

# FT 100 - Que mettre en place pour assurer la sécurité émotionnelle des participant·e·s ?

De nombreuses techniques existent pour soutenir la sécurité émotionnelle et physique des joueurs et joueuses, c'est-à-dire, pour s'assurer que le jeu soit le plus sécurisant et le moins stressant possible pour toutes les personnes participantes. