment un organisme qui aide les gens à être mieux dans leur corps et dans leur tête, par le corps dans le fond. [...] C'est vraiment on fait bouger les gens pour les aider à être mieux dans leur corps, dans leur tête, à créer des liens sociaux et avoir une meilleure estime et affirmation de soi puis respecter les autres. On est vraiment dans, dans l'esprit bien-être un peu du corps et de la tête. (Isabelle, directrice générale et cofondatrice)

Lorsqu'elle approfondit sa pensée, Isabelle explique que Prima Danse souhaite « donner les bases aux gens » notamment en les « aidant à comprendre l'importance des liens sociaux positifs », car « la base dans la vie c'est d'avoir, d'être capable de choisir tes amis comme il faut. » Elle accorde de l'importance aux liens sociaux positifs puisqu'ils permettent, selon elle, de prévenir la violence par exemple. Ces liens ne sont pas le seul principe sur lequel Prima Danse veut travailler. L'affirmation de soi et la reconnexion à soi sont d'autres dimensions importantes dans le discours d'Isabelle. Les propos suivants résument la mission de Prima Danse :

Fait que c'est vraiment un, une vision, pis une envie d'aller aider les gens d'être bien avec eux-mêmes et dans leur entourage, pour après être capable de mieux fonctionner dans la vie, et d'être capable d'atteindre tes buts. C'est ça. C'est un peu de la, quasiment de la psychologie, mettons. [...] T'sais c'est vraiment, ils vont apprendre par eux-mêmes en l'expérimentant par leur corps. (Isabelle, directrice générale et cofondatrice)

Bien que les ateliers de danse de l'organisme s'ancrent en intervention sociale, les propos d'Isabelle laissent transparaître l'idée de faire de la psychologie. Sans dire que ce sont des ateliers de danse thérapeutiques, un lien existe avec la danse thérapie. En utilisant le mouvement pour le développement des personnes, pour qu'elles se découvrent elles-mêmes, pour qu'elles prennent conscience de leurs corps et de leurs capacités expressives, les objectifs d'Isabelle sont semblables à ceux de la danse thérapie (Puxeddu, 2017). Par ailleurs, les ambitions qui viennent d'être exprimées s'inscrivent dans un mouvement plus large qui est celui de « psychologisation de l'intervention sociale » (Bresson, 2012). Cette tendance se manifeste au travers de la volonté d'aider la personne à « être bien » avec elle-même, « à être capable de mieux fonctionner [...] et d'être capable d'atteindre ses buts ». Cela revient à guider la personne à effectuer un travail sur elle-même la conduisant à des changements (Duvoux, 2009). Vouloir venir en aide aux personnes,

vouloir transmettre aux personnes des idées sont le mantra de Prima Danse. Cette perspective va être approfondie dès à présent.

7.2 Que souhaite transmettre Prima Danse aux personnes participantes ?

À la différence d'un cours de danse ludique où les personnes se rendent pour danser, se défouler et éprouver du plaisir, les ateliers de Prima Danse visent à transmettre plusieurs éléments aux personnes participantes. Les intervenantes n'ont pas toutes les mêmes souhaits de transmission. Certaines souhaitent transmettre des apprentissages, d'autres des états psychologiques et toutes veulent communiquer des valeurs.

Helena désire que les personnes participantes à ses ateliers fassent abstraction des étiquettes qu'elles portent ou de leurs diagnostics pour qu'elles puissent s'épanouir. Elle vise à créer un espace dans leur quotidien où elles peuvent être elles-mêmes, qu'importe leur problème.

Ben un espace qu'ils peuvent être. J'dirais quand c'est les, les personnes adultes, t'sais un espace qu'ils peuvent juste être avec nous ce qu'ils sont. T'sais sans euh diagnostics, sans euh « oh t'sais j'suis dans une école euh de délinquants ». Je sais pas trop les étiquettes qu'ils portent, mais cette idée d'enlever les étiquettes. (Helena, intervenante)

Anne explique qu'elle connaît certaines caractéristiques de ses personnes participantes, par exemple ce sont des femmes âgées à mobilité réduite, mais elle n'en sait pas plus. Elle n'a pas connaissance des parcours de chacune ni des étiquettes qu'elles portent, elle n'a pas besoin de le savoir. Ceci lui permet de percevoir les personnes selon leur façon de bouger et non selon leurs caractéristiques personnelles. Ainsi, les personnes participantes peuvent être elles-mêmes, elles peuvent sortir des stéréotypes qui leur sont associés.

On a cette capacité-là [...] de les voir comme des humains qui dansent. T'sais de voir comme des corps aussi, t'sais de, de voir un peu euh. T'sais souvent comme je disais, on, on sait pas, on sait pas mettons, on va nous donner une maison où est-ce qu'il y a des handicapés, t'sais des déficiences intellectuelles. On sait pas vraiment c'est quoi, mais on n'a pas besoin de savoir c'est quoi. Comme ça, on met pas des d'étiquettes sur personne. Tout le monde est comme il bouge. (Anne, intervenante)

De la même manière qu'Helena, Marion souhaite transmettre un état psychologique à ses personnes participantes : le lâché prise. Elle explique que les adultes ont intériorisé et conscientisé le regard des autres ce qui les entrave dans les ateliers. Elle a pu observer qu'au début les personnes participantes sont dans l'application d'une consigne, puis se laissent prendre au jeu ce qui leur

procure du plaisir. À l'issue de l'atelier, le fait de s'être laissé aller procure de la satisfaction. En d'autres termes, Marion souhaite que ses personnes participantes adultes n'aient plus besoin de vecteur, en l'occurrence la danse, pour se mettre à bouger avec plaisir et retrouvent de la spontanéité dans leurs actions.

Les adultes, ça va plus être comme de se lâcher un peu là. Les adultes sont comme, t'sais ils sont très comme, ils ont extrêmement conscience, on dirait, du regard des autres et de comment agir. Fait qu'on dirait que c'est de, t'sais de laisser aller ça pis d'enlever cette barrière-là. Comme, je pense c'est surtout ça genre. C'est comme y a pas de bonne ou mauvaise réponse. Il s'agit juste de bouger pis d'avoir du fun. Pis on a le droit, même si on est adulte de comme se laisser aller pis de faire le robot là. (Marion, intervenante)

L'ensemble des intervenantes vise la transmission de valeurs aux personnes participantes. L'ouverture aux autres est une valeur qui revient systématiquement dans le discours de chacune des intervenantes. Une seconde valeur est récurrente : le respect ; se respecter et respecter les autres. Ces deux valeurs constitutives de l'organisme Prima Danse, sont également deux valeurs qu'Isabelle, directrice générale et co-fondatrice, et les intervenantes souhaitent transmettre aux personnes participantes. Pour autant, cela ne présuppose pas que les personnes participantes ne sont pas porteuses de ces valeurs.

En s'attardant sur le discours d'Isabelle², l'une des directrices de Prima Danse, elle souhaite transmettre aux personnes participantes des valeurs, qu'elles soient adultes ou plus jeunes. Isabelle veut transmettre aux personnes, même si elles sont âgées, l'ouverture à la diversité. Elle a pu observer des situations d'intimidation chez les personnes aînées similaires à des situations présentes dans des écoles. Elle explique cela par « un manque d'éducation qu'ils ne cachent plus ». C'est-à-dire que les personnes aînées n'ont plus de retenue et assument avoir des comportements ou des propos déplacés.

Écoute on a vu des choses avec les aîné.e.s, des situations d'intimidation là pire que dans les écoles ou même niveau-là. Les résidences là c'est des écoles secondaires là. C'est pas, au contraire c'est des gens qui ont pas appris, pis t'sais rendu à cet âge-là justement, ils ont plus rien à cacher. Fait que t'sais des fois moi j'ai déjà entendu dans un cours « elle s'est fait couper les cheveux, c'est vraiment pas beau », pis j'suis comme « voyons

² Une attention marquée va être portée aux propos de Isabelle pour plusieurs raisons. D'une part, étant la co-fondatrice de Prima Danse ainsi que l'une des directrices, elle participe à donner l'orientation de l'organisme. Ensuite, les intervenantes étant en accord avec les idées de Prima Danse mais en étant aussi imprégnés, leurs propos sont similaires à ceux de Isabelle.

donc vous avez comme 75 ans, tu t'en fou-tu des cheveux de l'autre ». C'est ça. (Isabelle, directrice générale et co-fondatrice)

Lors d'un atelier qui portait sur l'inclusion, Anne a également été confrontée à des propos racistes provenant d'une participante alors que des Québécoises musulmanes étaient présentes. De l'ouverture découle le respect des autres.

L'inclusion, valeur connexe à l'ouverture aux autres, est une autre valeur qu'Isabelle, directrice générale et co-fondatrice, souhaite transmettre. Elle vise, aussi, la transmission du respect de soi et de ses limites. Elle explique que cette valeur est applicable aux adultes, car la vieillesse va de pair avec le développement de limites physiques. Ce sont des éléments nouveaux pour les personnes. De ce fait, certaines ne se sentent pas à l'aise avec. Ainsi, il s'agit d'apprendre, au travers des ateliers, à avoir des limites et à les respecter.

Le respect de soi un peu aussi, de ses limites. Souvent en vieillissant ils vont développer justement des limites physiques, ils sont pas bien avec ça. Fait que c'est d'apprendre à avoir des limites. T'sais dans un cours à un moment donné, il peut avoir quelqu'un qui est assis parce qu'il est plus capable de faire les choses debout. Pis l'autre qui est debout. Mais c'est de, faut pas que celui qui est debout juge « aha toi t'es assis », puis l'autre comme. Donc c'est vraiment le, le respect de soi et de ses limites. (Isabelle, directrice générale et co-fondatrice)

La dernière valeur à transmettre aux personnes participantes, selon Isabelle, est l'équité, valeur assez proche de celles citées jusqu'à présent. Elle considère que « tout le monde est au même niveau que tu sois un homme ou une femme, peu importe ta nationalité, peu importe si t'as des restrictions physiques, handicaps ou quoi que ce soit ».

Pour terminer, l'organisme prône le partage, notamment « le partage des forces ». C'est-à-dire qu'au sein de l'organisme toutes les personnes ont un élément à apporter et que les responsabilités sont réparties entre tous les membres de l'équipe. Elle prône également les relations horizontales, en d'autres termes égalitaires, entre tous les membres de Prima Danse. Cette valeur se retrouve également dans la relation égalitaire que pensent entretenir les intervenantes avec les personnes participantes.

La transmission aux personnes participantes durant les ateliers se fait de différentes façons. D'abord, les valeurs, incarnées par les intervenantes, sont palpables dans l'ambiance de l'atelier et dans les relations entretenues entre personnes participantes ou entre intervenantes et personnes participantes. De cette façon, cela peut servir d'exemple aux personnes pour qu'elles les appliquent

avec autrui. Ensuite, une transmission orale est présente, cette dernière s'effectue au travers des paroles des intervenantes. La parole dans les ateliers de Prima Danse a une place très importante. Tous les ateliers commencent par une période de discussion collective. Ces dernières portent sur le quotidien des personnes, les intervenantes veulent savoir comment vont les personnes participantes. Au fur et à mesure dans les ateliers, les intervenantes expriment oralement les attentes qu'elles ont des personnes ou les idées qu'elles veulent transmettre, par exemple : « Chacun adapte à son niveau » ou « On va aller chercher votre créativité. On va la stimuler avec des mouvements ». Selon Anne, les sessions de quatre ateliers permettent d'accorder plus de place à la discussion, car les intervenantes ont le temps.

La parole, les mots vont de pair avec la danse chez Prima Danse, car jumeler ces deux médiums ensemble permet de diffuser les messages autrement. Sophie pense qu'associer les discussions aux mouvements permet de concrétiser le sujet et de faire en sorte que les personnes participantes le comprennent mieux. En ce sens, Marion dit : « On pense via la danse, via les différents exercices, soit ils vivent directement ce dont on parle, soit on l'aborde directement par une discussion via la danse. » Pour parvenir à cette ambition, d'une part, Prima Danse crée les plans de cours de façon qu'ils appuient les discussions. D'autre part, Sophie explique que les discussions sont dynamiques et collectives, c'est-à-dire que ce ne sont pas uniquement les intervenantes qui prennent la parole, les personnes participantes sont stimulées par des questions de sorte qu'ils ou elles se sentent concerné.e.s.

L'importance des mots et la maîtrise des messages sont des éléments récurrents dans la réflexion de chacune. Les quatre intervenantes de Prima Danse ont toutes conscience du poids des mots. Lors des entretiens, toutes ont eu une réflexion sur la puissance des mots employés étant donnée la sensibilité des sujets abordés, que Marion qualifie de « *touchy* », ainsi que la diversité des populations rencontrées. Pour elle, cela nécessite de la préparation en amont des ateliers. C'est pour cette raison que Prima Danse offre des formations avec des personnes provenant d'autres organismes spécialisés dans le sujet. À titre d'exemple, un organisme est venu donner une formation aux membres de Prima Danse pour parler des violences à caractère sexuel.

Apprendre, comprendre les sujets, savoir de quelle façon les évoquer est essentiel pour les intervenantes, car toutes ont conscience qu'au travers des messages transmis, leurs propos ont de l'impact. Pour Sophie, il relève de leur responsabilité d'être à l'aise avec les sujets et de les

maitriser pour contrôler au mieux l'impact. Car, selon Anne, des dommages peuvent être provoqués sans qu'elle ne s'en rende compte puisque ces derniers sont non perceptibles, mais ils peuvent avoir un impact négatif à long terme. C'est pour cette raison qu'elles prennent en considération l'importance des mots utilisés. Ils peuvent être blessants ou à l'origine d'un mal être du fait que ce sont des sujets avec une résonance différente selon les personnes, du point de vue d'Anne. En effet, les messages communiqués sont interprétés différemment selon les personnes.

Je pense qu'il y a des mots, faut faire attention aux mots qu'on utilise autant, autant pour euh. Parce que, parce que des fois ça peut facilement être blessant. T'sais on aborde des sujets, comme on parle quand même du corps t'sais. On parle du corps humain, puis on travaille avec des femmes, des hommes qui ont vécu je sais pas quoi. Pis des fois, je pense à, facilement, c'est ça on sait pas souvent, on n'a pas ces feedbacks-là. On ne sait pas, mais y a probablement t'sais des, c'est ça, faut juste faire attention comment qu'on utilise l'emploi de, du corps. Parce que y a tellement de monde, t'sais je veux dire ¾ des gens ils se perçoivent comme pas assez, pas correct, juste par leur corps, par leur apparence. Fait que je pense que c'est de faire attention avec les mots qu'on utilise pour pas venir vous blesser ou pour pas comme, créer comme je sais pas. T'sais juste même en disant, en parlant de, de santé, de bien-être, il y a comme tellement quelque chose de *touchy*, comme de sensible parce que c'est différent pour chaque personne. Fait qu'autant dans cette direction-là, de faire attention. Parce que oui je pense que même si on s'en rend pas compte parce qu'on le verra pas là, ça peut avoir un impact. T'sais même autant les jeunes que les adultes, mais faque de faire attention à ça. (Anne, intervenante)

Pour cette raison, Anne estime qu'il faut continuer à développer les discussions. Les intervenantes prennent en considération qu'elles s'adressent à plusieurs populations aux caractéristiques variées. Pour cette raison, Helena et Marion estiment nécessaire d'adapter les discussions à chaque public en prenant en compte leurs caractéristiques.

Au moyen des propos tenus par les intervenantes dans les ateliers, Isabelle, directrice générale et co-fondatrice, souhaite initier des réflexions à long terme et ainsi transmettre les messages sociaux aux personnes participantes correspondant aux valeurs de Prima Danse. À l'inverse d'Isabelle, Marion et Anne s'accordent sur un point. La limite majeure de leur activité est la mise en application des messages transmis. Marion soulève le caractère éphémère et contextualisé à l'atelier du message transmis. Pour elle, quatre ateliers d'une heure restreignent la portée des messages. De son point de vue, pour que les informations transmises par Prima Danse soient intégrées et mises en pratique plus de temps est nécessaire, car les informations doivent être répétées de nombreuses fois avant d'être assimilées. De plus, elle distingue comprendre et mettre en application ce qui est compris. Pour elle, c'est un long processus pouvant aboutir aux résultats

escomptés, seulement cela nécessite du temps. Cette limite lui vaut, par moment, d'éprouver du découragement.

Des fois, c'est décourageant, mais regarde c'est la vie. [...] T'sais ça fait dix semaines avec les jeunes t'sais qu'on parle de prévention de la violence. Pis là, ils font une création pis ils se tapent dessus genre. [...] Mais en fait t'sais ils ont compris, mais c'est, c'est comme ils ont compris dans leur tête, mais de là à le faire t'sais, en tout cas. (Marion, intervenante)

Anne rejoint Marion, pour elle, il y a une différence importante entre écouter les messages et les mettre en pratique. D'une part, les personnes peuvent ne pas entendre ou ne pas comprendre les messages, car elles sont présentes uniquement pour danser. D'autre part, quand bien même les personnes écoutent, elles peuvent être en désaccord avec les idées. Pour Anne, ce n'est pas possible de transformer les personnes, surtout quand ces dernières ont des idées ancrées.

C'était un atelier sur l'inclusion. Puis là, dans ce groupe-là, il y a comme une femme native de Montréal, il y en a deux qui sont arabes, je sais pas de quel. T'sais elles sont voilées, pis elle avait enlevé son voile parce qu'on avait fermé toutes les fenêtres, on était juste des femmes t'sais. Pis là on donne un bel atelier, waouh, waouh, c'était le fun. Pis là quand je sors pour aller à ma voiture, la madame qui est native de Montréal, elle me suit là. Elle vapote, elle vapote. Pis là elle me suit, t'sais elle marche avec moi jusqu'à mon auto. Pis là, hey j'étais crampée, je savais pas quoi faire, ben j'étais « oh mon dieu, on changera pas le monde ». Pis là, tout le long elle me parlait de comment que les noms des gens étaient pas prononçables, pis que « hey on est à Montréal ici blablabla ». Pis là je me suis assise dans mon auto, je savais pas s'il fallait que je rie ou que je pleure. J'étais comme « je viens de donner un atelier sur l'inclusivité. Pis genre là j'ai un speech full raciste ». (Anne, intervenante)

Lorsque Anne dit : « on ne changera pas le monde », elle reconnaît ne pas effectuer de transformations majeures à l'échelle individuelle et encore moins à l'échelle globale. Elle soulève un autre élément. Le court terme des ateliers ne permet pas d'installer des habitudes dans le quotidien des personnes participantes.

7.3 Accompagner sans être normative

L'intervention sociale a connu une évolution de conception, il y a eu « un passage du travail sur autrui au travail avec autrui » (Astier, 2009 : 52). Le « travail avec autrui » consiste à accompagner les personnes afin qu'elles développent des outils de maintien ou pour redevenir actif.ves. En d'autres termes, accompagner les personnes pour faire advenir les individus.

L'ambition d'aider les personnes, chez Prima Danser, est une idée récurrente dans le discours de l'une des directrices générales, mais aussi de l'une des intervenantes. « Aider » n'est pas utilisé dans le sens porter secours, dans leurs discours, « aider » est employé dans le sens d'accompagner, de contribuer à ce que les personnes comprennent l'importance de plusieurs éléments, par exemple d'être bien avec soi ou des liens sociaux positifs. Pour parvenir à cet objectif, Prima Danse souhaite « donner les bases aux gens », c'est-à-dire donner les fondements intellectuels d'un raisonnement pour qu'à terme, ils ou elles atteignent les visées souhaitées par l'organisme.

Ainsi, selon Astier, pour de nombreuses personnes travaillant en intervention sociale, accompagner permet aux personnes de développer ou de construire une identité individuelle. Cette émergence s'accompagne de la notion « d'utilité sociale » (Astier, 2009). En effet, pour l'autrice, « travailler avec autrui » c'est considérer l'utilisateur comme une personne active de son propre changement, c'est aussi « produire de l'utilité sociale ». L'utilité sociale est composée, selon l'autrice, de la prise en considération des besoins individuels et d'une production locale de normes. Concrètement, les intervenantes guident les personnes dans l'élaboration d'un projet personnel afin que ces dernières assimilent certaines normes sociales. Néanmoins, le souhait n'est ni de convertir ni de transformer les individus.

L'élaboration d'un projet personnel n'est pas la finalité souhaitée par Prima Danse. Pour autant, en transmettant les valeurs d'ouverture, de respect, d'inclusion et d'équité, l'organisme pourrait participer à la construction de normes sociales qui découlent de ces valeurs. Par ailleurs, les valeurs communiquées durant des ateliers s'appliquent au sein de ces dernières. Par exemple, afin que les personnes participantes mettent en application ou correspondent pendant les ateliers aux valeurs de Prima Danse, Sophie, une intervenante, souhaite que les personnes développent une capacité d'écoute d'autrui sans être dans le jugement, cela correspond à la construction d'une norme :

J'veis toujours répéter de, on doit respecter [...] parce que tout le monde provient de milieux différents ou de. On sait pas ce que vit l'autre, on sait pas d'où elle vient. Donc c'est important de, soit on pose des questions, soit qu'on réfléchit. Mais d'être ouvert euh à écouter. Pis d'être capable aussi de donner son opinion sans tomber dans le jugement pis dans la critique. (Sophie, intervenante chez Prima Danse)

La limite à ce mode d'intervention est l'idée sous-jacente à ce dernier. Le principe d'intervention est constitué par une « idée d'humanité normale » (Bourgeault, 2003). Les intervenantes se rapportent à cette idée pour distinguer la normalité de l'anormale. La normalité devient alors

normative. Cela entraîne le décret d'un modèle et d'une norme qui seront imposés par les intervenantes. Ainsi sont consolidés des rapports sociaux déjà asymétriques (Ibid.) en faveur des intervenantes du fait qu'elles participent à définir ce qu'est la normalité qui devient une norme.

Enfin, Prima Danse en intervenant notamment auprès des personnes âgées endosse une conception du « vieillissement actif » (Collinet et Delalandre, 2014). Ce concept incombe à la personne d'assumer son bien-être afin de retarder toute forme de dépendance. En d'autres termes, l'individu est acteur de son bien-être. Ce concept repose sur deux principes. Le premier est que le bien-être individuel doit être un objectif lors de la vieillesse, car cette dernière n'est plus à percevoir comme une phase de déclin. Le second principe fait reposer le bien-être individuel sur la capacité des personnes à rester active. De cette façon, un.e aîné.e qui se maintient en bonne santé, vit « un vieillissement réussi » (Ibid.). Santé et bien-être se conservent grâce à l'activité, notamment physique, car elle permet un accroissement du bien-être. Ainsi, être actif.ve est un devoir. Ces concepts entraînent l'apparition d'une nouvelle perception de la vieillesse qui génère des injonctions normatives, conception de laquelle Prima Danse est imprégné.

En effet, l'organisme Prima Danse offre un environnement pour soutenir les personnes souhaitant parvenir à un « vieillissement actif » (l'organisme n'utilise pas cette notion) qui fait reposer sur la responsabilité individuelle le bien-être personnel. L'organisme offre aux personnes la possibilité de développer des comportements et des habiletés favorables à leur santé.

Parfois, avec le temps, nous nous croyons limités par notre corps. C'est pourquoi Prima Danse vous (les aîné.es) suggère des activités pour réapprendre à bouger selon nos limites et besoins personnels. Un moment pour lâcher prise, oublier le stress et échanger dans le but de se sentir mieux physiquement et mentalement.

L'approche de Prima Danse est ainsi une façon originale et agréable d'inciter les aîné.es à rester en forme tout en menant une vie active différemment ! (site internet de Prima Danse)

Il est dans l'intérêt des personnes de les acquérir du fait qu'un « vieillissement réussi » relève de leur responsabilité individuelle. Ainsi, être actif devient normatif (Collinet et Delalandre, 2014). Au moyen de la prévention faite par Prima Danse, la norme de responsabilité, mais aussi celle de capacitation sont inculquées aux personnes participantes. Au sein de ces normes, les principes d'autonomie et de choix sont fondamentaux. Paradoxalement, ceci participe à la diffusion « de bonnes pratiques » (Ibid). Cela crée des tensions entre le bien-être individuel qui est confronté à

des normes telles que l'autonomie, la responsabilité et l'*empowerment*, normes auxquelles les personnes doivent correspondre. Le risque est de devenir « entrepreneur de morale » (Becker, 1985).

Si, comme évoquée dans le chapitre conceptuel, la distinction entre valeurs et morale est tenue, il est pour autant difficile d'associer le travail d'intervention effectué lors des ateliers de danse au concept « d'entrepreneurs de morale » de Becker. L'organisme en question communique des valeurs bienveillantes sans pour autant vouloir convaincre ou persuader les personnes à adopter les normes correspondant aux valeurs transmises. Par ailleurs, les effets de ces ateliers à long terme sont jugés limités par certains membres de l'équipe. De plus, les intervenantes n'ont pas la volonté de transmettre une morale. C'est le cas d'Anne pour qui il s'agit de « trouver aussi comme un bon équilibre sans être moralisateur. » Enfin, Prima Danse promeut indirectement les valeurs de liberté et d'autonomie en encourageant les personnes à respecter leur identité individuelle. La logique sous-jacente est « la reconnaissance des formes de réalisation de soi » (Astier, 2009 : 56). Cette logique est constitutive de société individualiste et s'impose aux intervenantes de la même façon qu'aux autres membres de la société. De ce fait, les intervenantes véhiculent seulement le courant dominant. Par ailleurs, véhiculer la valeur d'autonomie est le marqueur que les intervenantes sont ancrées au sein du processus de « psychologisation de l'intervention sociale » (Bresson, 2012 ; Duvoux, 2009).

Chapitre 8. Dans quelle mesure les personnes participantes vivent-elles des inégalités sociales et/ou du bien-être ?

Lors des entrevues, les personnes interviewées ont été amenées à parler progressivement de leurs propres expériences des inégalités sociales. Les premières questions de la grille invitaient les personnes à se présenter et interrogeaient leurs conditions de vie. De cette façon, les sujets de la privation et de l'isolement étaient abordés. En lien avec ces sujets, il était demandé aux personnes participantes de définir la notion d'« inégalités sociales» pour ensuite les amener à réfléchir sur leurs expériences en la matière. Suite à cette question, il y a eu différentes réactions. Certaines sont restées songeuses et se sont questionnées personnellement. D'autres ont affirmé immédiatement vivre des inégalités quand d'autres ont directement dit ne pas en vivre d'une manière qui mettait fin à cette question. Dans ces cas-là, les réponses et les attitudes des personnes montraient qu'elles ne voulaient pas discuter de ce sujet.

L'analyse des entrevues a dévoilé un élément intrigant. Parmi les personnes interrogées, certaines disent ne pas vivre d'inégalités sociales. Pourtant, en se référant à la définition sociologique, ces personnes sont susceptibles de vivre des inégalités sociales. Comme cela a été expliqué dans le cadre conceptuel, les inégalités sociales peuvent être définies comme « le résultat d'une distribution inégale, au sens mathématique de l'expression, entre les membres d'une société, des ressources de cette dernière, distribution inégale due aux structures mêmes de cette société et faisant naître un sentiment, légitime ou non, d'injustice au sein de ses membres » par Bihr et Pfefferkorn (2008 : 8). Cette distribution inégale génère des dynamiques structurelles multiples, interactives et articulées telles que le racisme et le sexisme (Bilge, 2009) qui se répercutent sur les individus. La majeure partie des personnes participantes étant des femmes, parmi lesquelles certaines sont racisées, comment expliquer que certaines ne vivent pas d'inégalité ou du moins disent ne pas en vivre ?

Un autre point va être abordé, toujours en lien avec les inégalités sociales. Les conséquences des inégalités sociales sur le bien-être vécu par les personnes participantes vont être questionnées étant donné que les inégalités sociales ont un impact sur le sentiment de solitude (Van de Velde, 2018, 2020 ; Paugam, 2018), mais aussi sur le bien-être, tous deux en interdépendance (McAll, Fournier et Godrie, 2014).

8.1 De quelle façon les personnes participantes perçoivent-elles les inégalités ?

Il serait réducteur d'assigner une seule identité aux personnes participantes. En effet, « qu'ils anticipent ou qu'ils affrontent la discrimination, les individus résistent aux assignations et aux réductions qui les fixent et les enferment dans des rôles faits pour ce que l'on pense qu'ils sont » (Dubet and all, 2013 : 111). Néanmoins, les attributs des personnes participantes font qu'elles sont sujettes aux inégalités. La majorité des personnes participantes sont des femmes, certaines sont âgées, plusieurs sont racisées et/ou immigrantes, d'autres sont dans des situations de précarité dans l'attente d'accès à un logement et certaines vivent grâce aux aides sociales. Ces différentes caractéristiques rendent ces personnes vulnérables (Soulet, 2005 ; 2022). Ce ne sont pas leurs caractéristiques personnelles qui les rendent vulnérables, ce sont les contextes au sein desquels elles vivent et différentes dimensions structurelles qui font d'elles des personnes vulnérables (Ibid). Bien que ces attributs personnels ne soient pas les uniques déterminants de leurs identités, bien que les individus jouissent d'identités multiples, ce sont des éléments objectifs qui doivent être pris en compte. De ce fait, les caractéristiques énoncées prédisposent à vivre objectivement des inégalités. Toutefois, lorsque les personnes étaient questionnées sur leur expérience personnelle des inégalités, certaines disent ne pas en vivre, ce qui est le cas de trois participantes du centre culturel haïtien. Béatrice, elle aussi participante au centre culturel haïtien, n'est plus confrontée au racisme, mais elle en a fait l'expérience dans le passé.

Non, pas dans mon quotidien. Pas dans mon quotidien, non. Mais c'est déjà arrivé, c'est du passé. (Béatrice, participante au centre culturel haïtien)

Précisons, l'hypothèse de « la bonne foi » (Dubet, 2016) est employée, c'est-à-dire la crédibilité des propos des personnes ne va pas être jugée, ce qu'elles disent au sujet de leur expérience aux inégalités est tenu pour réel. Avant d'expliquer l'existence d'une différence entre la perception objective et la perception subjective des personnes, la conception qu'ont ces dernières des inégalités doit être précisée.

Sur les huit personnes participantes interrogées, deux ne sont pas en mesure de définir les inégalités sociales. Est-ce à cause d'un défaut de compréhension du terme lors de l'entretien ou elles ne savent pas ce que c'est ? Ce n'est pas possible de le déterminer. Ensuite, quatre participantes ont une conception similaire des inégalités. Parmi elles, Valérie, participante au centre culturel haïtien,

pour qui les inégalités sociales correspondent à l'exclusion en raison de la couleur de peau. Ses propos : « ça dit que comme on n'est pas les mêmes personnes. On, on est pas de cette race-là. On, on, puisque, puisque tu n'es pas de cette race, on te met de côté. » Elle emploie le pronom « on », cela porte à croire qu'elle s'inclut parmi les personnes exclues, toutefois, elle poursuit en expliquant que ça ne lui est jamais arrivé. Louise, participante au centre culturel haïtien, a une définition similaire. Pour elle, les inégalités sociales concernent la différence. Des différences sont présentes entre cultures, entre couleur de peau, mais aussi entre classe. Des éléments de son expérience personnelle permettent de mieux comprendre son raisonnement. Au cours de sa vie au Québec, elle a vécu du rejet et de l'exclusion de la part de personnes blanches sans pour autant employer le terme de racisme. Selon ses propos, le racisme se manifeste par l'exclusion des personnes noires par les personnes blanches. Au fil de ses propos, elle met en corrélation le racisme avec le niveau d'études et la classe sociale. Les personnes éduquées appartenant à une classe sociale élevée la comprendraient et l'accepteraient mieux, ce qui lui permet de se sentir bien parmi elles, indépendamment de leur couleur de peau. Elle met également en corrélation le racisme et le « tempérament » personnel. De cette façon, elle estime ne pas pouvoir agir sur les inégalités sociales, car « les gens sont nés comme ça ». Selon ses propos, le racisme a une part d'inné, de ce fait la responsabilité est individuelle.

Donc des fois, quand tu vas dans un groupe c'est, par exemple, nous autres on va dans le conditionnement physique, on va dans la danse et c'est surtout un groupe haïtien. Donc tu te sens bien parce que c'est nous autres. Mais si j'étais, tu peux aller avec, dans le groupe des blancs, c'est là que tu te sens valorisée parce que y'en a qui t'acceptent, y en a d'autres qui ne t'acceptent pas. Parce qu'on sait qu'on n'est pas acceptée. Des fois, tu arrives avec ta couleur et y a des gens, y a des blancs qui voient déjà que tu n'as pas ta place. Mais au point de vue, par exemple au point de vue business, on n'en souffre pas. Par exemple si tu veux acheter une maison, que tu es blanc, que tu es noir, ils vont, ça va marcher parce que c'est l'argent. L'argent n'a pas de couleur. Tu peux aller dans un, participer dans un groupe de blancs, mais tu peux être bien parce que ça dépend de la classe. Donc l'autre aussi qui est universitaire, donc on va se parler facilement parce que le niveau de connaissance est plus *high*. C'est plus *high* donc cette personne va être, va mieux te comprendre que quand tu vas dans la basse classe, des gens qui prennent euh, qui boivent la bière, qui, comme j'ai dit la basse classe là, des gens qui ne sont pas trop éduqués. Ils sont plus difficiles à t'accepter que quand tu vas avec les gens de *high* classe. Parce que le niveau d'études permet à l'autre d'accepter plus facile parce qu'il comprend mieux. [...] Malgré tout, il y a des personnes, nous avons été à l'école à la même place, selon son tempérament, il peut ne pas t'accepter et puis y en a d'autres qui t'acceptent. [...] On peut pas y changer ces affaires-là. Parce que les gens sont nés comme ça. Parce que tu ne trouves pas seulement ça chez les blancs. Tu peux rencontrer ça aussi chez un noir. Tu peux rencontrer ça chez d'autres, d'autres personnalités, mais pas seulement nous autres. Parce que tout dépend, je t'ai bien expliqué, tout dépend du

niveau de la personne. Ça dépend de son tempérament, ça dépend de sa personne. Il y a des gens qui sont plus joviaux que d'autres. (Louise, participante au centre culturel haïtien)

Les propos de ces deux participantes font référence aux rapports sociaux (Kergoat, 2010) entre deux groupes sociaux interethniques, les personnes blanches et les personnes noires (Ibid). Ces rapports sociaux, fondamentalement inégaux (Ibid), sont imprégnés de préjugés qui génèrent des traitements différentiels de la part des personnes blanches envers les personnes noires participant ainsi au maintien des inégalités sociales (McAll, 2017), il s'agit du racisme. Ceci positionne ces deux personnes dans une situation de vulnérabilité sociale (Soulet, 2005) dans le sens où elles s'insèrent dans un contexte structurel qui les rend vulnérables (Soulet, 2022).

Béatrice, participante au centre culturel haïtien, a une conception des inégalités sociales qui rejoint celles énoncées jusqu'à présent. Pour elle, les inégalités sociales se trouvent partout et désignent ce qui n'est pas égal. Elle ne précise pas quelles personnes les vivent, mais ses propos sur son expérience individuelle permettent de préciser sa pensée. Par le passé, elle a déjà vécu du racisme, mais à présent ce n'est plus le cas. Enfin, Romane, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle, a une définition intéressante. Pour elle, les inégalités sociales « c'est le fait que ce ne soit pas juste pour tout le monde ». L'idée d'injustice est sous-jacente à ses propos. Cela se matérialise par une différence d'accès et de droit selon les personnes, il s'agit d'une distribution inégale des ressources (Bühr, Pfefferkorn, 2008). Pour elle, certaines inégalités ne sont pas maîtrisables, car il n'est pas possible d'agir dessus bien que des efforts soient faits pour les amoindrir. De fait, la structure sociale actuelle est capable de se perpétuer dans le temps grâce aux inégalités sociales qui forment un système (Ibid.).

Pour autant, lorsque Romane explique son expérience personnelle des inégalités, elle contextualise son vécu aux sites de rencontre et à sa meilleure amie. Elle a été confrontée au rejet, à l'exclusion, aux jugements et aux préjugés quant à son épilepsie, sa dépression ou sur le fait qu'elle vive grâce aux aides sociales. Pour elle, les inégalités vécues résultent des comportements individuels.

[Vivre des inégalités] En amour, en amour pis en amitié. En amour c'est fou le nombre de... J'ai, j'ai été dans des, sur des sites de rencontre. Pis t'sais les sites de rencontre c'est pas le même style de discussion que t'as avec une personne face à face. T'sais avec un site de rencontre ça va être vraiment, tu joues cartes sur table pour tout de suite, pour savoir s'il peut y avoir un avenir avec la personne. Mais aussitôt que je lui disais que j'étais épileptique ou que j'étais sur le bien-être social, la personne fait « c'est bon, aller ok, on est mieux de laisser faire » ou euh je voyais la personne se déconnecter. T'sais

fait que c'est beaucoup, beaucoup difficile. [...] Sinon à part de ça, les autres inégalités que je vis, ben c'est sûr que, que côté amitié je dirais aussi. Parce que t'sais même avec mon amie, c'est plate mais même avec mon amie quand que je jase avec elle des gars avec qui je voudrais sortir, que je montre une photo, s'il est le moindrement trop beau ou trop à l'aise, elle dit « Ah, mais non, mais là tu devrais pas viser ça. » J'suis là « pourquoi ? » [...] elle dit « t'sais t'es sur le bien-être social, tu fais de l'épilepsie ». En plus elle dit « t'as pas accès au, au, aux gars, aux gars les plus beaux ». (Romane, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle)

Juliette, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle, et Colette, participante au centre communautaire pour personnes âgées, ont chacune une définition différente qui diffère de celles énoncées jusqu'à présent. La conception de Juliette fait reposer les inégalités sociales sur la responsabilité individuelle dans une perspective individuelle. Sa perception repose sur le tempérament des personnes, en ce sens, elle se rapproche des perceptions précédentes. Pour elle, une inégalité sociale c'est une personne qui n'est pas égale aux autres, car elle rencontre des difficultés à s'intégrer au groupe à cause de la gêne ou du malaise qu'elle ressent. Ainsi, sa définition fait porter la responsabilité sur la personne qui essaye de s'intégrer et si elle ne parvient pas à le faire, c'est à cause d'elle-même et de sa gêne.

Ça serait tu une personne qui serait, qui serait pas égale aux autres ? Euh peut-être pas sociale, parce qu'elle avait de la difficulté à s'intégrer dans le, t'sais dans le, dans le groupe. C'est comme ça que je le vois. À la question que tu m'as dite, c'est comme ça. C'est quelqu'un t'sais qui, qui est plus égale, qui se sent pas bien. T'sais c'est, est pas, est pas égal. Pour elle, je dirais qu'elle pas égale envers les autres puis envers là, t'sais d'être social. C'est parce que, peut-être que cette personne-là pourrait être extrêmement gênée, mal à l'aise et puis elle voudrait bien, mais peut-être la gêne la retient. (Juliette, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle)

Pour autant, sa logique est différente lorsqu'elle évoque les inégalités vécues. Elle dit avoir déjà vécu des inégalités sociales lorsque des personnes ont fait des « jokes » sur elle. Cela lui a provoqué un sentiment de peine et de malaise. Elle ne s'est pas sentie bien à cause du comportement d'autrui, de cette façon elle porte la responsabilité sur les personnes. Il n'a pas été possible de déterminer s'il s'agissait d'une blague ou de discrimination. Pour terminer, Colette, participante au centre communautaire pour personnes âgées, a une conception différente. Selon elle, dans l'imaginaire collectif, les inégalités sociales correspondent au fait de ne pas avoir les mêmes chances au départ, par-là elle entend capitaux économiques, sociaux et culturels. Elle parle donc d'inégalité des chances. Mais elle a la conviction que c'est faux. Pour elle, des personnes peuvent avoir eu de gros capitaux et elles l'ont gaspillé, se plaignent, ou ne les savourent pas. C'est ce qu'elle nomme « la misère des riches ». À l'inverse, d'autres personnes peuvent avoir peu et sourire tout de même.

Pour elle, ce ne sont pas les « vraies » inégalités, la « vraie inégalité c'est la philosophie dans la vie ».

On dit souvent de façon un petit peu, à la légère, ils ont pas eu les mêmes chances en partant. Il y a des gens qui reçoivent un petit panier puis d'autres reçoivent un gros panier. Par contre, à soixante-quatre ans, j'ai cette conviction que ça n'a rien à voir avec quelle est la grosseur du panier. Il y a des gens qui ont un gros panier puis qui vont le gaspiller ou qui se plaignent. T'sais c'est la misère des riches là. C'est pas une lubie, ça existe. Pourtant ils ont une abondance incroyable puis ils arrivent pas à la savourer. Et il y a des gens qui ont peu. Autour de la planète il y a des millions de gens qui ont très peu et qui ont le sourire. À mon avis, la vraie inégalité, la vraie de vraie, mais c'est celle dont on ne parle pas, c'est la philosophie dans la vie. Donc les gens pauvres manquent de philosophie. Et ça n'a rien à voir avec le compte en banque. Alors la vraie pauvreté, elle est entre les deux oreilles. Y a plein d'affaires si t'as pas les moyens, tu viens gratis. Alors elle est où l'inégalité ? Ce sont des faits. (Colette, participante au centre communautaire pour personnes aînées)

Lorsqu'elle évoque les inégalités qu'elle a vécues dans sa vie, ces propos ne correspondent pas à sa définition. Au cours de sa carrière professionnelle, elle dit avoir été confrontée au sexisme et plus récemment à l'âgisme. Tous deux désignent une discrimination liée au sexe pour le premier et à l'âge pour le second. L'âgisme a des répercussions sur le bien-être des personnes ainsi que sur leur santé (Leclercq et coll, 2022). Le sexisme et l'âgisme sont deux dynamiques structurelles interactives et articulées qui participent à l'organisation sociale actuelle et qui se répercutent sur Colette (Bilge, 2009). De cette façon, le système social inégalitaire se perpétue. Ainsi le vécu personnel de Colette des inégalités ne concorde pas à la définition qu'elle en a.

Dans les propos des personnes participantes, les inégalités sociales sont souvent liées à l'injustice. Pour Dubet (2014), les inégalités sociales ne sont pas uniquement objectives, ce sont aussi « des faits moraux et normatifs ». De ce fait, chez les individus sont retenues seulement les inégalités qu'ils perçoivent injustes, car la philosophie de la justice oriente la conception qu'ont les individus des inégalités. Ainsi, lorsque des personnes vivent des inégalités, le sentiment d'injustice est majeur. Ce sentiment est manifeste, car il est ressenti comme un obstacle à la réalisation personnelle (Dubet, 2014 cite Brugère, 2014). De plus, la différence entre les inégalités justes et celles injustes dépend de l'expérience subjective individuelle (Dubet, 2014 cite Brugère, 2014). En effet, les individus veulent être perçus pour ce qu'ils sont et ce qu'ils font pour ainsi déterminer ce qui est juste et bien pour eux.

En amont, il a été explicité que certaines personnes participantes disent ne pas vivre d'inégalités. Pourquoi subjectivement elles ne vivent pas d'inégalités alors qu'elles ont pour caractéristiques d'être femmes, âgées, immigrées, racisées. Leurs propos ne sont pas remis en cause, le souhait est plutôt d'expliquer pour quelles raisons elles ne les perçoivent pas ou du moins elles ne les mettent pas en avant. Il est possible que les personnes ne souhaitaient pas s'ouvrir sur ce sujet étant donné ma position sociale, une jeune étudiante blanche en sociologie. Néanmoins, plusieurs éléments permettent de comprendre l'absence d'inégalités dans leurs perceptions. Premièrement, il est possible qu'elles n'en aient jamais vécues. Bien que cette éventualité soit réelle, d'autres pistes de réflexion existent, mais toujours en ayant conscience que ce sont des éléments qu'il n'est pas possible de confirmer ou d'invalidier.

La seconde manière d'expliquer le fait de ne pas mettre en avant le vécu d'inégalités est le déni de discrimination. En premier lieu, avant d'expliquer ce qu'est le déni de discrimination, le terme de discrimination doit être expliqué et différencié du terme de stigmatisation. La discrimination désigne l'action de subir ou d'infliger, « en toute illégalité, un traitement différent et inégalitaire par rapport à d'autres » (Dubet and all, 2013). Pour qu'il y ait discrimination, les personnes doivent être égales en droit. Ensuite, la discrimination est générée par les caractéristiques dont les individus sont porteurs, ces dernières font qu'ils sont perçus par leurs différences. La stigmatisation « est une action symbolique de désignation et de qualification négative des identités » (Ibid. : 56) générée par certaines caractéristiques pensées comme stigmatisées. Goffman (1975) explique que le stigmate n'est ni objectif ni systématique, c'est l'association de stéréotypes à certaines caractéristiques qui détermine le stigmate. Par exemple, il peut s'agir d'avoir fait de la prison, d'être homosexuel, d'être porteur de handicaps, la liste est longue. D'autres stigmatisés peuvent être visibles, par exemple être noir ou être femme. Un individu porteur de caractéristiques le discréditant lors d'interactions est stigmatisé. Certaines caractéristiques, dans une société donnée, impactent la construction identitaire des individus lors d'interactions (Ibid). La stigmatisation se manifeste par la méfiance, les injures, le rejet, la suspicion, la violence ainsi que par la discrimination.

Certaines personnes participantes sont porteuses de stigmatisés, visibles ou non, telles qu'être femmes, racisées, âgées, vivant sur le bien-être social. Parmi ces dernières, certaines ont vécu des discriminations liées aux stigmatisés :

On sait qu'on est pas accepté, des fois tu arrives avec ta couleur et y a des gens, y en a des blancs qui voient déjà que tu n'as pas ta place. (Louise, participante au centre culturel haïtien)

Il y a de l'âgisme. Ça m'a irrité pendant un moment. (Colette, participante au centre communautaire pour personnes âgées)

[Sur les sites de rencontres] aussitôt que je lui disais que j'étais épileptique ou que j'étais sur le bien-être social, la personne fait « c'est bon, aller ok, on est mieux de laisser faire » ou euh je voyais la personne se déconnecter. (Romane, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle)

Quand je suis venu ici, [...] quand ils ont dit que je suis musulman, je suis tatata, alors ils ont commencé à essayer à être inégaux. (Joseph, participant dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance)

D'autres, bien qu'elles soient porteuses de caractéristiques pouvant être perçues comme un stigmat, disent ne jamais avoir été confrontées à la stigmatisation ou à la discrimination :

Ça ne m'est jamais arrivé. Je peux pas vous décrire vraiment tout ce que je peux ressentir parce que ça m'est jamais arrivé. (Valérie, participante au centre culturel haïtien)

Non, pas dans mon quotidien. Mais c'est déjà arrivé, c'est du passé. (Béatrice, participante au centre culturel haïtien)

En résistance au stigmat, certains individus optent pour la « réclusion » (Dubet, 2013). C'est-à-dire que la caractéristique stigmatisée n'est pas dévoilée, elle est cachée pour s'éviter tout risque d'être discriminé. C'est le cas de l'une des participantes qui souffre de problèmes de santé mentale, elle fait le choix de le révéler uniquement lorsqu'elle entreprend une « vraie relation » avec quelqu'un pour s'éviter les préjugés.

Le détachement (Ibid.) est une seconde méthode utilisée par les personnes. Étant donné que la stigmatisation et la discrimination sont source de souffrances, les individus les évitent dans le but de se préserver ce qui les conduit à minimiser la souffrance et à la cantonner au passé. En endossant le détachement, les individus se résignent. Est-ce le cas de Béatrice, participante au centre culturel haïtien ? Elle exprime ne plus vivre d'inégalités sociales bien qu'elle en ait déjà fait l'expérience, « c'est du passé ». Afin de ne pas surinterpréter, ce questionnement restera ouvert.

L'indifférence est la troisième possibilité pour ne pas percevoir les inégalités. L'indifférence n'est pas synonyme de déni, c'est le choix d'ignorer, de tenir à distance les discriminations. « Puisque le doute est permis, l'individu retient l'hypothèse la moins blessante ; il opte pour le bénéfique du doute » (Ibid. : 91). Valérie est-elle indifférente lorsqu'elle dit ne jamais avoir été confrontée aux

inégalités ? Colette, dans son cas, se questionne sur l'âgisme qu'elle vit. Elle le perçoit donc, elle ne l'ignore pas, mais elle le tient à distance :

Il y a de l'âgisme. Mais en même temps, moi le, j'ai eu quelquefois l'impression qu'il y avait un certain âgisme. Et puis je me disais, ça m'a irrité pendant un moment, le temps que je prenne conscience que c'est vrai. C'est vrai. J'ai soixante-quatre ans. Fait que c'est à moi de savourer mes soixante-quatre ans. [...] En même temps, je me dis « pourquoi ça m'irrite tant l'âgisme ? » Ben, à ce moment-là, je suis irritée. Donc je vais me répéter, je dis « c'est vrai, je suis aussi plus vieille ». Donc est-ce que je dois me contenter de ? T'sais ça, ça me permet aussi de faire mon, un certain deuil. (Colette, participante au centre communautaire pour personnes âgées)

Enfin, Didier Fassin (2006) emploie le terme de « déni de réalité ». Cela désigne un processus psychique de rejet de la réalité à cause de son essence détestable. Ce déni impacte la représentation qu'a la personne d'un fait en ne permettant l'association d'aucune signification. Didier Fassin lie le « déni de réalité » aux victimes de discriminations raciales. En effet, pour les personnes racisées, le « déni de réalité » s'applique aux éléments douloureux, car ces derniers ont entraîné le rejet de ce que la personne est. L'auteur ajoute qu'il est difficile, pour les personnes racisées, d'admettre que les difficultés rencontrées proviennent d'éléments constitutifs de soi, par exemple, sa couleur de peau, et des préjugés associés. Est-ce pour cette raison que Valérie, participante au centre culturel haïtien, dit ne jamais avoir été confrontée aux inégalités ?

Dubet (2014) explique qu'il est fréquent que les personnes s'adaptent aux inégalités, même si ces dernières les affectent, car elles ne sont pas une entrave à vivre d'une façon qu'elles jugent bonne. Une autre composante semble intéressante, le cadre de référence de la personne. Duru-Bellat et Kiefferb (2006), dans leur analyse sur la mobilité sociale, soulignent que l'origine sociale n'est pas uniquement un modèle de référence. C'est aussi le cadre au sein duquel les individus grandissent, cela influe sur leurs représentations de la réalité. Dans le contexte de leur recherche qui porte sur la mobilité sociale, la comparaison avec l'entourage se révèle être un facteur prédominant. Bien que le sujet de recherche soit différent, le groupe d'appartenance peut être pris pour référentiel par les personnes lorsqu'il s'agit de juger si elles vivent ou non des inégalités sociales. « Les individus jugent leur situation par rapport à leur trajectoire et à leur pays d'origine bien plus que par rapport aux critères sociaux des classes moyennes tenus pour « normaux » » (Dubet, 2013). Parmi les personnes participantes, quatre d'entre elles ont immigré à l'âge adulte au Québec. Elles sont originaires du Cameroun ou d'Haïti. Toutes sont restées en contact avec leurs familles et amis restés dans leurs pays d'origine. De plus, au Québec, elles sont parvenues à s'intégrer au sein de la

communauté haïtienne. D'avoir grandi dans une société différente de la société québécoise, d'avoir pour référentiel des personnes vivant hors de la société québécoise, mais aussi des personnes dans des situations similaires aux leurs, cela génère un référentiel différent de celui des personnes nées au Québec. Ces facteurs pourraient-ils expliquer que certaines ne perçoivent pas les inégalités sociales ? Ce raisonnement rejoint les idées de Duru-Bellat et Kiefferb (2006) qui expliquent qu'est prise en compte la situation de la famille lors du jugement de sa propre situation.

Les participantes non originaires du Québec sont toutes restées en contact avec leurs ami.e.s et leur famille restés dans leurs pays d'origine. Au Québec, toutes se sont intégrées au sein de la diaspora de leurs pays. Ces éléments laissent à penser qu'elles n'éprouvent pas de solitude, ce qui peut sembler paradoxal, car elles sont susceptibles de vivre des inégalités sociales. C'est ce point qui va être analysé dès à présent.

8.2 Quels sont les facteurs constitutifs du bien-être des personnes participantes ?

Dans la revue de la littérature, le lien complexe entre inégalités sociales et solitudes (Van de Velde, 2020) a été expliqué. En effet, aux conditions de vie est corrélé le sentiment de solitude. Ce sentiment est engendré par un cumul de difficultés auquel sont plus vulnérables les personnes défavorisées (Paugam, 2018a). Ces dernières sont plus confrontées à la solitude, en cause, le délitement des liens sociaux ainsi que l'isolement, tous deux facteurs d'inégalités, auxquels les personnes défavorisées sont plus exposées que d'autres tranches sociales (Ibid). De cette façon, les inégalités sociales peuvent générer de la solitude.

Une seconde corrélation doit être faite. La solitude affecte le bien-être. En effet, l'une des cinq dimensions du bien-être, selon McAll et ses collègues (2014), est la dimension relationnelle. Celle-ci se matérialise par les relations familiales et/ou amicales. Le manque de relation sociale impacte alors le bien-être. « Être seul.e » correspond à la dimension relationnelle de la solitude (Van de Velde, 2018). L'absence de relation entraîne de l'isolement. Il existe une autre dimension de la solitude (Ibid), il s'agit de la dimension expérientielle. C'est « se sentir seul.e » bien que les personnes aient des liens sociaux, ces derniers sont source de solitude. Le sentiment de solitude est, ainsi, établi subjectivement par la personne.

Enfin, faisons une dernière mise en relation, les inégalités peuvent avoir un impact direct sur le bien-être. La répartition inégale des ressources matérielles a des conséquences sur le bien-être, pour rappel, la dimension matérielle est constitutive des cinq dimensions du bien-être individuel (McAll, Fournier et Godrie, 2014). Les inégalités ayant pour caractéristique d'être cumulatives, d'autres inégalités sociales, elles aussi constitutives des cinq dimensions du bien-être, sont générées par les inégalités matérielles entraînant des conséquences sur la santé, les relations sociales et le corps par exemple.

En résumé, les inégalités sociales peuvent générer de la solitude et impacter le bien-être. La solitude, elle aussi, affecte le bien-être. Toutefois, à l'issue de l'analyse, l'interdépendance entre inégalités, solitude et bien-être n'est pas si évidente que cela.

Les personnes interrogées ne souffrent d'aucun isolement. Parmi les huit personnes participantes, quatre disent qu'il arrive qu'elles se sentent seules.

T'sais j'ai de la famille, mais j'ai une seule vraie amie. Puis des fois je me dis, t'sais c'est parce que mon amie t'sais peut pas, elle a son travail, elle a aussi son chum. Elle a ses choses à faire aussi t'sais. Fait que des fois on se voit pas souvent. Ce qui fait que quand je vois pas mon amie, que je vois pas ma famille, ben je suis comme toute seule. (Romane, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle)

[Eprouver un sentiment de solitude] Oui, oui, oui, ça arrive, ça arrive des fois-là que je me sente seule. (Valérie, participante au centre culturel haïtien)

[Se sentir seule] Oui ça m'est arrivé. Ça m'était arrivé d'être seule. Ben même quand je suis arrivé là, c'est pas que j'aimais pas, mais avec la situation que je vivais. (Juliette, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle)

En d'autres termes, elles éprouvent ponctuellement un sentiment de solitude. En se sentant seules, les personnes participantes vivent la dimension expérientielle de la solitude (Van de Velde, 2018). Néanmoins, au travers de leur discours, elles laissent paraître que ce sentiment de solitude est également dû à un manque de relations sociales qui correspond à la dimension relationnelle de la solitude (Ibid.). Ce sentiment « résulte principalement d'un processus de perte cumulative des multiples « attachements » qui nous relient aux autres et à la société » (Ibid. cite Paugam, 2019 : 4) généré, dans le cas des personnes participantes par la retraite, le vieillissement et la pandémie.

Parmi les personnes participantes qui éprouvent de la solitude, toutes éprouvent du bien-être. Cette constatation diffère des faits énoncés précédemment. En effet, en se rapportant aux cinq catégories du bien-être déterminées par McAll et ses collègues (2014), la dimension relationnelle est impactée

par la solitude éprouvée. Pour expliquer cette différence, prenons appui sur la définition qu'ont les personnes participantes du bien-être.

La définition du bien-être varie selon la situation de la personne, mais aussi selon ses caractéristiques personnelles. De plus, cette définition est établie selon plusieurs perspectives. Certaines donnent une définition globale, objective, c'est-à-dire ce à quoi correspond le bien-être pour l'ensemble des personnes. Les différentes définitions données sont similaires. Les personnes ayant cette conception sont soit participantes au centre pour femmes en instabilité résidentielle, soit au centre communautaire pour personnes âgées. Le bien-être est systématiquement associé à l'individu, à la relation qu'il entretient avec lui-même. Colette détermine cela par être « proche de son essence ». Cela implique pour Romane, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle, de se sentir bien avec soi, mais aussi avec les différents aspects qui composent la vie des individus tels que se sentir bien avec son environnement, son cercle social, avec ce que la personne ressent.

[Le bien-être] c'est être bien avec soi-même, avec ce qu'on fait, avec ce qu'on est, avec ce qu'on ressent aussi. C'est aussi être bien, être bien par rapport à ce qui nous entoure, je veux dire. C'est tellement général, c'est difficile à décrire. C'est aussi je crois être bien avec tout ce qui est notre cercle social, je pense c'est très important. Avec aussi ce qui est côté amitié, amour, je pense qu'il faut être bien avec nos relations. Avec ce qu'on peut, t'sais avec nos difficultés, pas avoir de la, de la misère à les assumer si on veut. Ah se dire que bon c'est comme ça, mais qu'on est tel qu'on est. Être bien avec ses défauts, ses qualités. (Romane, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle)

Implicitement, Romane associe le bien-être à l'acceptation et à la connaissance de soi. Juliette, qui rejoint l'idée de Romane, explique comment parvenir au bien-être. Cela passe par l'autodétermination dans le but de parvenir à une autosatisfaction. Dans les propos de Juliette, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle, l'individu est acteur de son propre bien-être, il ne peut compter uniquement sur lui-même.

Le bien-être c'est soit même. Tu fais ton bonheur, tu fais ton bien-être toi-même. Tu peux avoir le bien-être des autres aussi, mais ton bien-être à toi, tu le fais, c'est toi-même qui fais ton bien-être. T'sais parce que si tu veux quelque chose, tu vas le chercher. Si tu dis « oh bah oui, oh je le veux, mais je suis pas sûr », c'est. C'est le bien-être, aussi bien-être des gens, de toi-même. C'est comme ça. Moi je le vois comme ça. (Juliette, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle)

Les autres personnes ont une définition personnelle, subjective du bien-être. Les personnes ayant cette conception du bien-être sont toutes participantes au centre culturel haïtien. Elles définissent le bien-être selon leur situation, pour elles-mêmes. Bien que ce soit une perception personnelle, elles sont analogues aux conceptions précédentes. Pour Béatrice, le bien-être c'est se sentir bien avec elle-même dans son corps et ses pensées.

Ben, le bien-être c'est que je me sens bien. Je me sens bien dans mon corps, dans mes pensées. Bon, des fois y a des choses qui dérangent, c'est sûr. Dans la vie y a beaucoup de choses qui dérangent, mais j'ai, je m'appuie pas seulement sur ça. Parce que y a des, des, y a des choses positives, y a des négatives. Donc je me mets du côté positif plus souvent que de regarder la négativité. (Béatrice, participante au centre culturel haïtien)

Louise rejoint la conception de Béatrice et ajoute une nuance, la santé. Pour elle, sa santé lui permet de se sentir bien et ainsi d'éprouver du bien-être. Être en santé lui permet d'être autonome, de s'alimenter correctement, de vivre chez elle et de participer à ce qu'elle souhaite, ce sont des éléments constitutifs de son bien-être.

Moi le bien-être, pour moi je me sens bien. On a la santé, ça c'est ce qui est très important pour les pour nous autres les, les plus âgés. Parce que quand tu n'as pas de santé, par exemple, on vient participer à la danse, c'est parce qu'on a la santé. Si tu n'as pas de santé, tu ne peux pas te lever, marcher et aller à la danse. Fait que tous ceux qui viennent à la danse là, on habite pas trop loin. J'habite aux alentours, [...], donc avec la santé qu'on a, on est capable de participer. Mais si tu n'as pas de santé, tu restes à la maison, il y a une personne pour t'aider et tu ne peux pas participer. Donc bien-être c'est d'abord, d'abord la santé. Ensuite, tu dors bien, tu manges bien, c'est ça notre, notre bien-être après avoir travaillé 40 ans. Tu vis à la maison, tu te sens bien, moi je suis capable d'aller faire mon marché toute seule, je peux aller à l'église toute seule. (Louise, participante au centre culturel haïtien)

Nina, participante au centre culturel haïtien, a une définition identique à celle de Louise, pour elle la santé permet l'autonomie. C'est un facteur fondamental de son bien-être.

Plusieurs facteurs du bien-être apparaissent dans la conception des personnes participantes. L'élément principal est la relation que la personne entretient avec elle-même. Ceci se matérialise par le fait d'être bien avec soi-même. Pour cela, la santé est importante. Pour plusieurs personnes participantes, être en santé est synonyme d'autonomie et d'indépendance, deux éléments constitutifs de leur bien-être. Cette dimension de la santé est présente parmi les cinq dimensions du bien-être théorisées par McAll et ses collègues (2014). Elle va de pair avec l'autonomie dans le discours des personnes participantes, que ces auteur.rice.s nomment « la dimension décisionnelle ».

Deux autres dimensions sont fondamentales chez McAll et ses collègues, ce sont les dimensions matérielle et relationnelle. Ces dernières sont absentes de la définition des personnes participantes du bien-être. Cette absence signifie qu'elles ne sont pas impératives. De plus, grâce aux entretiens, ces deux dimensions sont défailtantes chez certaines personnes participantes. Par exemple, quatre personnes participantes souffrent d'un manque matériel et financier qui entraîne un manque de nourriture tel que le montrent les propos de Valérie, participante au centre culturel haïtien :

Des fois, ça dépend du budget. Des fois, je peux manquer de la nourriture. Des fois, je peux manquer euh comme, euh les moyens de payer le transport, des choses comme ça. (Valérie, participante au centre culturel haïtien)

La seconde dimension défailtante est la dimension relationnelle qui se manifeste par le sentiment de solitude éprouvé par la moitié des personnes participantes. L'absence de ces deux dimensions constitutives du bien-être n'a pas d'impact sur le bien-être éprouvé par les personnes. Par ailleurs, une dimension se révèle importante pour les personnes participantes et n'apparaît pas parmi les cinq dimensions de McAll, Fournier et Godrie (2014). Il s'agit de la relation que la personne entretient avec elle-même. Ainsi, bien que les personnes vivent des inégalités sociales et qu'elles éprouvent un sentiment de solitude, ces facteurs n'ont pas d'impact sur le bien-être qu'elles ressentent, car l'élément fondateur de ce dernier est le rapport que la personne a à elle.

Ce chapitre a permis de rendre compte de la perception qu'ont les personnes participantes des inégalités sociales vécues. Un étonnement a eu lieu lorsque l'analyse a révélé qu'elles perçoivent les inégalités sociales de façon différentes de la conception sociologique. Certaines personnes participantes disent ne pas vivre d'inégalités sociales alors qu'elles ont des caractéristiques qui les prédisposent à en vivre. Sans remettre en cause les propos des personnes, des éléments explicatifs ont été énoncés pour comprendre cette divergence. Après avoir interrogé les inégalités vécues par les personnes participantes, c'est au tour du bien-être vécu d'être questionné. L'analyse révèle que l'élément principal constitutif de leur bien-être est la relation que ces personnes entretiennent avec elles-mêmes. En dépit que l'une des cinq dimensions du bien-être soit impactée (McAll, Fournier et Godrie, 2014) par la solitude, la relation à soi-même est fondamentale. À présent que le bien-être et les inégalités vécus par les personnes participantes ont été déterminés, il est intéressant d'analyser l'impact qu'ont les ateliers sur ces deux dimensions.

Chapitre 9. Dans quelle mesure les ateliers peuvent-ils avoir un impact sur le bien-être et réduire les inégalités sociales ?

Indépendamment du fait que les personnes participantes perçoivent ou pas les inégalités, en vivent ou pas, les ateliers ont-ils un impact sur la réduction des inégalités sociales ? Il ne s'agit pas de fournir une réponse tranchée. Les faits sont nettement plus ambivalents. Il y a les effets des ateliers qui sont à examiner, mais ce ne sont pas les uniques éléments à prendre en compte. La relation entre intervenantes et personnes participantes est capitale. Bien que les intervenantes estiment s'inscrire dans des relations égalitaires avec les personnes participantes, des rapports sociaux sont tout de même présents. Enfin, Prima Danse utilise la danse comme appui aux messages sociaux transmis. Les messages communiqués aux adultes participants ont-ils pour objectifs d'agir sur les inégalités sociales, le tout inscrit dans une perspective de justice sociale ?

9.1 Que procurent les ateliers ?

Les objectifs des ateliers pour adultes sont déterminés par Prima Danse et par l'organisme commanditaire. Dans un premier temps, Prima Danse crée les programmes. Ensuite, un éventail d'offres est proposé aux organismes. Ces derniers évoquent leurs besoins pour que le programme acheté corresponde à leur attente. De cette façon, les ateliers se composent des objectifs de Prima Danse, mais aussi des souhaits ou des attentes des personnes participantes ainsi que ceux de l'organisme qui accueille. Les discours des cinq intervenantes sont homogènes quant aux objectifs des ateliers pour adultes. Ils se complètent et ne s'opposent à aucun moment. Précisons que les objectifs évoluent et varient selon les époques. Depuis la pandémie, le contenu des ateliers pour adultes a évolué et s'est adapté au contexte, notamment en termes d'objectifs. Quatre objectifs principaux se sont révélés au travers des entretiens. Le premier est le retour au mouvement. Le second est la santé mentale. Le troisième est la création de liens sociaux. Enfin, le dernier est l'affirmation de soi. Les objectifs vont être mis en corrélation avec les motivations des personnes participantes à s'inscrire aux ateliers de danse. Les participant.es aux ateliers ont différentes sources de motivations, certaines sont particulières et d'autres récurrentes. De plus, les objectifs vont être mis en relation avec les effets perçus ou escomptés par les intervenantes ainsi qu'avec les effets ressentis par les personnes participantes. D'une part, effectuer une mise en relation des

objectifs et des effets permet d'observer s'il y a correspondance. D'autre part, cela permet de comparer les effets attendus avec les effets réels.

Au travers des propos des intervenantes, il était nécessaire de réfléchir sur la méthode permettant aux intervenantes d'affirmer la présence de ces effets. Cela va de soi, l'expérience est une source de connaissance. Lors des ateliers, elles observent les comportements de chaque personne. De ce fait, l'observation et l'expérience sont des sources. Les intervenantes ont l'expérience des ateliers, mais aussi celle de la danse. Ainsi, l'expérience et l'observation sont imprégnées de l'expérimentation personnelle de chacune. La relation que chacune a de la danse peut les mener à transposer aux personnes participantes les effets personnels qu'elles obtiennent de la danse. Les effets rapportés par les intervenantes peuvent également provenir des commentaires faits par les personnes participantes. Ils peuvent aussi provenir des connaissances scientifiques qu'elles ont sur la danse obtenue lors de documentation. Enfin, en prêtant attention aux termes employés lors des entretiens, il est possible de rendre compte qu'une partie des effets sont présumés et souhaités par les intervenantes.

9.1.1 Le retour au mouvement

La pandémie a provoqué le confinement des personnes chez elles. Les conséquences sont multiples. L'une d'elles est la perte d'activité physique. Au travers des ateliers pour adultes, Prima Danse souhaite proposer un retour au mouvement grâce à la danse. Cela incite les personnes à sortir de leur zone de confort. Placer les personnes hors de leur zone de confort bouscule leurs habitudes (Bourassa-Dansereau, 2020). À terme, les intervenantes espèrent avoir sensibilisé les personnes à d'autres façons de bouger, qu'elles aient acquis une aisance à bouger et qu'elles trouvent une façon qui leur correspond. De ce premier objectif découlent plusieurs ambitions subséquentes. Les clientèles âgées, selon la directrice générale et co-fondatrice Isabelle, sont déconnectées de leur corps. Bouger permet de ressentir son corps, de se sentir bien et ainsi de se reconnecter à son corps. Ceci correspond à une prise de conscience de la personne sur elle-même (Weill, 2018 ; Potel, 2006 ; Vincent, 2018). Bouger c'est aussi s'exprimer, stimuler l'imagination et la créativité, ressentir ses émotions et les extérioriser. Pour l'intervenante Marion, se remettre en mouvement c'est aussi garder actives et en alerte certaines fonctions vitales. Les propos de cette intervenante appuient les aptitudes révélées par Vincent (2018). Il s'agit par exemple de la mémoire, la stabilité, la coordination, la dextérité, le cardiovasculaire ainsi que la conscience spatiale.

T'sais reculer même on le fait pas beaucoup là, parce que c'est comme si la conscience spatiale euh ils ont de la misère. On fait beaucoup, ça c'est un nouveau truc que j'ai appris, de la dextérité des mains. [...] T'sais fait que tout, quelque chose que je me rends compte en le faisant j'suis comme « hé ils ont de la misère ». T'sais c'est tout garder ces fonctions-là physiques très alertes, puis à l'écoute. Ça c'est, c'est ça. Pis le cardio aussi. (Marion, intervenante)

Enfin, l'intervenante Anne souhaite transmettre de « bonnes habitudes » à effectuer au quotidien. Son idée est de donner des outils pour un bien être au quotidien à produire chez soi.

T'sais on a tout le temps une espèce de, d'objectifs de genre transmettre des trucs, des bonnes habitudes. Mais t'sais même quand on a des discussions, tout le monde partage ce qui leur fait du bien. T'sais j'aimerais ça que là, tout le monde le soir est à la maison et essaye « oh je me sens moyen ce soir, je vais essayer, il y en a une qui a parlé qu'elle faisait du dessin, je vais me mettre à dessiner. » T'sais j'aimerais ça que ce soit ça, mais c'est ça, je pense qu'on est quand même pas dans la pensée magique non plus. (Anne, intervenante)

Ce premier objectif de retour au mouvement est en adéquation avec une motivation fréquente chez les personnes participantes. En effet, l'envie de bouger a incité cinq personnes à s'inscrire. Chaque personne a cette motivation pour différentes raisons. Par exemple, Louise, participante au centre culturel haïtien, veut bouger pour limiter les douleurs physiques ressenties à cause de l'inactivité. Béatrice, elle aussi participante au centre culturel haïtien, souhaite faire de l'exercice et bouger simplement parce qu'elle estime que c'est bon pour elle.

J'ai, j'ai toujours aimé la danse. Et pis dès qu'on me parle de, de faire des exercices là, je réponds toujours parce que je sais que c'est bon pour la santé, bon pour mon corps. [...] Bouger le corps, faire euh l'exercice, c'est toujours bon. (Béatrice, participante au centre culturel haïtien)

Colette, participante au centre communautaire pour personnes âgées, entreprend de bouger dans le but de retrouver une forme physique et de perdre du poids.

Il faut que je retrouve une forme physique. Une forme et ça, ça inclut à la fois la souplesse, l'agilité puis un tonus musculaire, puis du cardio. (Colette, participante au centre communautaire pour personnes âgées)

Enfin, Nina, également participante au centre culturel haïtien, veut bouger par la danse, car elle juge que ce n'est pas violent physiquement.

Le retour au mouvement génère des effets sur le corps qui sont multiples. Bouger permet de mieux sentir ses muscles grâce au réveil et au travail de ces derniers. Les ressentis intérieurs de ce participant se sont transformés grâce à la danse (Vincent, 2018). À terme, Nina et Joseph disent

mieux sentir leur corps. Ceci est rendu possible par la rencontre sensible que ces personnes ont effectuée avec elles-mêmes (Weill, 2018). Joseph, participant dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance, a remarqué avoir perdu du poids grâce aux ateliers de danse. De cette façon, il se sent mieux physiquement qu'il corrèle à son bien-être mental.

Alors quand j'ai commencé l'exercice (les ateliers de danse), mes muscles commencent à bouger un petit peu. L'exercice pour moi était vraiment très important. [...] Et moi quand je suis bien dans mon physique, je suis bien dans ma tête. (Joseph, participant dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance)

Aussi, bouger augmente le rythme cardiaque, la circulation sanguine. Marion l'intervenante fait une comparaison au yoga, bouger favorise la circulation des énergies. Louise, participante au centre culturel haïtien, corrobore les propos de Marion, elle explique que les ateliers ont favorisé sa circulation sanguine et lui ont fait s'activer son rythme cardiaque. Ces éléments lui ont fait du bien notamment grâce à la relaxation générée. La détente est un effet de la danse (Vincent, 2018).

Par exemple la danse hip-hop, nous autres ce n'est pas notre danse. Mais ça nous fait du bien parce que nous autres on, on le considère, moi je le considère comme un exercice. Parce qu'on bouge, ça fait la circulation, en même temps le corps aussi il bouge. Ça fait comme un exercice. Alors c'est, c'est, c'est ça. Et je pense que tous ceux qui sont, qui participent, aiment bien ça parce que ça nous aide aussi à relaxer. [...] Moi la danse c'est comme un exercice. C'est bon pour le cœur, la circulation. (Louise, participante au centre culturel haïtien)

C'est grâce en partie, à la libération d'hormones, par exemple l'endorphine. Cette hormone produite par l'organisme permet, selon l'intervenante Sophie, de se sentir bien, relaxée. En effet, Louise n'est pas la seule à avoir éprouvé de la relaxation, Valérie et Romane ont éprouvé de la détente physique et mentale.

Pour Anne l'intervenante, les endorphines font que les personnes respirent mieux, qu'elles se sentent mieux. Cette hormone provoque chez les personnes participantes « des doses d'amour pour elles-mêmes », mais aussi pour les autres, c'est à cela qu'Anne associe les « je t'aime » qu'elle reçoit à la fin des ateliers.

À la fin, là c'est ça, l'espèce de fébrilité là genre général là, qu'on a. Là ils ont comme, on leur, comme on dirait ça genre de l'énergie. T'sais ça fait du bien. Fait que, fait que souvent c'est ça, au niveau de cet effet-là juste sur le corps et comme on dirait les endorphines qui sont là. [...] Mais c'est ça, tout d'un coup, on a genre des madame qu'on connaît pas, on a des « je t'aime » t'sais. « Wow, tu m'aimes vraiment ! » C'est comme, fait que je pense que y a ça, cette espèce de dose de, de, d'endorphine qui fait que genre

c'est plus simple, tu respirez mieux, ça va mieux. Pis c'est ça, t'as comme plus de, d'amour comme pour toi puis pour les autres t'sais. (Anne, intervenante)

Toujours selon Anne, elle a pu remarquer une transformation physique des personnes participantes au cours d'un atelier. Plus précisément, il s'agit d'un changement de posture. Elle explique que les personnes participantes arrivent voutées, recroquevillées. À la fin, leur posture est plus droite, la tête plus haute, le regard est lumineux. Elle associe ce changement au fait « d'enlever un peu de poids sur les épaules » grâce au mouvement. Ceci est provoqué par l'ouverture à d'autres espaces, tels que le plaisir, l'imaginaire ou la rencontre, permis par la danse (Potel, 2006). Le rapport au monde de la personne évolue aboutissant à un changement de perception et à une plus grande ouverture (Vincent, 2018 ; Weill, 2018).

Pis c'est ça, tu sens, comme t'sais on dirait ils sont arrivés comme ça (imite quelqu'un de fermé, crispé), pis là (souffle, imite quelqu'un qui s'ouvre, se détend) t'sais c'est ça leur fait ça. Fait que c'est ça, on vient comme euh des fois enlever un peu de poids sur les épaules. En tout cas, des fois on sent pas tout le temps. Pis des fois, ça fait pas tout le temps ça non. Mais quand on peut aller chercher ça, c'est comme, c'est super. (Anne, intervenante)

Pour l'intervenante Helena, d'avoir bougé et effectué des exercices qui mènent les personnes participantes hors de leur zone de confort permet de les accompagner à découvrir de nouvelles limites physiques. Ceci est généré par l'osmose entre le schéma corporel de la personne et la perception qu'elle en a (Potel, 2006). Cela a été le cas pour Romane, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle, et Béatrice, participante au centre culturel haïtien. Elles se sont découvertes et elles ont pris conscience de leurs capacités. Ainsi, elles éprouvent de la fierté. Pour Helena, à terme, les adultes se rendent compte qu'ils sont plus forts mentalement que ce qu'ils imaginaient. Grâce à une meilleure connaissance de leur corps, les personnes développent un sentiment de contrôle de leurs capacités (Vincent, 2018). Cela a un impact positif sur leur mental, mais aussi sur leur physique, car bouger permet de se maintenir en forme. Enfin, Juliette, Valérie et Romane ont ressenti une amélioration du sommeil dans les nuits suivant les ateliers.

Les nombreux effets générés par le retour au mouvement qu'ont permis les ateliers de danse participent à l'amélioration du bien-être des personnes participantes. En effet, la dimension corporelle (McAll, Fournier et Godrie, 2014) constitutive du bien-être est stimulée, parfaite grâce aux bienfaits physiques des ateliers de danse.

9.1.2 La santé mentale

Le retour au mouvement n'est pas le seul objectif escompté par Prima Danse. En effet, les intervenantes ambitionnent d'avoir un impact sur la santé mentale des personnes participantes. Par exemple, elles ont pour objectif de réduire l'anxiété des personnes participantes grâce au mouvement. Ainsi, elles souhaitent lutter contre la déprime, permettre aux personnes de se calmer et d'être elles-mêmes, ce qui rejoint l'affirmation de soi. Pour terminer, elles souhaitent qu'elles soient fières d'elles, d'être sorti de leur zone de confort pour essayer quelque chose de nouveau. Se réapproprier son corps (Morell Bonet et Berger, 2020) grâce aux mouvements initie une prise de conscience de la personne sur elle-même (Weill, 2018 ; Potel, 2006 ; Vincent, 2018) lui permettant de constituer une image positive de soi (Vincent, 2018). Les ateliers de danse de Prima Danse, sur ce point, rejoignent les propos de Morell Bonet et Berger (2020) qui ont observé une évolution dans la perception qu'avaient les personnes participantes d'elles-mêmes grâce à la photo. Dans le cas présent, la danse permet cela. Personnellement Helena, intervenante, ambitionne de fournir du soutien psychologique même si c'est à un faible degré.

La danse et le mouvement ont de nombreux effets sur le mental des personnes participantes, au point que toutes en ont éprouvé. Le fondement de ces effets est l'amusement, le rire et la prise de plaisir pendant les ateliers. Ce sont des effets qui correspondent aux propos de Vincent (2018) et Roquet (2015) explicités dans le cadre contextuel. Les conséquences sont que les personnes, à la fin, se sentent bien malgré qu'elles soient fatiguées physiquement. Elles disent éprouver du bien-être. Quatre disent avoir éprouvé de la joie. Pour Juliette, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle, sa joie était si importante qu'elle repensait aux ateliers avant d'aller dormir, car elle se remémorait ces moments de joie.

Oh mon dieu j'ai super bien dormi, parce que dans la soirée j'ai pensé à ça, je me suis couchée puis je voyais, je voyais tout le monde là (le groupe de l'atelier de danse). Pis j'étais genre, t'sais j'étais tellement joyeuse, tellement t'sais comme qu'on dit *happy*. *Happy* en anglais. Et puis oui, ça, t'sais une fois que tu dors, tu penses, ben moi je pensais juste aux 2 là (les intervenantes). Pis ils me faisaient rire, puis t'sais... (Juliette, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle)

Pour l'intervenante Helena, qu'importe les capacités de chaque personne, sortir de sa zone de confort et rendre possible le mouvement génère de la satisfaction, de la confiance en soi, de la fierté et du courage. Plusieurs personnes pensent que les ateliers ont accru la confiance qu'elles avaient en elles, c'est le cas par exemple pour Joseph, Valérie, Nina, Louise et Juliette. Pour Béatrice, participante au centre culturel haïtien, et Colette, participante au centre communautaire pour

personnes âgées, il n'y a eu aucun impact sur leur confiance, car elles estiment déjà avoir confiance en elles. Selon Helena, à terme, les adultes se construisent une vision positive d'eux-mêmes, les faux jugements sur eux-mêmes disparaissent, ce qui génère un changement de perception d'eux-mêmes. Cela donne aussi à Helena l'impression que les personnes participantes se décroissent mentalement. En effet, elles s'aperçoivent qu'elles peuvent créer, être et penser (Weill, 2018 ; Morell Bonet et Berger, 2020) grâce à l'expression de soi par le mouvement (Treich, 2013 ; Potel, 2006 ; Weill, 2018 ; Vincent, 2018). L'expression de soi donne l'opportunité de laisser exprimer sa souffrance ou sa différence pour ainsi s'en libérer (Weill, 2018).

En invitant le participant à découvrir d'autres limites physiques, des fois ils se rendent compte que mentalement ils sont beaucoup plus forts qu'ils pensaient. [...] T'sais cette espèce d'idée de, ben de rendre possible ce corps qui bouge peu importe euh où t'en es dans tes capacités. Ben ce qui change mentalement c'est comme « Wow ! T'sais j'ai réussi ça ». Pis j'espère ça crée un effet positif de leur vision d'eux-mêmes. [...] Ils éprouvent de la satisfaction, euh le courage aussi d'être venu t'sais danser, de, de, une zone qui n'est peut-être pas confortable. (Helena, intervenante)

L'intervenante Marion, pour sa part, s'est rendu compte que bouger permet de déplacer l'attention de la personne participante. C'est-à-dire que la personne positive, se laisser aller pour ne plus être concentrée uniquement sur ses tourments. Dans les faits, le mouvement a favorisé la connexion au moment présent de toutes les personnes. La principale conséquence est de se sentir libéré de pensées pouvant être pesantes.

Fait que les gens vont moins être comme, t'sais mettons ils commencent un cours, ils étaient très euh sur une idée ou quelque chose qui les tourmente. Pis ça je le vis parce que ça me le fait à moi. T'sais après juste de bouger, de, de, de mettre l'attention ailleurs, de faire, ça fait, ça augmente la fréquence cardiaque, ça fait bouger, ça fait circuler le sang. On dirait que j'ai comme l'impression que ça, ça les fait comme un peu décrocher des soucis ou ça, ça aère les idées, ça décontracte, mettons là. T'sais si t'es contracté t'es dans ton idée. Pis là tout d'un coup tu laisses aller. Juste d'amener dans le mouvement ça fait plus circuler comme tout dans le corps. Fait qu'on dirait que ça fait circuler les, les, tout, positiver un peu comme les trucs négatifs mettons. (Marion, intervenante)

Pour sa part, Louise, participante au centre culturel haïtien, oublie la vieillesse. Quant à Romane, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle, elle a ressenti du lâcher-prise lui permettant d'oublier ses problèmes. Pour terminer, Juliette, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle, a remarqué qu'au cours des ateliers, les pensées positives l'emportaient sur les pensées négatives et lui permettent ainsi d'éprouver un plus grand bien-être. Ceci est rendu possible par la stimulation de l'objectivité et de la créativité (Weill, 2018). De plus, les processus

créatifs tels que la danse mènent les personnes à réfléchir de façon différente sur leur vécu pour ainsi dépasser les préoccupations immédiates (Grenier et Fournier, 2012). Selon l'intervenante Marion, cela est dû en partie au gain d'énergie, à la fierté générée par le mouvement. Les personnes se sentent capables, sont satisfaites d'avoir participé et gagnent confiance en elles. De plus, elles se sentent bonnes et en mesure de réussir.

T'sais au début ils ont pas d'énergie pis après ils sont contents. Mais t'sais c'est comme tu fais du jogging, ça te tente pas de faire du jogging puis après t'es comme « wow ». T'sais c'est aussi quelque chose de, si on veut être très scientifique, d'endorphine et d'hormones qui circulent. Je sais pas si c'est les endorphines, mais en tout cas. T'sais ça fait cet effet-là d'activité physique. En plus avec la musique, la musique, ça a justement un pouvoir pis t'sais de l'expression en plus. Fait que c'est ça. Pis de se sentir bon dans quelque chose, de sentir qu'ont réussi. C'est tout le temps important même adulte là, à tout âge, qu'il y ait un sentiment qu'ils aient réussi un peu t'sais. (Marion, intervenante)

La stigmatisation vécue par les personnes participantes freine la reconnaissance de soi (Ricœur, 2004) à cause de la déconsidération assimilée. Ce mécanisme intériorisé affecte les possibilités d'actions et ainsi impact la reconnaissance de soi-même (Leduc, 2012). En participant à des ateliers de danse vecteurs de fierté, de confiance en soi, et d'expression, les personnes ont ressenti le fait d'être capable. Faire l'expérience d'être capable, plus largement, d'avoir pratiqué une activité qui génère du positif, crée une nouvelle perception de la personne sur elle-même. Ceci est la source du développement de l'agentivité (Ibid) et aboutit à une reconnaissance de soi-même (Ricœur, 2004). Développer son agentivité favorise la dimension décisionnelle du bien-être (McAll, Fournier et Godrie, 2014), car la personne acquiert la capacité d'agir librement selon libre arbitre (Sen, 1985). De cette façon, elle exerce un contrôle sur sa vie et elle est en mesure d'effectuer ses propres décisions (McAll, Fournier et Godrie, 2014).

Des personnes participantes ont dit à l'intervenante Sophie se sentir mieux, avec plus d'énergie à la fin des ateliers. Elle pense qu'il y a eu de l'ouverture chez certaines, ce qui peut les mener à essayer d'autres activités ou à refaire quelques exercices chez eux. Selon Isabelle, directrice générale et co-fondatrice, le mouvement favorise la connexion au corps que les personnes participantes ont perdue en vieillissant. Elle a pu constater également que les personnes participantes se délient en s'exprimant, grâce à la stimulation de l'imaginaire (Potel, 2006).

De la même manière que pour les effets physiques permis par le retour au mouvement, les bienfaits des ateliers sur la santé mentale des personnes participantes favorisent le bien-être de ces dernières

en agissant une nouvelle fois sur la dimension corporelle (McAll, Fournier et Godrie, 2014) qui se constitue à la fois de la santé physique, mais aussi mentale.

9.1.3 Liens sociaux

Les ateliers permettent aux personnes de sortir de chez elles pour socialiser, notamment après l'isolement vécu pendant la pandémie qui a provoqué la perte de liens sociaux. L'intervenante Marion nomme cela « la création de liens sociaux positifs ». En effet, les ateliers sont un lieu de rassemblement où des échanges sont présents avec les intervenantes, mais aussi entre personnes participantes.

Il ressort des entretiens que les personnes participantes ont perdu des liens sociaux pendant la pandémie, créant ainsi un sentiment de solitude. Toutefois, personne n'a été isolé socialement à la suite de cette perte. L'entourage a été une source de motivation pour quatre des personnes participantes. Dans le cas de Joseph, participant dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance, après avoir demandé pendant longtemps d'avoir accès à des ateliers d'exercices physiques, l'une des intervenantes de l'organisme l'a incité à participer aux ateliers de Prima Danse lorsqu'ils ont été offerts aux résidents. Pour Joseph, cette intervenante a été sa source de motivation principale.

Moi j'étais toujours actif. Et vraiment j'étais, je pense qu'est-ce qui est arrivé, j'ai demandé toujours au monde (dirigeants du centre d'hébergement) qu'ils nous donnent un cours de danse ou des exercices ou n'importe quoi. Alors quand il y en a eu, je pense j'étais, je pense c'était une intervenante (du centre d'hébergement) qui me dit « Monsieur Joseph, tu vas être content ». Parce que Prima Danse c'était des amis avec elle et elle s'est occupée de toute l'activité. Alors c'est elle qui m'a motivé vraiment. (Joseph, participant dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance)

Louise et Valérie, participantes au centre culturel haïtien, sont allées aux ateliers sur les conseils de leur amie, Béatrice. Cette dernière a participé au premier atelier de danse, car elle aime la danse et elle y allait pour profiter. À l'issue de ce dernier, elle a contacté Louise et Valérie pour leur expliquer son expérience. Cet appel a éveillé la curiosité de ces dernières qui se sont présentées à l'atelier suivant.

J'étais très satisfaite. J'étais très contente, j'ai appelé mes amies qui n'étaient pas là. J'ai dit « vous avez perdu quelque chose, vous avez manqué quelque chose ». Parce que c'était très bon. Et puis là « oh oui la prochaine fois on va faire ». (Béatrice, participante au centre culturel haïtien)

Nina est, elle aussi, allée par curiosité aux ateliers. Pour ces trois personnes, Nina, Valérie et Louise, toutes participantes au centre culturel haïtien, la curiosité n'était pas la seule motivation. Toutes voulaient s'occuper, se distraire et rencontrer de nouvelles personnes.

C'est pourquoi quand il y a, il y a une amie qui m'a conseillé, qui m'a parlé de, de, de, d'aller au centre. Donc moi j'en ai profité et puis c'est, c'est ça, ça nous distrait un peu, tu rencontres le monde. En même temps tu socialises. (Louise, participante au centre culturel haïtien)

La création de liens sociaux est plus qu'un objectif. Unanimement, les intervenantes sont convaincues que les ateliers le permettent. Ils se produisent au fur et à mesure des ateliers grâce aux petites discussions, aux échanges entre personnes participantes. Ces propos corroborent à ceux de Morell Bonet et Berger (2020) pour qui, la danse est un vecteur de communication initié par l'expérience corporelle aboutissant à un rapprochement des personnes. Pour Isabelle, les ateliers sont « un moment social pour eux ». Pour vérifier la certitude des intervenantes, portons attention aux propos des personnes participantes.

Le principal effet collectif évoqué par les personnes participantes est la rencontre de personnes avec qui discuter et rire permettant de briser l'isolement. Pendant les ateliers, les personnes participantes ont eu des relations entre elles au sein du groupe. Sur ce point, personne n'a vécu d'expérience négative. Chaque personne interrogée était à l'aise et se sentait bien dans son groupe. En plus de se sentir à l'aise et bien dans le groupe, toutes ces personnes ont ressenti un sentiment d'inclusion à leur groupe. Weill (2018) explique que la danse participe à l'inscription individuelle au sein d'un groupe, notamment grâce à l'expression de soi au sein des autres. Le sentiment d'intégration au groupe résulte-t-il de la création d'un univers normatif commun entre les personnes participantes (Ibid). Pour Louise et Nina, toutes deux participantes au centre culturel haïtien, c'est ce qui s'est produit. De plus, pour elles, la langue a été un facteur important au sentiment d'inclusion. Louise s'est sentie incluse parce « qu'on parle, on parle le même langage. » Pour Nina : « On cause comme si on était des mêmes pays ou d'un même village, c'est bon. » Pour rappel, au centre culturel haïtien les participantes ont un profil similaire, ce sont des femmes retraitées immigrantes d'Haïti ou du Cameroun vivant à Rivière-des-Prairies. Cette similarité de profil, de parcours de vie, mais aussi de quotidien génère des points communs sources de familiarité qui peut être favorable à un entre-soi ou plus modérément, un sentiment d'appartenance.

Les personnes participantes ne nomment pas toutes de la même manière les rencontres qu'elles ont fait lors des ateliers. Par exemple, Valérie, participante au centre culturel haïtien, a créé des liens plus forts qu'une amitié, elle a trouvé une nouvelle famille. « Je fais partie maintenant d'une nouvelle famille. » Initialement, en commençant les ateliers, elle ne connaissait personne sauf son amie Béatrice qui lui avait conseillé de venir. Au terme de la session d'ateliers, elle côtoie deux personnes hors des ateliers. Les propos de Valérie correspondent à ceux de Treich (2013) pour qui la danse est vectrice de rencontres.

Ben c'est un sentiment comme d'une famille. Ouais c'est ça, un sentiment comme on est comme, comme, comme si c'est une nouvelle famille. Je fais partie maintenant d'une nouvelle famille. [...] C'est comme une famille, c'est comme une famille. On se parle entre nous. C'est ça, on se change les idées entre nous. Fait que c'est comme une famille, c'est comme une famille. (Valérie, participante au centre culturel haïtien)

Précisons, Valérie fréquente le centre culturel haïtien pas uniquement pour les ateliers de danse de Prima Danse, de la même façon que les autres participantes de ce centre. De cette façon, il n'est pas possible d'affirmer que les liens sociaux se sont créés exclusivement au sein des ateliers de Prima Danse. Nina, participante au centre culturel haïtien, n'emploie pas le terme de famille pour décrire ses relations dans les ateliers. Elle dit s'être fait des amies.

Pour les personnes vivant au centre pour femmes en instabilité résidentielle, les ateliers ont été une source de bien-être par procuration. En effet, en voyant les autres résidentes du centre s'épanouir en dansant, les deux personnes interrogées aimaient les voir danser.

Ben je me sentais bien, je me sentais, j'étais heureuse pour tout le monde. Parce que je me disais « on le mérite puis ça va faire du bien à tout le monde ». Pis t'sais de voir tout le monde danser, pis euh comment je pourrais t'expliquer, c'était fabuleux. J'étais émerveillée parce qu'il y avait des gens là-dedans que je connaissais. (Juliette, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle)

C'était aussi l'occasion pour elles d'en apprendre plus sur les autres résidentes, de les découvrir autrement. Juliette, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle, a vécu les ateliers comme « un rassemblement » au sein duquel elle a vécu une expérience collective. De cette façon, les ateliers ne lui auront pas permis de se faire des amies, mais en observant danser les autres, par leurs gestes, elle a appris à mieux les connaître bien qu'elle connaissait déjà tout le monde. « Oh wow cette personne-là est pas différente, mais elle fait différemment ».

Louise, Joseph et Colette, tous et toutes participant.e.s au sein de lieux différents, ont des propos bien plus nuancés pour nommer les relations faites aux ateliers. Pour Joseph, participant dans l'organisme pour hommes en situation d'itinérance, les autres participants ne sont pas ses amis. Lui qui devait faire face à quelques difficultés de relations dans son lieu de vie, la danse lui a permis d'interagir autrement que par les mots. De la même façon pour Louise, participante au centre culturel haïtien, les autres femmes des ateliers ne sont pas des amies, mais des connaissances. Elle ne peut pas encore les qualifier d'amies, car elle estime ne pas suffisamment les connaître, toutefois ce ne sont pas des étrangères. Le frein au développement d'amitiés est dû au fait qu'au Centre culturel haïtien, les interactions sont limitées. Colette, participante au centre communautaire pour personnes âgées, dit ne pas connaître les autres participantes, même au terme des quatre ateliers. Cela est dû à l'absence de discussions pendant les ateliers. Les seules brèves discussions étaient dehors ou dans les escaliers. Néanmoins, elle nuance en disant qu'il n'y avait pas d'échanges verbaux dans les ateliers, mais des échanges de regards étaient présents. Elle associe cela à de la complicité. La durée restreinte des ateliers ne lui a pas permis de se faire des amies cependant, les exercices collectifs ont été favorables au développement d'une « fibre de groupe », d'un support et d'une complicité. Les propos de cette participante confirment la réciprocité (Schott-Billmann, 2001) permise par la danse.

Là on a eu 4 rencontres. T'sais c'est 60 minutes. Pis par contre, il fait aucun doute, quand on faisait des danses en collectif là, c'est certain que ça, ça crée, ça développe, ça entretient une fibre de groupe. Ça pour moi c'est indéniable. [...] Moi l'appartenance c'est plus gros que ça. Là la seule, t'sais pour avoir une appartenance là, c'est fort l'appartenance, l'affiliation. T'sais c'est un, c'est très gros. [...] C'est pas de l'amitié comme tu la recherches, c'est pas de l'appartenance, je vais mettre plus bas, mais il y a un soutien, il y a une espèce de connivence. C'est pas encore, l'appartenance pour moi c'est gros là. T'sais c'est vraiment le, le ruban qu'on attache là. Mais il y a un soutien, il y a une connivence, y a une espèce de petite complicité. (Colette, participante au centre communautaire pour personnes âgées)

Un élément est remarquable, connaître ou non les autres personnes participantes avant, pendant, à la fin de la session d'ateliers n'influe pas sur le sentiment d'inclusion au groupe. La création de liens sociaux attendue par l'équipe de Prima Danse résulte de la création d'une identité collective. Pour aboutir à cela, chaque personne prend conscience de son système normatif et de celui de l'autre. En acceptant, de mettre son système normatif de côté crée un espace de rencontre favorable à la rencontre de l'autre, un dialogue se forme (Younès, 2005, Caune, 2019). Valérie, participante au centre culturel haïtien, en ayant le sentiment d'appartenir à une famille a développé une identité

collective, pour autant, cette dernière doit être réciproque et équivalente chez les autres membres du groupe pour affirmer la formation d'un « faire ensemble (Rouxel, 2014) ou d'un « vivre-ensemble » (Caune, 2015). En effet, la création d'un sens commun (Ibid) et/ou d'un esprit d'équipe qui résulte de l'hybridation des systèmes normatifs (Rouxel, 2014) doit être partagée par plusieurs personnes du groupe, ce qui n'est pas le cas au centre culturel haïtien. Une nuance doit être faite, il n'est pas exclu que sur un plus long terme ceci se soit produit. Par ailleurs, certaines personnes disent avoir développé de la complicité, d'autres ont appris et découvert leurs camarades, ce sont les prémisses à la construction d'un « Nous » qui, encore une fois, aurait pu se produire à plus long terme.

S'être fait des ami.e.s, une famille ou simplement avoir rencontré et appris à connaître des personnes sont différents degrés de relation mis en lumière par les personnes participantes. Ceci rejoint les propos de Mansour (2011) pour qui les ateliers de danse permettent une socialisation entre les personnes participantes aboutissant à diverses formes de sociabilités. La création de liens sociaux initiés par les ateliers, qu'importe le degré, agit sur le bien-être des personnes participantes en leur permettant de nouer de nouvelles relations ou plus simplement de faire de nouvelles rencontres. Ainsi, la dimension relationnelle (McAll, Fournier et Godrie, 2014) du bien-être se trouve être soutenue.

9.1.4 L'affirmation de soi

L'affirmation de soi se trouve dans tous les ateliers adultes, même si ce n'est pas explicité. Selon les intervenantes, l'affirmation de soi chez les adultes s'exprime au travers du respect de ses limites, de son corps, de cesser tout jugement puis d'essayer. L'objectif sous-jacent est d'aller chercher chaque adulte dans son individualité. Parallèlement à cela, les intervenantes souhaitent que les personnes participantes acquièrent confiance en elles.

Des effets comportementaux ont été observés directement par les intervenantes lors des ateliers. Elles ont remarqué que les personnes participantes osaient entreprendre par leurs mouvements. C'est lié au développement d'une aisance, favorable à la progression. Pour Weill (2018), la danse incite à transgresser les injonctions corporelles auxquelles sont confrontées les personnes. D'autres se laissent complètement aller pour aboutir à de l'excitation ou à un état de relaxation. Enfin, plusieurs intervenantes rapportent avoir observé les personnes participantes « tripper comme des enfants », cela signifie qu'elles s'amuse et prennent du plaisir.

Pis après, tu vois, ils (les participants) trippent comme des enfants pis c'est vraiment beau à voir. Pis nous on trippe comme des enfants. Fait que je pense que, en même temps, on dit comme des enfants, mais c'est juste d'avoir du fun. Pis c'est drôle parce que je donne, dans un autre contexte complètement, des cours parents-enfants. Fait que t'as comme les petits enfants avec les parents. Pis des fois, les enfants là, la semaine passée il était assis sur la chaise, l'enfant il boude. Pis la mère est de même (imite une mère qui danse et prend du plaisir). Elle feel genre, je sais pas qu'est-ce qu'elle fait. Je sais pas c'était quoi l'activité. Mais elle danse, pis elle est full dedans, pis l'enfant il est assis puis il boude. J'suis comme « ok ce cours-là, c'est vraiment pour mes parents. » Genre ils sont juste contents t'sais de se laisser aller. T'sais ils disent qu'ils viennent danser avec leur enfant, mais l'enfant il est là, il fait d'autres choses puis le parent il est genre « Wouhou ! », il trippe, il tape des mains genre. (Marion, intervenante)

L'affirmation de soi participe au développement de son autonomie et permet, à terme, de s'affirmer à l'égard d'autrui. Ce sont deux éléments constitutifs à la construction d'un « Je » (Caune, 2015; Younès, 2005), c'est-à-dire d'une identité individuelle. En osant entreprendre, les personnes participantes s'affranchissent pour se percevoir comme des personnes singulières (Caune, 2015). Au travers de la danse, la personne se confronte aux autres et à elle-même pour mieux s'appartenir. Au travers de ce long processus de construction d'identité individuelle initié au travers des ateliers de danse, grâce à l'affranchissement de soi, les personnes participantes ont la possibilité de prendre le contrôle de leur propre vie pour ainsi pouvoir prendre des décisions qui leur sont propres. Cet élément participe au bien-être de ces personnes, car il a des retombées sur la dimension décisionnelle (McAll, Fournier et Godrie, 2014) qui est l'une des cinq dimensions du bien-être. Pour autant, malgré les nombreux effets évoqués des ateliers, les intervenantes ont toutes conscience de l'impact limité qu'elles ont.

D'une part, les effets des ateliers sont restreints dans le temps. Pour l'intervenante Anne, les ateliers permettent d'éprouver un bien-être dans l'instant et les heures qui suivent. Pour elle, il n'y a pas d'effets à long terme. Marion l'intervenante reconnaît elle aussi que les effets des ateliers, qu'ils soient moraux ou physiques, sont limités dans le temps. À l'inverse, l'intervenante Sophie estime que les effets des ateliers sont d'une petite ampleur, mais ils sont à long terme. Ce qui provoque cette différence, c'est qu'elles ne parlent pas des mêmes effets. Anne et Marion évoquent le bien-être généré par les ateliers.

Sophie pour sa part évoque les messages transmis par Prima Danse. Elle estime « semer des graines » qui peuvent mener à des changements ultérieurs grâce au cheminement mental effectué par les personnes participantes. Marion la rejoint, elle dit « Prima Danse laisse des traces qui peuvent évoluer ». Pour Anne, elles ne feront pas la « révolution ». Pour elle, les changements ne

sont pas immédiats, mais elle pense que des effets à long terme sont envisageables. Marion accepte de ne pas pouvoir intéresser tout le monde. Elle dit « ils prennent ce qu'ils ont à prendre [...] ça va passer comme ça passe. On peut pas contrôler l'impact qu'on a. » Au travers de ces propos, elle a conscience qu'elle n'a pas les outils pour contrôler ni mesurer l'impact concret de ses actions. Elle est dans une démarche d'offrir des connaissances, les personnes les utilisent ou non à leur gré.

Les différents bienfaits des ateliers ont été énoncés. Rien ne sert de les rappeler un à un, pour autant, il est essentiel de se rappeler qu'ils ont des répercussions positives sur plusieurs dimensions du bien-être (McAll, Fournier et Godrie, 2014). La dimension corporelle est favorisée par les bienfaits physiques et mentaux. La dimension relationnelle est stimulée par les nouvelles rencontres, la création de nouvelles relations. Enfin, la dimension décisionnelle est renforcée par l'affirmation de soi et le développement de l'agentivité (Leduc, 2012). Un dernier élément est important : les ateliers permettent d'initier la reconnaissance de soi (Ricœur, 2004). Déterminer les effets des ateliers de danse n'est pas l'unique élément à prendre en compte pour mesurer l'impact de ces derniers sur le bien-être et les inégalités sociales vécus par les personnes participantes, les rapports sociaux sont également à penser.

9.2 De quelle façon les rapports sociaux ponctuent-ils la relation entre intervenantes et personnes participantes ?

Du point de vue de l'une des directrices de Prima Danse, les intervenantes se positionnent comme des guides. Une relation réciproque de respect, de confiance et d'écoute s'instaure afin de constituer un « safe place » où les personnes peuvent être elles-mêmes, s'exprimer sans être jugées. Lorsque cette relation réciproque n'est pas respectée, les intervenantes font preuve d'autorité.

Les intervenantes mettent en avant le fait qu'elles souhaitent instaurer une relation horizontale avec les personnes participantes. Une relation qui se veut exempte de rapports hiérarchiques, où personnes participantes et intervenantes sont sur un pied d'égalité. Les relations sociales se différencient des rapports sociaux. Les premières sont au niveau interindividuel alors qu'à l'inverse, les rapports sociaux se manifestent entre groupes sociaux. La perspective des intervenantes et celle de la direction de Prima Danse concordent. Dans les faits, comment cela se matérialise-t-il ?

Pour l'intervenante Marion, cela passe par comprendre et écouter la réalité des personnes, ressentir, se mettre au diapason afin d'être en harmonie avec ce qu'elles vivent pour éviter un phénomène d'imposition de sa part.

Moi j'arrive toujours un peu avec la vision « c'est quoi votre réalité ? Qu'est-ce que vous avez ? » Comme j'essaye vraiment de feeler ça au début. Pis de pas imposer comme, tu sais, « oui là, voici ce dont on va parler aujourd'hui » t'sais. Mais j'essaye tout le temps un peu de, de, de viber là, je sais pas comment dire, avec eux. De me mettre au diapason peu. De qu'est-ce qu'ils me relancent comme image ? Qu'est-ce qu'ils ont besoin ou qu'est-ce qui ? (Marion, intervenante)

Pour l'intervenante Sophie, être égale aux personnes participantes c'est faire preuve d'ouverture à leurs propositions et de ne pas s'installer dans une position d'autorité. Les intervenantes Helena, Anne et Marion disent apprendre des personnes qui se trouvent face à elles. Elles reconnaissent qu'elles ont à leur apporter, indépendamment de l'âge qu'elles ont, car elles ne connaissent pas tout. Offrir une relation égalitaire permet, pour Helena, de donner la possibilité aux personnes participantes de passer un bon moment et qu'elles soient satisfaites.

La majorité des personnes participantes ont eu une relation positive avec les intervenantes. Toutes ont trouvé les intervenantes à l'écoute. Les deux participantes au centre pour femmes en instabilité résidentielle, ont été marquées par l'écoute des intervenantes, mais aussi leurs conseils, les discussions, l'attention portée aux émotions, le partager et la volonté des intervenantes de connaître les participantes.

Pis t'sais les intervenantes, j'ai senti qu'il n'y avait aucun préjugé. Pis t'sais les intervenantes, ils l'ont vraiment bien fait sentir qu'il y avait aucun préjugé. Pis ils m'ont fait sentir à l'aise aussi par, t'sais leurs mouvements étaient tellement beaux aussi que ça donne le goût de. Fait que d'apprendre à, t'sais c'est comme moi je me disais « ok, donne-moi le cours là, t'es trop bonne. Là il faut que tu m'apprennes ». [...] Pis ben les intervenantes, ils ont vraiment réussi à me faire ressentir ça, eux autres aussi. Ils ont, je sais pas, ils ont une énergie positive, une énergie qu'elles dégagent, qu'on peut être nous-mêmes. [...] J'ai senti là t'sais, ils nous parlaient beaucoup à chacune à travers l'atelier donc c'était le fun. Pis t'sais c'est, c'est, j'ai aussi senti que t'sais ils regardaient pas juste mettons une personne, ils nous regardaient dans les yeux beaucoup, fait que ça j'ai beaucoup aimé. Pis aussi t'sais quand on parlait, je me sentais écoutée. Fait que c'est ça. Pis t'sais le fait aussi que, j'ai vraiment trouvé ça bien, que quand on feel pas, t'sais, ils soient là aussi pour nous écouter, pour nous conseiller. T'sais pas juste danser, elles nous écoutaient [...] Elles discutaient puis étaient attentives à nos émotions. Pis t'sais s'ils voyaient que quelqu'un feelait pas, ils prenaient une pause puis on en jasait. Pis ils étaient comme « garde on peut prendre une pause si tu veux, ou tu peux rester assis puis nous regarder, puis tu reprends quand tu veux ». T'sais c'était vraiment, elles étaient parfaites là sur le côté discuter pis émotion. Ils sont faits pour ça. (Romane, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle)

Toutes les personnes participantes, à l'exception d'une, se sont senties bien avec les intervenantes, à l'aise de discuter avec elles ou de poser des questions. Louise, participante au centre culturel haïtien, a apprécié rire et parler avec elles. Cela est, en partie, grâce à la bienveillance, à l'ouverture, à l'accessibilité et à la convivialité des intervenantes qui permettent de créer un espace libre de préjugés où s'instaurent des relations de respect et où les personnes se sentent à l'aise.

Les jeunes (les intervenantes) qui nous, qui nous montrent la danse, on les, on les apprécie beaucoup. Moi j'aime bien parce qu'elles ont, ce sont des jeunes, mais ce sont des jeunes qui sont très patientes. Elles sont très, elles sont très joviales. Oui, on se sent bien avec. [...] Ce ne sont pas des, des, des vieux comme, des petits vieux comme nous. Avec les jeunes on apprend, on apprend beaucoup ! [...] Et ensuite avec les jeunes qui nous montrent la danse, on est bien à l'aise avec eux autres. Ce sont des jeunes. On rit, on se parle, on aime bien Anne. Ah oui c'est ça, ce sont des jeunes et puis ils nous montrent les choses. Elles ne sont pas sévères avec nous, elles nous comprennent donc euh c'est ça. (Louise, participante au centre culturel haïtien)

D'autres qualités sont attribuées aux intervenantes, par exemple la gentillesse, leur jovialité, leur attention, leur souplesse et leur patience. La relation entre les intervenantes et les personnes participantes est égalitaire selon les personnes participantes. Cela est rendu possible par la proximité et la familiarité des intervenantes. Valérie a apprécié le fait qu'elles participent avec le groupe lors des exercices. Louise, Romane, Joseph et Juliette relèvent qu'ils et elles se sont senti.e.s compris.e.s et pris.e.s en compte grâce à la préoccupation que leur portent les intervenantes. Béatrice et Louise, participantes au centre culturel haïtien, aiment la façon dont elles animaient l'atelier, mais aussi la manière dont il se déroulait. Elles ont particulièrement apprécié quand elles décortiquaient les mouvements, par exemple celui de la vague, pour leur permettre de mieux comprendre, de cette façon elles ont pu apprendre. Deux participantes, Romane et Béatrice, ont apprécié regarder danser les intervenantes. Pour la première, c'était par plaisir, elle trouvait fascinant de les regarder. Ça lui donnait envie, mais aussi l'impression d'être dans un spectacle. Pour la seconde, les regarder danser permettait de juger leur compétence. Elle en a conclu qu'elles étaient compétentes et talentueuses. Romane, participante au centre pour femmes en instabilité résidentielle, a également apprécié que les intervenantes s'adressent et regardent chacun des membres du groupe de façon individuelle. De cette façon, elle a ressenti qu'elle existait dans le groupe et que les intervenantes portaient attention à l'individualité.

Bien que les intervenantes soient dans un cadre d'intervention, leur formation en danse est tout de même présente. À ce propos, une idée revient par deux fois dans la réflexion d'Anne et Marion,

celle de partage avec les personnes participantes. Elles expliquent qu'elles partagent aux personnes participantes ce qu'elles connaissent, en l'occurrence la danse. Elles sont des professionnelles de la danse et ont donc quelque chose à leur apprendre sans pour autant être leurs supérieures. Pour qu'il n'ait pas de phénomène d'imposition envers les personnes participantes, elles s'inscrivent dans une relation de partage de connaissance.

T'sais je me positionne plus comme quelqu'un : j'ai quelque chose à vous apprendre, mais je veux rien vous imposer. Mais j'ai juste quelque chose à vous apprendre parce que ça fait plus longtemps que je danse et non parce que je suis supérieur ou *whatever*. C'est comme « moi ça fait longtemps que je danse, voici ce que j'ai appris. Pis voici ce que j'ai appris de la vie » [...] Je me positionne plus comme dans le partage surtout avec les adultes, les aînés. Mais t'sais, il reste que moi j'ai consacré ma vie à la danse. Fait que j'ai confiance en ce que j'ai à offrir, même si. Fait que t'sais je sais que j'ai quelque chose à offrir par rapport au mouvement puis tu sais oui par rapport aux discussions. Puis aussi avec les années, on va plus dans comment le mouvement peut te permettre de t'exprimer, comme aller dans les souvenirs, dans les histoires, dans la. T'sais ça, j'ai consacré ma vie à ça. Fait que je sais comme apporter ça, j'ai confiance en ce que j'ai apporté. Pis la plupart sont toujours très ouverts à ça. (Marion, intervenante)

Concrètement, pour mettre en pratique ce raisonnement, Anne l'intervenante souhaite créer un climat de confiance où tout le monde se sent à l'aise. Elle essaye de faire de l'atelier un espace « relax de partage » au sein duquel, à la fin de l'atelier, les personnes participantes se sentent fières et qu'il n'y ait pas de comparaison avec elle. Une relation égalitaire et de partage passe, aussi, par le fait d'apprendre des personnes participantes. Dans la réflexion de ces intervenantes, la volonté de s'inscrire dans une relation égalitaire lors des interventions transparait. Toutefois, la formation en danse des intervenantes nécessite qu'elles trouvent un équilibre, car la relation au sein de laquelle les intervenantes s'inscrivent avec les personnes participantes est asymétrique. Par définition, elles interviennent auprès d'autrui grâce à leurs formations. Intrinsèquement, les rapports de formation et d'intervention sont asymétriques étant donné la position occupée par les personnes en présence qui s'inscrivent dans un rôle d'intervenante et de danseuse face à un rôle d'élève et d'utilisateur.

Les intervenantes Helena, Marion et Anne s'interrogent sur leurs relations aux personnes participantes. Pour Anne, sa position sociale et son statut d'intervenante peuvent engendrer une relation non égalitaire avec certaines personnes participantes malgré elle.

T'sais quand je suis avec des adultes, je vois vraiment plus ça comme un partage tous ensemble. Moi je suis là pour genre, moi c'est la danse que je connais. Fait que moi c'est ça que je vais te partager. Mais t'sais je me sens pas euh, t'sais je me sens pas au-dessus

ou en, t'sais je, je sais pas là. J'ai vraiment envie que tout le monde soit à l'aise euh pis que même si oui comme, c'est ça, là je viens de vous donner un atelier de danse fait que t'sais c'est sûr que j'en connais plus. Mais t'sais je veux pas comme, je veux surtout pas créer un espèce de genre moi je danse bien, pas vous autres, fait que follow me ou genre apprenez. [...] Je trouve ça important de, de juste, je trouve ça important de, de garder comme un climat qui est plus cool, t'sais qui relax. (Anne, intervenante)

À l'instar de l'intervenante Sophie, Anne a conscience de sa position sociale, de l'image qu'elle projette et des réactions que cela peut générer. Toutes deux essayent de s'en prémunir en s'efforçant d'être dans une démarche inclusive et d'être égales aux personnes participantes. Pour parvenir à cet objectif, toutes les intervenantes pensent qu'il faut faire preuve d'ouverture, d'écoute afin de ne pas imposer. Il s'agit aussi, pour Anne, de ne pas juger les commentaires faits même s'ils sont inappropriés, car pour elle, il faut voir l'humain et comprendre la raison de la naissance de ce commentaire. Bien que les intervenantes aient conscience de leurs positions sociales et des répercussions que ces dernières peuvent avoir, les rapports sociaux et les relations sociales ne s'inscrivent pas sur un même niveau. De ce fait, les relations sociales, au niveau interindividuel, peuvent être égalitaires. Les relations d'interventions sont traversées par des rapports sociaux plus généraux. De ce fait, les rapports sociaux resteront inchangés étant donné qu'ils désignent les rapports entre groupes sociaux. Ainsi, ils resteront asymétriques.

Il en existe des rapports sociaux de différentes natures, par exemple des rapports sociaux de genres, de classes ou interethniques. Kergoat (2010) explique que les rapports sociaux sont « consubstantiels », c'est-à-dire qu'ils sont insécables les uns des autres. De plus, les rapports sociaux sont inégalitaires et par conséquent génèrent des inégalités. La dynamique des rapports sociaux produit des groupes sociaux qui sont inévitablement inégaux (Ibid).

Des rapports asymétriques ont été remarqués par l'une des participantes. Dans sa réflexion, une place importante est accordée non pas à la relation entre intervenante et personne participante, mais à la relation entre jeune et personne âgée. Pour elle, les liens de sociabilité selon les générations ne sont pas les mêmes. De cette façon, elle ne pouvait pas sociabiliser avec les intervenantes de la même manière que le ferait une personne jeune :

On est bien à l'aise, c'est ça qui est important, c'est qu'on est bien à l'aise avec eux autres. Parce que nous autres aussi, on sait ce que sont les jeunes, on a vécu longtemps ici. Nous avons eu des enfants, moi mes enfants sont nés ici, donc on, on connaît déjà, on a déjà une, une connaissance des jeunes, cette génération nouvelle. Parce que tu vois, mon fils ne vit pas comme moi. [...] Mais mes enfants, mes enfants pourront venir à la danse et puis ils auraient pu faire plus l'amitié avec les jeunes. Parce que les jeunes ils

sont, ils se parlent entre eux, ils vont les aborder. Mais nous autres, étant donné qu'on est plus âgés, donc on vient pour, pour quelque chose, on le fait et ensuite on rentre chez nous. (Louise, participante au centre culturel haïtien)

Cela ne signifie pas qu'elle n'a pas apprécié avoir des intervenantes jeunes, mais elle a agi différemment. Dans le cas de cette participante, ce sont des rapports d'âges, pour autant, ce ne sont pas les seuls.

Anne considère faire partie du problème, en d'autres termes du système inégalitaire, étant une femme, blanche, privilégiée puisqu'elle peut vivre de sa passion, la danse. Malgré qu'elle juge faire « de belles actions » et qu'avec Prima Danse elles agissent « dans la bonne direction », elle estime que ce n'est pas suffisant. À son niveau, elle peut seulement faire attention à la façon dont elle aborde les choses. Par exemple en mettant de la diversité dans les exercices impliquant des photos :

T'sais on a fait l'atelier avec les photos la dernière fois. Mais avant l'atelier j'ai dit à ma collègue [...] j'ai dit « j'ai vraiment envie de faire l'activité avec les photos, mais les seules photos qu'on a c'est des photos d'enfants pis de, de personnes blanches. » Là j'ai dit « on est tout avec des Haïtiennes ». Fait que là t'sais le matin je suis allée chercher d'autres photos d'archives, t'sais essayer d'avoir des belles photos aussi. [...] on a décidé qu'on alternait genre on mettait comme plus de diversité. (Anne, l'intervenante)

Selon elle, porter une attention à ces détails, à ses actions et avoir de la sensibilité pour ce sujet permet de ne pas faire ressentir que ce sont des personnes privilégiées qui ont des privilèges. Toutefois, des maladresses sont encore présentes, elle le reconnaît. Par ses actions, sans nécessairement devoir le nommer, elle accueille la diversité et elle perçoit les personnes participantes telles qu'elles sont. C'est sa façon « au sein de nos ateliers de genre enlever ces inégalités [...] tout d'un coup, tout le monde se ramasse dans le même bateau. » Pour elle, c'est de cette manière qu'elle a un impact, que les personnes sachent danser ou non, toutes sortent de leur zone de confort, elles sont à égalité et perçues pour ce qu'elles sont.

Par ailleurs, l'absence de diversité chez les intervenantes de Prima Danse est non négligeable. Ce point est soulevé par Helena, Sophie et Anne, toutes intervenantes. Parmi le personnel de Prima Danse agissant sur le terrain, ce sont majoritairement des femmes blanches jeunes. L'équipe de Prima Danse est composée uniquement de deux hommes et de deux personnes racisées sur treize personnes.

Pour Sophie, cela peut avoir un impact sur la perception qu'ont certaines communautés à l'égard des intervenantes. Par exemple, lorsque les intervenantes se rendent dans des communautés

autochtones, ces derniers peuvent être réticents à leur présence. Des conséquences sont également possibles sur la relation qu'ont les intervenantes avec les personnes participantes. Par exemple, lorsque ce sont des populations âgées, il y a un risque qu'elles se sentent infantilisées.

J'trouve qu'il manque de, peut-être de diversité. Ben, ben, ben, parce qu'on a deux gars, mais aussi euh on est tous des blancs, des filles. Faque peut-être qu'il manque de diversité. Mais t'sais on est ouvert à ça, mais peut-être qu'il manque. [...] Faque ça, peut-être c'est une limite parce que comment c'est perçu exemple dans les communautés plus peut être défavorisées. Ou si on est jeune, des fois les personnes plus âgées peuvent comme moins comprendre pourquoi ou se sentir euh infantilisé, je sais pas, peu importe. Faque ça, des fois, ça peut être une limite pour euh les intervenants. (Sophie, intervenante)

Cette limite est interprétée par Helena. Pour elle, ce n'est pas un souhait de Prima Danse de composer son équipe principalement de femmes blanches et jeunes. Selon Helena, c'est la conséquence de l'homogénéité des cursus qui forment les danseurs, car ce sont des formations cloisonnées. Pour terminer, dans les cas des observations, ce sont des personnes jeunes privilégiées et blanches qui vont donner des ateliers à des personnes âgées, racisées pour certaines, précaires pour d'autres. Seulement au travers de ces éléments, des rapports sociaux sont présents, car personnes participantes et intervenantes proviennent de groupes sociaux différents. Bien que ce soit non intentionnel de la part des intervenantes et qu'elles en aient conscience, ces rapports sociaux sculptent et structurent la société (Kergoat, 2010). Selon Bourgeault (2004), ce n'est pas possible de changer sa position sociale, pour autant il est possible de faire le choix d'endosser une posture différente, car cette dernière n'est pas une « condition imposée », c'est « une attitude et un engagement ».

9.3 Les membres de Prima Danse peuvent-ils agir sur les inégalités sociales ?

Toutes les intervenantes pensent agir dans une perspective de justice sociale, à l'exception d'Anne. Pour autant, elles ne s'accordent pas sur les mêmes raisons. Marion et Helena estiment agir dans une perspective de justice sociale, car elles se rendent dans des lieux délaissés par les activités et donnent des ateliers à toutes les personnes indépendamment de leur origine sociale. Pour Marion « c'est comme un peu essayer de rééquilibrer tout ça ». L'intervenante Sophie est en accord avec cette idée de se rendre partout, mais pour elle ce n'est pas le seul élément lui permettant d'affirmer qu'elle agit dans une perspective de justice sociale. Selon elle, être égale aux personnes et agir de

façon que les personnes se sentent égales entre elles, permet de faire émerger un sentiment d'inclusion dans le cadre de l'atelier.

On essaye d'aller voir partout. On essaye de, que tout le monde se sent égal à tout le monde. Euh que nous on se sent égale à eux pis qu'on, on, on ne sent pas une inégalité ou un piédestal quelque part. On essaye que tout le monde, on fait l'atelier, on parle de la même chose. Euh on veut, on ne préfère pas quelqu'un d'autre parce qu'il est meilleur dans tel exercice. Euh on ne chouchoute pas non plus quelqu'un qui vit des inégalités sociales. Faque, tout le monde est inclus, tout le monde est ici présent pis on va parler de ça ensemble. Pis on va essayer d'améliorer ça s'il y a un problème. (Sophie, intervenante)

Ce ne sont pas seulement les comportements qui ont de l'importance aux yeux de l'intervenante Sophie, les messages transmis par Prima Danse participent à une justice sociale, car ils concernent et incitent à l'inclusion, l'ouverture et l'accueil. La directrice générale et co-fondatrice Isabelle rejoint Sophie dans le sens où elle aussi considère agir dans une perspective de justice sociale grâce au contenu des ateliers.

On va pas aller, on va pas se mettre à parler d'injustice ou quoi que ce soit. Mais je pense que le fait de faire de la prévention sur tout ça, d'en parler, de faire parler les gens entre eux, ça, ça revient à ce que je disais tantôt de les aider à développer leur propre esprit critique, leur propre jugement, être capable de reconnaître les choses puis de, de prendre des décisions qui sont respectables, qui sont, qui les respectent, qui respectent les autres. Mais on va pas jusqu'à parler de ça. On est plus dans l'étape d'avant, mettons dans la prévention. Semer les graines qui vont permettre aux gens de, de faire de meilleures actions, meilleures décisions. (Isabelle, directrice générale et co-fondatrice)

Bien que le sujet des injustices ne soit pas abordé directement, Prima Danse agit dans une perspective de prévention en évoquant différents sujets tels que l'acceptation de soi et d'autrui, le respect, l'inclusion et la diversité. Ceci permet d'aider les personnes à développer un esprit critique et d'être dans le respect de soi et des autres ce qui peut avoir des conséquences sur les « injustices », selon Isabelle. La prévention faite par Prima Danse est, pour Isabelle, l'étape avant de parler d'injustice. C'est-à-dire qu'elles « sèment des graines » pour que les personnes prennent conscience et changent pour qu'à terme elles fassent des « actions meilleures » et prennent des « décisions meilleures ». Pour résumer, l'injustice n'est pas abordée directement, mais les actions de Prima Danse pourraient avoir des conséquences dessus.

Anne a un raisonnement différent de celui des autres personnes interrogées. Au sein de ses ateliers, elle essaye d'agir de façon juste sans pour autant prétendre à de la justice sociale. Concrètement, elle se positionne dans l'égalité et le partage, dans une perspective d'échange. Sa sensibilité à la

justice teinte ses interventions, mais elle souhaite ne pas être moralisatrice. Pour cela, elle agit de façon identique avec toutes les personnes même si ces dernières ne partagent pas son opinion. Pour elle, être juste passe par cela. Elle dit agir en fonction des injustices, mais « ce n'est pas notre cheval de bataille. [...] Il y a l'humain à aller chercher avant tout, pis au-delà, au-delà de tout ça. » En d'autres termes, Anne s'intéresse à l'humain, cela dépasse le champ des injustices.

En agissant en faveur de la justice sociale, les membres de Prima Danse pensent avoir un impact sur les inégalités. Néanmoins, ce n'est pas le cas de tout le monde. Certaines intervenantes pensent qu'elles peuvent agir sur les inégalités et ont un impact, c'est le cas des intervenantes Marion, Sophie et d'Isabelle, directrice générale et co-fondatrice. Alors que Helena et Anne pensent qu'elles ne sont pas en mesure d'agir ou elles ne peuvent pas avoir un impact dessus.

L'intervenante Helena ne pense pas agir sur les inégalités, car elle n'a pas les diplômes ou les connaissances nécessaires. Elle fait un parallèle avec les psychologues et la psychologie, elle pense qu'eux ont la capacité d'agir sur les inégalités. N'ayant aucun diplôme dans ce domaine, elle refuse de prétendre à faire de même. Toutefois, elle a l'impression, la sensation de « ponctuer » la réflexion des individus participants ce qui peut être source d'inspiration pour eux, ou une ouverture à de nouvelles réflexions et possibilités.

Comme j'dis il me manque euh, je, je voudrais pas prendre la prétention. J'ai, j'ai pas les études ou les acquis là comme une psychologue ou quelqu'un qui a dédié sa, son champ d'études à réfléchir sur la situation. Moi je, j'ai juste une impression de venir ponctuer leurs cheminements. Mais que t'sais, si j'ai, si j'ai ouvert les vases, si j'ai inspiré à quelque chose, je suis contente, je, je le valide, mais je veux pas prendre euh. Non j'ai beaucoup de respect pour ce que les gens, euh la psychologie, les psychologues qui ont pris ce temps d'études très long et acharné à, à soutenir. (Helena, intervenante)

Les arguments présents chez les personnes qui pensent agir sur les inégalités sont dans la continuité de leurs raisonnements sur la justice sociale. L'un des arguments est d'offrir gratuitement des ateliers, grâce à des subventions, à des personnes n'ayant pas les moyens financiers, c'est permettre l'accessibilité à tous. Pour Marion, c'est « mettre les chances égales à tous ».

Le second argument porte sur le contenu des ateliers. En effet, sont abordés différents sujets tels que la diversité, l'inclusion, les stéréotypes et le respect des différences. Ces messages d'ouverture, selon Isabelle, visent à :

Briser ces inégalités-là en faisant comprendre aux gens que la différence c'est beau, pis que c'est beau. Que c'est super important, que ça fait partie de ton expression de soi. Pis

que tu peux pas juger quelqu'un de différent parce qu'il pense pas comme toi. (Isabelle, directrice générale et co-fondatrice)

Ses propos portent sur l'acceptation de soi et de sa différence. Des répercussions, telles qu'une évolution des comportements à l'échelle individuelle, sont possibles grâce à la transmission de ce discours, selon les membres de Prima Danse. Toutefois, il n'y a pas de volonté de déconstruire les comportements ou les « savoirs » menant les individus à perpétuer les inégalités à l'échelle interindividuelle.

Pour l'intervenante Marion, le contenu et le déroulement des ateliers permettent de transmettre certaines valeurs aux personnes participantes. Elle se positionne dans la continuité d'Isabelle, mais avec une idée différente. Quand les ateliers ont lieu dans des milieux défavorisés ou auprès de personnes vivant des situations vulnérables, le contenu et le déroulement des ateliers permettent de transmettre à ces personnes le sentiment qu'elles ont une valeur égale à celle des autres.

Je pense que, t'sais déjà si on amène, on accueille certaines valeurs t'sais, mais souvent on va dans des milieux plus défavorisés, t'sais des situations vulnérables. Fait que c'est ça, si on peut lui donner aussi, justement comme je parlais tantôt, ce feeling là de genre t'as la même valeur t'sais peu importe où tu viens ou peu importe. Si c'est ça, une, deux, trois, quatre personnes peuvent avoir ce feeling. (Marion, intervenante)

À la suite de ça, Marion espère avoir « donné une petite étincelle » qui donne le courage à ces personnes d'entreprendre. Les propos de cette intervenante font écho à la première étape de la notion d'*empowerment* développée par (Bacqué et Biewener, 2015), il s'agit de la conscientisation individuelle. Les ateliers de danse accompagnent les personnes dans le développement d'une conscience critique favorable à leurs capacités d'agir. Ainsi, les personnes acquièrent un sentiment de contrôle personnel et construisent une image positive d'elles-mêmes (Ibid). Grâce au développement de leur autonomie, les personnes voient leur bien-être personnel s'améliorer (Maton, 2008). Cependant, les ateliers de danse ne permettent pas d'aller plus loin dans le processus d'*empowerment* à cause de leur courte durée. De plus, leur finalité n'est pas la formation d'une organisation collective (Bacqué et Biewener, 2015) visant la conduite d'actions collectives pour une transformation politique et sociale (Ibid ; Maton, 2008), car la visée de l'*empowerment* est de soutenir les personnes dans leur quête de pouvoir (Ninacs, 1995).

L'*empowerment* correspond à la capacité qu'ont les personnes ou les groupes à effectuer un contrôle sur les changements les concernant (Le Bossé, 2003) et à acquérir une plus grande maîtrise

sur les éléments importants pour eux (Le Bosse, 1996). En d'autres termes, l'*empowerment* se constitue de deux finalités complémentaires, la première est le pouvoir à déterminer sa vie, la seconde est la participation démocratique à la société (Rappaport, 1987). Les ateliers de danse permettent la libération de dominations physiques et morales (Rouxel, 2014) grâce au développement d'un sentiment de contrôle personnel, à la création d'une image positive de soi pour à terme parvenir au renforcement des capacités d'action (Bacqué, 2006) des personnes au moyen de la prise de conscience de leur capacité d'agir (Rouxel, 2014). Bien que les ateliers soient les prémisses d'un *empowerment* individuel, ils ne permettent pas un *empowerment* collectif, car ils sont surtout favorables aux changements personnels. À terme, la capacité des personnes à agir selon leurs aspirations sur leurs environnements (Le Bossé, 2003) pourrait s'accroître.

Quant à l'intervenante Sophie, elle estime que les techniques et les messages de Prima Danse peuvent révéler l'existence des inégalités sociales, c'est-à-dire qu'il y a une prise de conscience. La suite du processus dépend, selon elle, des personnes participantes, de leur réflexion et de leur agissement hors des ateliers.

Peut-être qu'il y a une phrase qui, qu'il y a une phrase qu'on a dit pis que ça l'a, ça l'a révélé quelque chose ou ça, ils ont compris quelque chose. Faque ça, c'est pour ceux qui sont, qui vivent exemple des inégalités ou euh pour ceux qui en vivent pas non plus, pis que ça leur aide à comprendre ces inégalités-là. Ou à comprendre conscience de ça, que ça existe. Pis après de, à eux aussi d'agir en conséquence ou de réfléchir. En fait c'est de, d'entamer la, la réflexion pis le questionnement entre eux pis pour eux pour euh progresser. Faque c'est ça. (Sophie, intervenante)

Elle soulève un autre point, son but est d'être égale aux personnes participantes malgré son appartenance à une classe sociale différente ou à une autre culture. Être leur égale implique d'apprendre à les connaître. En ayant ce comportement, les personnes participantes s'en inspirent, imitent, s'en imprègnent et feront de même. Ceci, selon elle, mène à l'acceptation.

On peut être perçu euh comme étant dans une autre classe sociale ou dans une culture différente et tout. Faque, mais notre but c'est être égale à eux dans l'sens que on, on, on veut pas leur inculquer quelque chose, on veut juste apprendre à savoir qui ils sont. Pis que les autres autour, par exemple, euh ben aussi faire de même. Pis que, à les accepter par exemple. (Sophie, intervenante)

Pour reprendre les idées de chacune des intervenantes pensant pouvoir agir sur les inégalités sociales, donner la possibilité à certaines populations de participer gratuitement aux ateliers permet l'accessibilité. C'est leur façon de donner des chances de participation égales à tous. Ensuite, le

contenu, les messages, les valeurs transmises et les techniques de Prima Danse initient la réflexion chez les personnes participantes à propos de différents sujets, par exemple l'inclusion ou la diversité. À terme, elles espèrent permettre aux personnes de progresser, grâce à un cheminement personnel, mais aussi à entreprendre des solutions pour elles-mêmes ou les autres. En d'autres termes, Prima Danse donne des outils, à partir desquels un potentiel impact sur les inégalités est possible, mais ce n'est plus de leur ressort. Marion l'intervenante a espoir que cela se produira, toutefois, elle a conscience « que la réalité peut être difficile » : « on renverse pas le capitalisme là, mais on y va à notre échelle ».

Précédemment, les valeurs de Prima Danse ont été évoquées. Ces dernières sont identiques aux valeurs transmises aux personnes participantes. Il s'agit principalement de valeurs d'ouverture, de respect, d'inclusion, d'acceptation et de promotion de la diversité. Essentiellement, ces dernières visent à réduire le conflit et l'acceptation de l'autre. Ce ne sont pas des valeurs liées à la danse, mais plutôt aux sujets sociaux explorés. Ce sont des valeurs qui, en filigrane, peuvent avoir un impact sur les inégalités sociales à l'échelle interindividuelle. En effet, les valeurs prônées sont à appliquer individuellement selon Prima Danse. Bien que les messages transmis aient un impact limité, Sophie et Isabelle estiment « semer des graines » dans la tête des personnes. Au travers de cette idée, elles pensent inviter les personnes à la réflexion. À terme, cette réflexion pourrait les mener à évoluer, changer leurs façons de percevoir et/ou d'agir. Ainsi, les valeurs transmises par Prima Danse pourraient avoir des effets dans les relations interindividuelles en évitant de perpétuer certains éléments nourrissant les inégalités, notamment l'exclusion sociale. Plus largement, elles peuvent être perçues comme des valeurs permettant, à terme, un meilleur vivre ensemble. Elles peuvent aussi être favorables à la prise de confiance en soi qui peut être la source à entreprendre.

Prima Danse, en agissant à l'échelle individuelle, peut provoquer un effet boule de neige et ainsi avoir un impact sur les inégalités sociales en amenant les personnes à évoluer. Pour l'une des directrices de Prima Danse, agir sur les inégalités n'est pas son objectif premier, mais les valeurs qu'elles communiquent font que l'action sur les inégalités est présente en permanence. S'il y a des effets, ils sont à l'échelle individuelle ou interindividuelle. En effet, Prima Danse n'a que peu de prise sur des éléments structurels. Par ailleurs, du point de vue des personnes participantes, les effets des ateliers sur les inégalités sociales ne sont pas évoqués, car la courte durée des ateliers ne permet pas de changement sur ce point.

Conclusion

À travers cette conclusion, un retour sur les principaux résultats va être effectué dans le but d'essayer de pousser plus loin l'analyse. La question de recherche et les sous-questions vont être reprises. Puis dans une perspective critique, les limites, les angles morts et les biais des résultats seront dévoilés. Cette conclusion se termine sur des ouvertures qui proposent des pistes de réflexion et de perspective de recherche.

Pour rappeler brièvement la démarche de ce mémoire, en réalisant une étude de cas au sein de l'organisme Prima Danse, le questionnement portait sur l'impact que peuvent avoir les ateliers de danse d'intervention sociale sur les inégalités sociales vécues par les personnes participantes dites « vulnérables », mais aussi sur leur bien-être. Plusieurs résultats permettent de répondre à cette question de recherche de façon nuancée.

Bien que les inégalités sociales soient systémiques, une perspective microsociologique a été adoptée. L'objectif est de rendre compte des apports de l'intervention sociale par la danse, mais aussi de ses limites auprès des populations dites « vulnérables ». Pour parvenir à cela, les outils conceptuels ont été associés à une revue de la littérature qui évoque notamment les effets à la fois individuels et collectifs de la danse, mais aussi la construction de liens sociaux grâce à la médiation culturelle.

Pour préciser la démarche endossée, ont été pris en compte simultanément le sens que les acteur.rice.s donnent à leurs actions, mais aussi la perception qu'ont les personnes de ce qu'elles vivent. Ainsi, la réflexivité des intervenantes a été associée aux ressentis des personnes participantes à l'égard des ateliers et aux représentations individuelles de ces dernières afin de rendre compte de quelle façon les individus perçoivent et vivent les inégalités sociales. Pour se faire, de l'importance a été accordée aux savoirs expérientiels de chaque personne.

L'analyse a mené à plusieurs résultats intéressants. Les intervenantes de Prima Danse désirent s'inscrire dans une relation de partage réciproque avec les personnes participantes. Le souhait des intervenantes rejoint l'idée de Roquet (2015) pour qui, la danse, dans un contexte d'intervention sociale, permet de penser les personnes dans leurs individualités et pas au travers de leurs caractéristiques personnelles pour ainsi les considérer comme « notre égal ». Pour autant, ce n'est

pas possible de cesser le raisonnement ici, car d'autres mécanismes qui se superposent aux relations sociales sont présents.

Toutefois, les intervenantes, de par leurs formations, ont des connaissances sur la danse supplémentaire qu'elles veulent transmettre sans imposer. Cela s'effectue par l'instauration d'un climat de confiance pour que les personnes se sentent à l'aise. Instaurer une relation égalitaire nécessite aux intervenantes d'apprendre des personnes participantes. Plusieurs intervenantes ont conscience de leurs positions sociales qui peuvent être différentes de celle des personnes participantes. Elles essaient d'atténuer une position sociale, qui parfois peut-être supérieur, en s'efforçant d'être dans une démarche inclusive et d'être égales aux personnes. Malgré cela, les rapports sociaux sont systémiques. De ce fait, des rapports asymétriques entre personnes participantes et intervenantes sont présents, contre le gré de ces dernières. Les rapports sociaux génèrent des dynamiques qui constituent inéluctablement des groupes sociaux inégaux (Kergoat, 2010). En étant majoritairement des femmes, blanches et jeunes, les intervenantes sont porteuses de privilèges sociaux, ce qui peut impacter leurs relations aux personnes participantes dues à la structure sociale. Ce premier résultat valide la première sous-question de recherche faite au début de ce mémoire. En effet, bien que les intervenantes soient conscientes de leur position sociale, des rapports sociaux asymétriques entre intervenantes et participantes sont tout de même présents contre leur gré. Dans son étude, Roquet (2015) met de côté les rapports sociaux qui se manifestent entre groupes sociaux. Les prendre en compte dans ce mémoire permet de mettre en lumière les mécanismes structurels qui se juxtaposent aux relations sociales contre la volonté des personnes. Pour limiter au maximum les rapports sociaux inégaux, les intervenantes peuvent conscientiser les privilèges induits par leur position sociale et comprendre de quelles façons sont construits les rapports sociaux et comment ils se reproduisent. De cette façon, elles peuvent éviter de les reproduire lors des interactions avec les personnes participantes. Pour autant, à leur échelle, elles ne peuvent pas transformer la structure sociale.

Un autre résultat saillant de l'analyse concerne la diffusion des valeurs. Les valeurs transmises dans le cadre de cet atelier s'inscrivent dans une morale bienveillante et promeuvent l'acceptation de soi, de l'autre et ainsi la réduction des conflits. Ces messages sont transmis par l'organisme dans la perspective d'initier des réflexions individuelles. Les intervenantes espèrent que ces réflexions, sur le long terme, se transformeront en actions menant à une évolution des comportements

individuels. Les messages, les valeurs communiquées peuvent à terme avoir un impact sur les inégalités sociales à l'échelle interindividuelle notamment en invitant les personnes à ne pas reproduire dans leurs interactions sociales des éléments constitutifs d'inégalités interindividuelles. Plus largement, les valeurs transmises peuvent conduire à un meilleur vivre ensemble. Néanmoins, cette idée est à nuancer, car avant que les valeurs soient intégrées aux actions des personnes participantes, il faut déjà que ces dernières soient ouvertes et sensibles aux messages transmis. La différence est importante entre entendre, comprendre et mettre en application. De plus, à son échelle, Prima Danse n'est pas en mesure d'agir directement sur des inégalités systémiques, d'ailleurs ce n'est pas le but recherché par l'organisme. Enfin, il est important de souligner que la transmission de valeurs, bien qu'elle soit faite avec bienveillance, participe à véhiculer une conception normative de la vieillesse qui est celle du « vieillissement actif » (Collinet et Delalandre, 2014).

En dépit d'agir sur les inégalités sociales vécues par les personnes participantes, les ateliers de danse permettent aux personnes d'acquérir de la confiance, de la fierté de soi et le sentiment d'être capable. Les effets des ateliers participent au bien-être des personnes participantes en agissant sur les dimensions relationnelle, corporelle et décisionnelle (McAll, Fournier et Godrie, 2014). La dimension décisionnelle est favorisée par la création chez les personnes d'une perception positive d'elles-mêmes. Ce premier pas initie un renforcement de l'agentivité (Leduc, 2012) chez les personnes pour aboutir sur la reconnaissance de soi-même (Ricoeur, 2004). Ceci valide la seconde sous-question. En effet, les ateliers de danse participent à la reconnaissance de soi (Ricoeur, 2004) des personnes participantes sans pour autant parvenir à un *empowerment* des personnes.

Morell Bonet et Berger (2020) mettent en lumière, grâce à la photo, que la danse génère des effets physiques et mentaux positifs sur les personnes l'exerçant. Par exemple, ils ont remarqué que les personnes avaient une image d'elles-mêmes qui avait évolué. Elles se sont aussi rencontrées elles-mêmes et se sont senties valorisées grâce aux regards des autres. Les résultats de ces auteurs rejoignent ceux présentés dans ce mémoire. Pour autant, dans cette étude, les effets physiques et mentaux, permis par les ateliers, sont mis en relation plus largement avec le concept le bien-être. Ainsi, ils apparaissent comme étant la dimension corporelle constitutive du bien-être (McAll, Fournier et Godrie, 2014).

Au début de ce mémoire, le souhait était de déterminer jusqu'à quel point Prima Danse s'inscrit dans une « approche globale » (McAll, Fournier et Godrie, 2014). Pour rappel, cela signifie intervenir auprès de personnes en prenant en compte les cinq dimensions constitutives du bien-être (Ibid) afin de les penser dans leur « globalité » (Ibid). Pour penser une personne dans sa globalité, il faut l'appréhender dans les différentes dimensions qui composent sa vie (Ibid). Prima Danse pense les personnes au travers des dimensions corporelle, relationnelle et décisionnelle. Au travers de ses ateliers, l'organisme a également des effets positifs sur chacune de ces dimensions. Pour autant, il n'est pas en mesure de prendre en compte, ni d'agir sur les dimensions matérielle et temporelle. Ce n'est pas son objectif.

Les résultats qui viennent d'être énoncés sont ceux attendus quant à la question de recherche de ce mémoire. Deux autres constats inattendus sont ressortis de l'analyse. Le premier, les participant.es aux ateliers ont une perception subjective des inégalités sociales qui peut différer d'une interprétation sociologique. Ce décalage, qui constitue une donnée en soi, peut s'expliquer par plusieurs raisons précédemment évoquées. Cela étant, ce résultat est davantage à considérer comme une piste de réflexion du fait que les données obtenues sur le terrain ne permettent pas étant donné qu'il s'agit d'une découverte inattendue. Par manque de temps, ce n'était pas envisageable de mener d'autres entretiens pour confirmer ou non ce raisonnement et le souhait était de ne pas dévier de la question de recherche, car cette ébauche de raisonnement pourrait parfaitement constituer une recherche à part entière. Ainsi, ces éléments sont évoqués sans être affirmés plutôt que de ne pas les exploiter, car ils ont leur place dans cette analyse.

Le second élément pertinent et inattendu obtenu lors de l'analyse est l'apparition d'une nouvelle dimension au bien-être. Il s'agit de la relation que la personne entretient avec elle-même. Être bien avec soi est l'élément central constitutif du bien-être des personnes participantes. La santé est un facteur important, car pour plusieurs personnes, la santé est synonyme d'autonomie et d'indépendance. La santé correspond à la dimension corporelle de McAll, Fournier et Godrie (2014). Pour autant, la santé n'est pas systémique pour que les personnes soient bien avec elles-mêmes. Cet élément questionne, est-ce une sixième dimension aux dimensions du bien-être théorisées par McAll, Fournier et Godrie (2014) ? Ou correspond-elle à la dimension corporelle (Ibid) ? Il s'agit de la dimension corporelle que les auteur.rice.s définissent ainsi : « Penser la santé

comme un état complet de bien-être sur les plans physique, mental et social, et non pas seulement comme un état marqué par l'absence de maladie ou d'infirmité » (Ibid: 5).

En lisant le titre du mémoire de Joanna Mansour (2011), tout porte à croire que nos mémoires respectifs sont sur un sujet identique. En effet, tous deux portent sur l'intervention sociale par la danse. Pour autant, nous empruntons chacune des angles de recherche différents. Elle étudie les rapports entre groupes sociaux au travers du prisme de la culture, notamment juvénile et populaire. Quant à moi, j'étudie les effets de l'intervention sociale par la danse sur le bien-être et les inégalités sociales vécues par les personnes participantes. Cela implique d'interroger aussi les rapports sociaux, mais au travers du prisme des relations sociales entre intervenantes et personnes participantes. Avec Joanna Mansour (2011), nous avons des résultats en communs. Elle démontre que les ateliers de danse sont des espaces de socialisation menant à plusieurs formes de sociabilités. Sur ce point, je m'accorde avec. Pour autant, dans ce mémoire, la création de nouvelles relations permise par les ateliers est associée à la dimension relationnelle (McAll, Fournier et Godrie, 2014) dans le but de déterminer l'impact sur le bien-être. Par ailleurs, elle ne le nomme pas telle quelle, mais la résistance réalisée par les jeunes menant à la construction d'un espace d'autonomie peut faire référence à la dimension décisionnelle (McAll, Fournier et Godrie, 2014).

Cette recherche contient plusieurs angles morts. Les ateliers ont été observés sur quatre semaines, soit du très court terme. Ainsi, les effets perceptibles des ateliers n'ont pas pu être observés, car ces derniers apparaissent sur du long terme. Les personnes participantes ont nommé elles-mêmes les effets des ateliers qu'elles ont ressentis, sans pour autant que ces derniers aient pu être observables. Le fait que cette recherche soit une étude de cas peut constituer un second angle mort, notamment parce que c'est une activité circonscrite un organisme en particulier. Effectuer une analyse comparée entre Prima Danse et d'autres organismes à Montréal proposant de l'intervention sociale par la danse constitue une piste de recherche pertinente afin de fournir une meilleure compréhension de phénomènes plus larges. Un dernier angle mort est présent. Le choix a été fait d'adopter une perspective individuelle. Bien que les ateliers de danse de Prima Danse soient collectifs, la durée des ateliers ne permet pas la mise en lumière d'effets collectifs.

Une limite à cette recherche, la diversité de profil des personnes participantes. La plupart des personnes participantes à cette enquête étaient des femmes, que ce soit chez les intervenantes comme chez les participant.es aux ateliers. Le seul homme qui a participé aux entretiens tenait des

propos peu exploitables. De ce fait, dans cette enquête, les hommes ne sont pas également représentés et les savoirs expérientiels proviennent presque exclusivement de femme. Par exemple, un intervenant racisé de chez Prima Danse aurait pu tenir des propos entièrement différents, résultants d'expériences différentes, amenant d'autres éléments de réflexion. Ensuite, il n'a pas été possible de démontrer si les ateliers de danse permettent d'initier l'émergence du pouvoir d'agir des personnes participantes. Ce point constitue une limite à cette recherche. Cela n'a pas été réalisable à cause du court terme sur lequel se déroulaient les ateliers et de l'axe individuel endossé. Pour autant, toujours dans un contexte d'intervention sociale par la danse, suivre pendant plusieurs mois des personnes impliquées dans une cause collective dont le but est la transformation d'éléments, souhaités par ces dernières constitue une potentielle future recherche. De cette manière, l'émergence, ou non, d'un pouvoir d'agir dû aux ateliers pourrait être étudiée. Une dernière limite à cette étude, la perspective individuelle adoptée a mené à percevoir les inégalités sociales d'un point de vue individuel alors que ce sont des éléments structurels. Ceci ne constitue pas véritablement une limite majeure, car il est pertinent de s'intéresser aux perceptions subjectives des individus, pour autant avoir un point de vue collectif aurait pu être pertinent.

Pour terminer ce mémoire, une réflexion personnelle sur la dimension corporelle du bien-être (McAll, Fournier et Godrie, 2014). Pour certaines personnes participantes, être bien avec soi-même correspondait à être en santé notamment pour les bénéfices que cela entraîne, par exemple l'autonomie. Être en santé correspond à la dimension corporelle (Ibid). Pour autant, ce n'est pas chez toutes les personnes participantes que cette corrélation à la santé a lieu. Afin de questionner cette dimension, il serait intéressant d'interroger des personnes aux profils sociodémographiques et de santé variés, par exemple les jeunes et les aîné.e.s, des personnes à mobilité réduite et des personnes valides, dans le but de déterminer si cette dimension est toujours présente et dans quelle situation elle l'est.

Bibliographie

ABALLEA François, « Travail social et intervention sociale : de la catégorisation à l'identité », *Revue des politiques sociales et familiales*, vol. 62, n°1, 2000, p. 71-81.

ARSENAULT Stéphanie et MORENO SALA Maria, « Recourir à la musique pour favoriser le bien-être et l'intégration des personnes réfugiées à Québec », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 31, n°2, 2021, p. 251-68.

ASTIER Isabelle, « Les transformations de la relation d'aide dans l'intervention sociale », *Informations sociales*, vol. n° 152, n°2, 30 mars 2009, p. 52-58.

ASTIER Isabelle et MEDINI Arezki, *Sociologie de l'intervention sociale*, 2e éd., Malakoff, Armand Colin, coll. Cursus, Sociologie, 2019, p.174.

BACQUE Marie-Hélène, « Empowerment et politiques urbaines aux Etats-Unis », *Géographie, économie, société*, n°1 (1), 2006, p.107-124.

BACQUE Marie-Hélène et BIEWENER Carole, *L'empowerment, une pratique émancipatrice ?*, Paris, La Découverte, 2015.

BEAUD Stéphane et WEBER Florence, *Guide de l'enquête de terrain produire et analyser des données ethnographiques*, Paris, La Découverte, coll. Grands Repères. Guides, 2010.

BECKER Howard, *Outsiders*, Paris, Éditions Métailié, 2020.

BERTEAU Ginette, *La pratique de l'intervention de groupe : Perceptions, stratégies et enjeux*, Québec, Les Presses de l'Université du Québec, 2011.

BERTUCCI Marie-Madeleine, « Place de la réflexivité dans les sciences humaines et sociales : quelques jalons », *Cahiers de sociolinguistique*, n°1(1), 2009, p.43-55.

BEYNIER Dominique. « Les métiers de l'intervention sociale », *Informations sociales*, vol. n°133, n°5, 2006, p. 38-45.

BIHR Alain et PFEFFERKORN Roland, « Le champ des inégalités », dans BIHR et PFEFFERKORN (dir), *Le système des inégalités*, Paris, La Découverte, 2008, p. 8-29.

BILGE Sirma, « Théorisations féministes de l'intersectionnalité », *Diogene*, vol. n° 225, n°1, 2009, p. 70-88.

BOUQUET Brigitte, « L'inclusion : approche socio-sémantique », *Vie sociale*, vol. 11, no. 3, 2015, p. 15-25.

BOURASSA-DANSEREAU Catherine, G.-LANGLOIS Maxime et ROBERT François, « L'intervention psychosociale artistique : les arts pour intervenir avec les individus et les groupes », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 31, n°1, 2020, p. 157-76.

BOURGEAULT Guy, « L'intervention sociale comme entreprise de normalisation et de moralisation : peut-il en être autrement ? À quelles conditions ? », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 16, n°2, 2003, p. 92-105.

BRESSON Maryse, « La psychologisation de l'intervention sociale : paradoxes et enjeux », *Informations sociales*, n° 169, 2012/1, p. 68-75.

BRETON Margot, « On the Meaning of Empowerment and Empowerment-Oriented Social Work Practice », *Social Work with Groups*, vol. 17, n°3, 1 décembre 1994, p. 23-37.

BRONNER Gérald, « Pourquoi une sociologie compréhensive augmentée ? », *L'Année sociologique*, vol. 70, n°1, 3 avril 2020, p. 153-74.

CASEMAJOR Nathalie, DUBE Marcelle, LAFORTUNE Jean-Marie et LAMOUREUX Eve, *Expériences critiques de la médiation culturelle*, Québec, Presses de l'Université Laval, coll. Monde culturel, 2017.

CAUNE Jean, « Idéologies, utopies, critiques de la médiation culturelle », dans CASEMAJOR Nathalie, DUBE Marcelle, LAFORTUNE Jean-Marie et LAMOUREUX Eve, *Expériences critiques de la médiation culturelle*, Québec, Presses de l'Université Laval, coll. Monde culturel, 2017, p.55-84.

CAUNE Jean, « La médiation culturelle : une construction du lien social », 2018, p.10.

CAUNE Jean, « Pratiques culturelles et médiation artistique : la construction du lien social », dans LIQUETE Vincent (dir.), *Médiations*, Paris, CNRS Éditions, coll. Les essentiels d'Hermès, 2019, p. 85-101.

CAUNE Jean, « Tisser le trait d'union du vivre-ensemble. L'enjeu de la médiation culturelle », dans SAILLANT Francine (dir), *Pluralité et vivre ensemble*, Presses de l'Université Laval, 2015, p.209-227.

CHAPOULIE Jean-Michel, « Le travail de terrain, l'observation des actions et des interactions, et la sociologie », *Sociétés Contemporaines*, vol. 40, n°1, 2000, p. 5-27.

CHAUMIER Serge et MAIRESSE François, *La médiation culturelle*, Paris, Armand Colin, coll. U, 2017.

CHENARD Josée et GRENIER Josée, « Concilier des logiques pour une pratique de sens : exigence de solidarité », *Intervention*, n°136, 2012, p. 18-29.

COLLINET Cécile et DELALANDRE Matthieu, « L'injonction au bien-être dans les programmes de prévention du vieillissement », *L'Année sociologique*, vol. 64, n°2, 2014, p. 445-67.

COMEAU Yvan, « L'intervention collective à l'ère informationnelle », dans DORVIL Henri et HARPER Elizabeth (dir), *Le Travail Social : théories, méthodologies et pratiques*, Québec, Presses de l'Université du Québec, Collection Problèmes Sociaux Et Interventions Sociales, 2013, p.243-266.

COMEAU Yvan, BOURQUE Denis et LACHAPELLE René, *L'intervention collective : convergences, transformations et enjeux*, Québec, Presses de l'Université du Québec, 2018.

DE SARDAN Jean-Pierre Olivier, « La politique du terrain », *Enquête. Archives de la revue Enquête*, n°1, 1 octobre 1995, p. 71-109.

DESLAURIERS Jean-Pierre et KERISIT Michèle, « Le devis de recherche qualitative », dans POUPART Jean, et Groupe de recherche interdisciplinaire sur les méthodes qualitatives (dir), *La Recherche Qualitative : Enjeux Épistémologiques Et Méthodologiques*, Montréal, G. Morin, 1997, p.85-109.

DROLET Marie, « L'intervention individuelle en travail social et son processus. Un choix d'angle pour l'analyse et l'action », dans DORVIL Henri et HARPER Elizabeth (dir), *Le Travail Social : théories, méthodologies et pratiques*, Québec, Presses de l'Université du Québec, Collection Problèmes Sociaux Et Interventions Sociales, 2013, p.171-190.

DUBE Marcelle et BELHADJI-ZIANE Kheira, « Médiation, art et inclusion sociale des femmes : l'expérience des « Moments Créatifs » au Musée d'art contemporain de Montréal », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 31, n°1, 2020, p. 24-39.

DUBET François, *Ce qui nous unit : discriminations, égalité, reconnaissance*, Paris, Éditions du Seuil, La République des idées, 2016.

DUBET François, *Inégalités et justice sociale*, Paris, La Découverte, Recherches, 2014.

DUBET François, COUSIN Olivier, MACE Éric et RUI Sandrine, *Pourquoi moi ? L'expérience des discriminations*, Paris, Le Seuil, 2013.

DURKHEIM Emile, *Sociologie et philosophie*, Paris, PUF, 1974a [1924].

DURKHEIM Emile, *L'Éducation morale*, Paris, PUF, 1974b [1925].

DURU-BELLAT Marie et KIEFFERB Annick, « Les deux faces – objective/subjective – de la mobilité sociale », *Sociologie du travail*, vol. 48, n°4, 1 octobre 2006, p. 455-73.

DUVOUX Nicolas, « L'injonction biographique dans les politiques sociales. Spécificité et exemplarité de l'insertion », *Informations sociales*, n° 156, 2009/6, p. 114-122.

FASSIN Didier, « Du déni à la dénégation. Psychologie politique de la représentation des discriminations », dans FASSIN Éric (dir), *De la question sociale à la question raciale: Représenter la société française*, Paris, La Découverte, 2006, p.131-157.

FAUBERT-GUAY Lauranne, « Le mouvement dansé : une émancipation douloureuse ou « danser sur le fil du rasoir » », *Inter*, n°130, 2018, p. 50-53.

FAURE Sylvia, « Médiation, intégration, socialisation : que veulent dire ces mots ? », dans MONTANDON Frédérique, PEREZ-ROUX Thérèse (dir), *Les médiations culturelles et artistiques : quels processus d'intégration et de socialisation ?*, Paris, L'Harmattan, coll. Logiques sociales. Série Études culturelles, 2014, p. 19-27.

FRASER Nancy, « Justice sociale, redistribution et reconnaissance », *Revue du MAUSS*, vol. no 23, no. 1, 2004, p. 152-164.

FUGIER Pascal, « Les approches compréhensives et cliniques des entretiens sociologiques », *Interrogations ? Revue pluridisciplinaire de sciences humaines et sociales*, 2010.

GARDIEN Ève, « Qu'apportent les savoirs expérientiels à la recherche en sciences humaines et sociales ? », *Vie sociale*, vol. 20, no. 4, 2017, p. 31-44.

GOFFMAN Erving et KIHM Alain, *Stigmate : les usages sociaux des handicaps*, Paris, Les Éditions de minuit, Le Sens Commun, [1975].

GRENIER Stéphanie et FOURNIER Aude, « Intervention sociale et arts : portes d'entrée », *Autonomie et accompagnement – Histoires de jeunes*, Vol. 5, n°1, 2012.

HAMPARTZOUMIAN Stéphane, « Socialité corporelle et corporéité sociale » *Sociétés*, vol. 85, no. 3, 2004, pp. 63-69.

HARPER Douglas, « Talking about pictures: A case for photo elicitation », *Visual Studies*, vol. 17, n°1, 1 janvier 2002, p. 13-26.

HITLIN Steven et PILIAVIN Jane Allyn, « Valeurs : Faire revivre un concept dormant », *Revue annuelle de sociologie*, n°30, 2004, p. 359-393.

IMBERT Geneviève, « The Semi-structured Interview: at the Border of Public Health and Anthropology », *Recherche en soins infirmiers*, vol. 102, n°3, 2010, p. 23-34.

ION Jacques, « Travailleurs sociaux, intervenants sociaux : quelle identité de métier ? », *Informations sociales*, vol. n° 152, n°2, 30 mars 2009, p. 136-42.

KAUFMANN Jean-Claude, *L'entretien compréhensif*, Paris, Armand Colin, 4e édition, coll. 128 : tout le savoir, 2016.

KERGOAT Danièle, « Le rapport social de sexe de la reproduction des rapports sociaux à leur subversion », dans BIDEF-MORDREL (dir), *Les rapports sociaux de sexe*, Paris, Presses Universitaires de France, 2010, p. 60-75.

KLUCKHOHN Clyde, « Values and Value-Orientations in the Theory of Action: An Exploration in Definition and Classification », dans PARSONS Talcott, SHILS Edward A (dir), *Toward a General Theory of Action*, Cambridge, Harvard University Press, 1951, p. 388-433.

LAFORTUNE Jean-Marie, « Dispositifs culturels et exclusion/inclusion au Québec : Education, immigration et médiation », dans BARRERE Anne et MAIRESSE François (dir), *L'inclusion*

sociale : les enjeux de la culture et de l'éducation, Paris, L'Harmattan, coll. Les cahiers de la médiation culturelle, 2015a, p.29-44.

LAFORTUNE Jean-Marie, *La médiation culturelle : le sens des mots et l'essence des pratiques*, Québec, Presses de l'Université du Québec, coll. Collection Culture et publics, 2012, p. 248.

LAFORTUNE Jean-Marie, « Les enjeux de l'appropriation et de la transmission de la culture dans les dispositifs de médiation culturelle au Québec », dans CAMART Cécile, MAIRESSE François, PREVOST-THOMAS Cécile, VESSELY Pauline (dir), *Les mondes de la médiation culturelle*, Paris, L'Harmattan, coll. Les cahiers de la médiation culturelle, 2015b, p.141-155.

LAMIZET Bernard, *La médiation culturelle*, Paris, L'Harmattan, 1999.

LAPERRIERE Anne, « La théorisation ancrée (grounded theory) : démarche analytique et comparaison avec d'autres approches apparentées », dans POUPART Jean, et Groupe de recherche interdisciplinaire sur les méthodes qualitatives (dir), *La Recherche Qualitative : Enjeux Épistémologiques Et Méthodologiques*, Montréal, G. Morin, 1997, p.309-341.

LAPOINTE Laurence, LABERGE Suzanne et DUSSEAU Martin, « Comment l'intervention psychosociale dans le sport peut-elle développer des habiletés de vie chez des jeunes de milieu multiethnique moins bien nanti ? », *Revue phénEPS / PHEnex Journal*, vol. 4, n°1, 16 mars 2012, p.1-22.

LE BOSSE Yann, « De l'« habilitation » au « pouvoir d'agir » : vers une appréhension plus circonscrite de la notion d'empowerment ». *Nouvelles pratiques sociales*, n°16 (2), 2003, p. 30–51.

LE BOSSE Yann, « Empowerment et pratiques sociales : illustration du potentiel d'une utopie prise au sérieux », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 9, n°1, 1996, p. 127-45.

LE BOSSE Yann, « Introduction à l'intervention centrée sur le pouvoir d'agir », *Cahiers de la recherche en éducation*, vol. 5, n°3, 1998, p. 349-70.

LE BOSSE Yann, « L'empowerment : de quel pouvoir s'agit-il ? Changer le monde (le petit et le grand) au quotidien », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 21, n°1, 2008, p. 137-49.

LE BRETON David, *Corps et sociétés : essai de sociologie et d'anthropologie du corps*, Paris, Librairie des Méridiens, coll. Sociologies au quotidien, 1985.

LE BRETON David, *L'interactionnisme symbolique*, Paris, Presses Universitaires de France, coll. Quadrige, 2012.

LECLERCQ Jean-Baptiste, MARCHAND Isabelle, EKINCI Onat, ROULEAU-PEREZ Miriam et TICKNER-BROADHURST Sandra, « Le Projet Ensemble : Une action collective pour briser l'isolement des personnes âgées. » *Revue du CREMIS*, n°13(1), 2022, p. 41-46.

LECLERCQ Jean-Baptiste, OUIMET Anne-Marie, DIONNE Renée-Ève, FELTEAU Hélène, SOLOMON Élise, SOUCISSE François, ST-GERMAIN Catherine, THERIAULT Martine et COULOMBE Sophie, « L'organisation communautaire comme réponse collective aux enjeux de l'insécurité alimentaire au Québec », *Anthropology of food*, n°15, 2020, p.103-120.

LE COQ Sophie, « Des ateliers de danse à visée sociale : sous les statuts sociaux, une capacité de distanciation », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 31, n°1, 2020, p. 75-88.

LEDUC Véronique. « L'art communautaire, un espace pour construire la reconnaissance sociale des femmes criminalisées au Québec ? », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 24, n°2, 2012, p. 168-84.

LEMAY Louise, « L'intervention en soutien à l'empowerment : du discours à la réalité. La question occultée du pouvoir entre acteurs au sein des pratiques d'aide », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 20, n°1, 2007, p. 165-80.

LESAGE Benoît, *La danse dans le processus thérapeutique : Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, Érès, L'Ailleurs du corps, 2009.

LESAGE Benoît. *Un corps à construire : Tonus, posture, spatialité, temporalité*, Toulouse, Érès, 2021.

LE YONDRE François, « Le sport dans l'intervention sociale : l'individu responsable, mais sous contrôle », *Informations sociales*, vol. 187, n°1, 2015, p. 72-78.

MANSOUR Joanna, « La danse comme outil d'intervention sociale : exploration pratique et théorique de l'intervention sociale auprès de préadolescents et adolescents », mémoire, UdeM, 2011.

MARESCA Sylvain, MEYER Michaël, *Précis de photographie à l'usage des sociologues*, Rennes, Presses universitaires de Rennes, coll. Collection Didact Sociologie, 2013.

MARTINEAU Stéphane, « L'observation directe », dans BOURGEOIS Isabelle, GAUTHIER Benoît (dir), *Recherche sociale: de la problématique à la collecte des données*, Québec, Presses de l'Université du Québec, 7e édition, 2021, p.253-273.

MATHIEU Isabelle, « La médiation culturelle, ou l'exigence de la transmission », dans LARDELLIER Pascal et DELAYE Richard (dir), *Transmission(s). La médiation en révolution*, EMS Editions, 2016, p. 41-54.

MATON Kenneth I. « Empowering Community Settings: Agents of Individual Development, Community Betterment, and Positive Social Change », *American Journal of Community Psychology*, vol. 41, n°1-2, 2008, p. 4-21.

MCALL Christopher « Des brèches dans le mur : inégalités sociales, sociologie et savoirs d'expérience », *Sociologie et sociétés*, vol 49, no 1, 2017, p.89–117.

MCALL Christopher, FOURNIER Aude, GODRIE Baptiste, *Vivre et survivre à domicile : le bien-être en cinq dimensions*, Rapport de recherche CREMIS, Montréal, Québec, 2014.

MORELL BONET Alvaro et BERGER Patrick, « INSTANTANÉS : des instants dansés dans la vie de personnes atteintes de schizophrénie », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 31, n°1, 2020, p. 204-14.

MULLER Hans-Peter, « Société, morale et individualisme. La théorie morale d'Emile Durkheim », *Trivium*, n°13, 2013, p.71-105.

NAMIAN Dahlia, « Ethnographier la marginalité : peut-on sortir d'une logique de catégorisation des personnes? », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 27, n°2, 2015, p. 113-27.

NINACS William, « Empowerment et service social : approches et enjeux », *Service social*, vol. 44, n°1, 1995, p. 69-93.

PAILLE Pierre et MUCCHIELLI Alex, *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*, Paris, Armand Colin, 2021.

PAUGAM Serge, « Attachements et solitudes : entretien avec Cécile Van de Velde », *Sociologie et sociétés*, vol. 50, no 1, 2018a, p. 113-127.

PAUGAM Serge, « *Le lien social* », Paris, Presses Universitaires de France, Que sais-je ?, 2018b, pp. 3-6.

PIRES Alvaro. P, « De quelques enjeux épistémologiques d'une méthode générale pour les sciences sociales », dans POUPART Jean, et Groupe de recherche interdisciplinaire sur les méthodes qualitatives (dir), *La Recherche Qualitative : Enjeux Épistémologiques Et Méthodologiques*, Montréal, G. Morin, 1997, p.3-55.

PIRON Florence, « L'amoralité du positivisme institutionnel. L'épistémologie du lien comme résistance », dans BRIERE Laurence, LIEUTENANT-GOSSELIN Mélissa et PIRON Florence (dir), *Et si la recherche scientifique ne pouvait pas être neutre ?*, Québec, Science et bien commun, 2019, p.135-168.

POTEL Catherine, *Corps brûlant, corps adolescent. Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, Erès, L'ailleurs du corps, 2006.

POTEL Catherine, « Introduction aux pratiques psychomotrices et à la médiation thérapeutique en particulier », dans ALBARET Jean-Michel, GIROMINI Françoise, SCIALOM Philippe (dir), *Manuel d'enseignement de psychomotricité*, Louvain-la-Neuve, De Boeck, 2019, p. 14- 21.

PRYEN Stéphanie, « Les pratiques artistiques et culturelles à l'oeuvre dans l'insertion sociale. Ambivalence des déplacements identitaires et des enjeux de reconnaissance », dans MONTANDON Frédérique, PEREZ-ROUX Thérèse (dir), *Les médiations culturelles et artistiques : quels processus d'intégration et de socialisation ?*, Paris, L'Harmattan, coll. Logiques sociales. Série Études culturelles, 2014, p.153-179.

PRYEN Stéphanie, « Injonction à l'autonomie et quête de supports dans les actions culturelles à visée sociale », dans CARADEC Vincent et MARTUCELLI Danilo (dir.), *Matériaux pour une sociologie de l'individu : Perspectives et débats*, Villeneuve d'Ascq, Presses universitaires du Septentrion, coll. Le regard sociologique, 2019, p. 95-114.

PUXEDDU Vincenzo, « La danse-thérapie », dans LECOURT Edith et LUBART Todd (dir), *Les art-thérapies*, Paris, Armand Colin, 2017, pp. 120-161.

RACINE Guylaine, « La construction de savoirs d'expérience chez des intervenantes d'organismes communautaires pour femmes sans-abri : un processus participatif, collectif et non planifié », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 13, n°1, 2000, p. 69-84.

RAPPAPORT Julian, « Terms of Empowerment/Exemplars of Prevention: Toward a Theory for Community Psychology », *American Journal of Community Psychology*, vol. 15, n°2, 1987, p. 121-48.

RASSE Paul, « La médiation, entre idéal théorique et application pratique », *Recherche en communication*, 2001.

RICŒUR Paul, *Parcours de la Reconnaissance : Trois Études*, Paris, Gallimard, Folio Essais, 2004.

RIVARD Jacinthe et VINET-ST-PIERRE Marilou, « À chacun son cirque ! L'examen d'un projet de cirque social visant la pré-employabilité de jeunes en situation de précarité », *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 31, n°1, 2020, p. 89-110.

ROKEACH Milton, *The nature of human values*, New York, Free Press, 1973

ROQUET Christine, « Diffracter le sensible. Handicap, vieillesse et danses traditionnelles », *Recherches en danse*, n°4, 15 novembre 2015, p.1-15.

ROUXEL Sylvie, « Les arts de faire ensemble, une voie vers l'expression émancipée ? », dans MONTANDON Frédérique, PEREZ-ROUX Thérèse (dir), *Les médiations culturelles et artistiques : quels processus d'intégration et de socialisation ?*, Paris, L'Harmattan, coll. Logiques sociales. Série Études culturelles, 2014, p.127-153.

ROY Simon. N, « L'étude de cas », dans BOURGEOIS Isabelle, GAUTHIER Benoît (dir), *Recherche sociale: de la problématique à la collecte des données*, Québec, Presses de l'Université du Québec, 7e édition, 2021, p.157-179.

RUBY Christian, « Médiation culturelle », dans Emmanuel de Waresquiel, *Dictionnaire des politiques culturelles*, Larousse CNRS, 2001, pp. 400-401.

SAUVAYRE Romy, *Les méthodes de l'entretien en sciences sociales*, Paris, Dunod, 2013.

SAVOIE-ZAJC Lorraine, « Interrelations entre le singulier et l'universel : les propositions de la recherche qualitative », *Recherches qualitatives*, Hors-Série, n°15, 2013, p.7-24.

SAVOIE-ZAJC Lorraine, « L'entrevue semi-dirigée », dans BOURGEOIS Isabelle, GAUTHIER Benoît (dir), *Recherche sociale: de la problématique à la collecte des données*, Québec, Presses de l'Université du Québec, 7e édition, 2021, p.273-297.

SCHOTT-BILLMANN France, *Le besoin de danser*, Paris, Odile Jacob, 2001, p.238.

SCHOTT-BILLMANN France, « La danse de l'autre », *Insistance*, vol. 1, n°1, 2005, p. 167-75.

SCHWARTZ Shalom H, « Les valeurs de base de la personne : théorie, mesures et applications », *Revue française de sociologie*, vol. 47, no. 4, 2006, p. 929-968.

SEN Amartya, « Well-Being, Agency and Freedom: The Dewey Lectures 1984 », *The Journal of Philosophy*, vol 82, n°4, 1985, p.169-221.

SERVAIS Christine, *La médiation : théorie et terrains*, Louvain-la-Neuve, De Boeck Supérieur, coll. Ouvertures sociologiques, 2016, p.240.

SERVAIS Christine, « L'efficacité paradoxale de la médiation esthétique et le rôle du conflit », dans CAMART Cécile, MAIRESSE François, PREVOST-THOMAS Cécile et VESSELY Pauline (dir), *Les mondes de la médiation culturelle*, Paris, L'Harmattan, coll. Les cahiers de la médiation culturelle, 2015, p.185-200.

SEVILLA Nathalie et MAHYEUX Dominique, « Le jeu, le groupe, la scène... : prise de risques et/ou planche(s) de salut ? Un dispositif de médiation théâtrale pour adolescents et jeunes adultes », *Revue de l'enfance et de l'adolescence*, vol. n° 97, n°1, 2 juillet 2018, p. 127-41.

SOULET Marc-Henry, « Reconsidérer la vulnérabilité », *Empan*, vol. no 60, no. 4, 2005, p. 24-29.

SOULET Marc-Henry, « Vulnérabilité et prévention : de quelques enjeux sociologiques », dans BONNEFOY Maryse (dir), *Quelle prévention universelle et ajustée à la vulnérabilité*, Toulouse, Érès, 2022, p. 15-28.

STROBL Rainer, « Intégration sociale et inclusion », *The Blackwell Encyclopedia of Sociology*, American Cancer Society, 2015.

TREICH Laura, « Danses du corps, danses des mots, enveloppes musicales... Psychothérapie de groupe d'expression corporelle dansée pour adolescents déficients mentaux », dans GRANIER Emmanuelle (dir), *L'adolescent entre marge, art et culture. Une clinique des médiations en groupe*. Toulouse, Érès, 2013, pp. 107-123.

VALLERIE Bernard et LE BOSSE Yann, « Le développement du pouvoir d'agir (empowerment) des personnes et des collectivités : de son expérimentation à son enseignement », *Les Sciences de l'éducation - Pour l'Ere nouvelle*, vol. 39, n°3, 2006, p. 87-100.

VAN CAMPENHOUDT Luc, MARQUET Jacques et QUIVY Raymond, *Manuel de recherche en sciences sociales*, Malakoff, Dunod, 5e édition, 2017, p.384.

VAN DE VELDE Cécile, « Présentation : sociologie de la solitude : concepts, défis, perspectives », *Sociologie et sociétés*, vol. 50, n°1, 2018, p. 5-20.

VAN DE VELDE Cécile, « Sommes-nous tous seuls ? », dans PAUGAM Serge (dir.), *50 questions de sociologie*, Paris, Presses universitaires de France, 2020, p. 37.

VEENHOVEN Ruut, « Sociological Theories of Subjective Well-Being », dans EID Michael et LARSEN Randy (dir), *The Science of Subjective Well-Being*, New York, Guilford Publications, 2008, p. 44-61.

VINCENT Lucy, *Faites danser votre cerveau!*, Paris, Odile Jacob, 2018.

WEILL Benjamine, « Le hip-hop comme expérience esthétique fondamentale : enjeux et mises en perspective », *Revue de l'enfance et de l'adolescence*, vol. n° 97, n°1, 2 juillet 2018, p. 177-95.

YOUNES Carole, « La médiation et l'émergence du sujet », dans FAGET Jacques (dir), *Médiation et action publique : la dynamique du fluide*, Pessac, Presses universitaires de Bordeaux, coll. Territoire du politique. Série Politiques du social, 2005, p.49-63.

Annexe

Annexe 1. Grille d'observation

1) Participant.e.s

Qui participe ?

Qui sont les participant.e.s ? Nombre de présent.e.s et des caractéristiques générales de l'assemblée (genre, âge, origine « ethnique » et sociale).

Observe-t-on une diversité ou une homogénéité des participant.e.s ?

D'où proviennent les participant.e.s ?

L'atelier est-il ouvert à tous et toutes ou seulement à certain.e.s ?

Quelle est la tenue vestimentaire des personnes participantes ?

2) Organisation de l'atelier

Structure de l'atelier avec des repères de temps : introduction et principales étapes de déroulement, temps pour chaque exercice, temps à la parole et temps de pauses.

Quel est l'objectif de l'atelier ? Est-il énoncé aux participant.e.s ?

Qui anime l'atelier ?

Qui choisit les musiques ?

Quel rôle / place ont dans les ateliers les intervenant.e.s des organismes qui accueillent Prima Danse ?

3) Déroulement de l'atelier

Quels sont les différents exercices faits ?

Les exercices sont-ils collectifs ou individuels ?

De quelle façon les personnes participantes sont-elles amenées à se présenter ? Se présentent-elles en début d'atelier ? Y a-t-il un exercice de présentation ?

Quelles sont les réactions en fin d'atelier ?

4) Configuration de la salle

Dans quel lieu est organisé l'atelier ?

Comment la salle est-elle organisée spatialement avant de débiter l'atelier (en cercle, en demi-cercle, avec une tribune et une assemblée, etc.) ? Faire un schéma, avec la place occupée par les différent.e.s acteur.rice.s.

De quelle façon le groupe se positionne dans l'espace au cours de l'atelier ? (En format cours, en cercle ?)

Comment évolue l'occupation de l'espace durant l'atelier ?

La configuration de la salle met-elle en avant certaines personnes participantes ?

La configuration de la salle instaure-t-elle une hiérarchie/séparation ou une confusion entre les intervenantes et les participantes ?

5) Ambiance

L'atmosphère est-elle calme, bon enfant, animée, agitée, tendue ?

Présence de conflits ou de tensions ? Si oui, d'où viennent-elles ? De la part de qui ? Sur quel sujet ?

6) Les mouvements lors de l'atelier

De quelle façon sont investies les participantes ?

Y a-t-il des réactions à certains mouvements ?

Comment se comportent les personnes lors des moments de création ?

Comment évoluent les mouvements au cours de l'atelier ?

Comment évoluent les comportements pendant l'atelier ?

Comment se comportent les participants à l'étirement final ?

Comment se sentent les participantes ?

7) Sujets abordés

Quels sont les sujets abordés dans l'atelier ?

Y a-t-il un sujet principal et des sujets annexes, ou une diversité des thématiques ?

Qui propose les sujets abordés ?

Lors de quels moments de l'atelier les discussions ont-elles lieu ?

Les intervenantes sont-elles amenées à référer des participant.e.s à la fin des ateliers ?

8) Prises de paroles

Qui prend la parole ?

Qui débute les conversations ? Comment la parole se prend-elle ? Quelle est la durée d'une prise de parole ?

Quelles sont les réactions des intervenantes quand les personnes participantes prennent la parole ?

Quelqu'un monopolise-t-il la parole ou les interventions se font-elles à parité ?

Qu'est-ce qui domine dans les prises de parole : l'information ou les échanges ?

Quel registre de parole domine : interpellation/plainte, proposition/action/suggestion, information (demande d'information ou message informatif) ?

Sur quels modes se font les échanges ?

Les individus participants mettent-ils en avant leurs intérêts particuliers, l'intérêt d'un groupe ou l'intérêt général ?

Tout le monde peut-il s'exprimer ?

Les participant.e.s s'expriment pour dire quoi ?

Les intervenantes prennent-elles la parole ? Si oui, pour dire quoi ?

9) Communication non verbale

Présence d'applaudissements ? Quand ont-ils lieu ?

Présence de signes de fatigue ?

Présence d'une communication non verbale ?

Qu'expriment les visages ?

Qu'expriment les corps ?

10) Relations entre acteur.rice.s

Comment les individus acteurs communiquent-ils entre eux ? Repère-t-on des signes de familiarité (tutoiement, appellation par un prénom, etc.) ?

Quelle relation entretiennent les personnes participantes entre-elles ?

Quelle relation entretiennent les personnes participantes avec les intervenantes ?

Quelles sont les interactions entre intervenants et participant.e.s ? Quelles sont la fréquence et la nature de ces échanges ?

Les intervenantes sollicitent-elles les participant.e.s pour avoir leur avis ?

Des suggestions sont-elles faites aux intervenantes ?

Quelles sont les relations entre intervenantes ?

Les individus participants sont-ils interrompus lorsqu'ils prennent la parole ?

Les individus participants s'écoutent-ils mutuellement ?

À la fin des ateliers, les personnes participantes discutent-elles entre elles ou avec les intervenantes ?

Observe-t-on un respect mutuel entre les acteurs ? Quelle est la nature des comportements ? Les relations sont-elles formelles ou amicales ?

Annexe 2. Tableau de présentation des personnes participantes aux entretiens

Pseudo	Statut pour la recherche	Organisme	Genre	Tranche d'âge	Personne issue de l'immigration	Retraité.e
Anne	Intervenante	/	Femme	30/39 ans	Non	Non
Béatrice	Participante	Centre culturel haïtien	Femme	70/79 ans	Oui	Oui
Colette	Participante	Centre communautaire pour personnes âgées	Femme	60/69 ans	Non	Oui
Helena	Intervenante	/	Femme	30/39 ans	Non	Non
Isabelle	Directrice générale et co-fondatrice	/	Femme	40/49 ans	Non	Non
Juliette	Participante	Centre pour femmes en instabilité résidentielle	Femme	60/69 ans	Non	Oui
Joseph	Participant	Organisme pour hommes en situation d'itinérance	Homme	70/79 ans	Oui	Oui
Louise	Participante	Centre culturel haïtien	Femme	70/79 ans	Oui	Oui
Marion	Intervenante	/	Femme	30/39 ans	Non	Non

Nina	Participante	Centre culturel haïtien	Femme	70/79 ans	Oui	Oui
Romane	Participante	Centre pour femmes en instabilité résidentielle	Femme	30/39 ans	Non	Non
Sophie	Intervenante	/	Femme	20/29 ans	Non	Non
Valérie	Participante	Centre culturel haïtien	Femme	70/79 ans	Oui	Oui

Annexe 3. Grille d'entretien intervenantes

1) Présentation de la personne

Quel âge avez-vous ?

Avez-vous des diplômes ?

Quel est votre parcours professionnel ?

Depuis combien de temps faites-vous de la danse ?

Comment définissez-vous la danse ?

Personnellement, que vous apporte la danse ?

2) Les motivations à être intervenante

Pouvez-vous me décrire Prima Danse ?

Comment nommez-vous et définissez-vous votre activité professionnelle chez Prima Danse ?

Les ateliers que vous animez sont-ils dans un but d'intervention sociale ?

Comment définissez-vous l'intervention sociale ?

Quelles sont vos motivations à animer ces ateliers ?

Pourquoi avez-vous choisi d'être intervenante ?

Êtes-vous avant tout une danseuse ?

Est-ce un complément de revenus d'être intervenante ?

Avez-vous reçu une formation d'intervenante avant d'animer ces ateliers ?

Avez-vous beaucoup appris « sur le tap » ?

Pourquoi est-ce que vous n'utilisez pas le terme de médiation culturelle ?

3) Les ateliers

Combien de sessions avez-vous animées ?

Quel est le déroulement d'un atelier ?

Avez-vous des consignes ou des impératifs à respecter lorsque vous animez les ateliers ?

Lorsque vous animez un atelier, qu'éprouvez-vous ?

Au terme des ateliers, ressentez-vous un sentiment particulier ?

Comment est-ce que vous vous positionnez vis-à-vis des participant.e.s ?

Existe-t-il un but particulier aux ateliers ?

Quelle est votre pire expérience vécue lors d'un atelier ?

Quelle est votre plus belle expérience lors d'un atelier ?

Selon vous, quelles qualités / savoir-être faut-il posséder pour animer de tels ateliers ?

4) La réflexivité personnelle

Souhaitez-vous transmettre des valeurs aux participant.e.s ?

Avant de débiter une session d'ateliers, avez-vous des attentes ?

Selon vous, quels sont les effets de la danse sur les participant.e.s ? Et sur le collectif ?

Pour vous, existe-t-il des limites aux ateliers ?

Que pensez-vous de vos actions et de l'impact de ces dernières ?

Pensez-vous que vos pratiques ont un impact sur les personnes ? Et sur le collectif ?

Pensez-vous avoir la capacité d'agir sur les inégalités vécues par les personnes participantes ?

Agissez-vous dans une perspective de justice sociale ?

Est-ce que vous apprenez des participant.e.s ?

Est-ce que vous développez des connaissances suite à vos expériences chez Prima Danse ?

Les expériences vécues chez Prima Danse sont-elles enrichissantes pour vous ?

5) Le collectif

Quelle relation avez-vous avec les autres intervenants de chez Prima Danse ?

Sentez-vous appartenir au groupe « des intervenants de Prima Danse » ?

Que vous apporte le collectif/ le groupe d'intervenantes chez Prima Danse ?

Est-ce qu'il y a un esprit d'équipe ?

Êtes-vous toujours deux pour animer un atelier ?

Est-ce que vous faites un retour collectif sur vos expériences vécues individuellement ?

Quelles sont les valeurs de Prima Danse ?

Annexe 4. Grille d'entretien participant.e.s

1) Présentation de la personne

Pouvez-vous me raconter votre histoire ?

Avez-vous exercé différents métiers ?

Actuellement, que faites-vous dans votre vie ?

Avez-vous des diplômes ?

Quel âge avez-vous ?

Où avez-vous vécu ? Et où vivez-vous ? (Transition)

2) Les conditions de vie actuelle de la personne

Que pensez-vous de vos conditions de vie ?

Ressentez-vous de la privation dans votre quotidien ?

Comment percevez-vous votre expérience de vie ?

Éprouvez-vous de l'isolement social ?

3) Les inégalités

Comment définissez-vous les inégalités sociales ?

Est-ce que vous vivez des inégalités sociales ?

Si oui : Comment vivez-vous les inégalités ?

Pensez-vous avoir la capacité d'agir sur les inégalités que vous vivez ?

Pour vous, votre situation personnelle est plutôt juste ou plutôt injuste ?

Pour vous, l'environnement dans lequel vous vivez est plutôt juste ou plutôt injuste ?

4) Le bien-être

Comment définissez-vous le bien-être ?

Parvenez-vous à atteindre le bien-être que vous souhaitez dans votre quotidien ?

Êtes-vous satisfait de la vie que vous menez ?

Est-ce que matériellement vous manquez de quelque chose ?

Êtes-vous épanouie personnellement ?

Est-ce que vous avez actuellement des projets de vie ou des aspirations ?

Lorsque vous êtes amenés à prendre des décisions, avez-vous le choix ?

Pouvez-vous me décrire vos relations sociales ?

Que pensez-vous de ces dernières ?

Est-ce que vous vous sentez catégorisé, étiqueté ou stigmatisé ?

5) Les ateliers de danse

Quelles ont été vos motivations à participer aux ateliers ?

Quelles ont été vos attentes vis-à-vis des ateliers ?

Comment définissez-vous le terme « danser » ?

Quel est votre rapport à la danse ? (Votre histoire avec la danse ?)

Racontez-moi votre expérience des ateliers de danse

Avez-vous ressenti des émotions positives ou négatives lors des ateliers de danse ?

Qu'est-ce que ça vous a fait de danser ?

Les ateliers de danse ont-ils eu un ou des effets (physique ou moraux) sur vous ?

À l'issue des ateliers, avez-vous ressenti un sentiment de bien-être ?

Comment est-ce que vous vous sentiez au sein du groupe ?

Est-ce que vous vous êtes sentis inclus lors des ateliers ?

Les ateliers vous ont-ils permis de rencontrer des personnes ?

Lors des ateliers, est-ce que vous vous êtes fait des ami.e.s ?

Qu'avez-vous le plus apprécié lors des ateliers ?

Pour vous, quel est le point négatif des ateliers ?

Que pensez-vous des intervenantes ?

Avez-vous trouvé les intervenantes à l'écoute ?

Éprouvez-vous de la satisfaction à avoir participé aux ateliers ?

Qu'allez-vous retenir de votre participation aux ateliers ?

Les ateliers vous ont-ils donné confiance en vous ?

Aviez-vous déjà assisté à d'autres ateliers de ce type ?

Est-ce que ces ateliers vous ont donné envie de danser chez vous ?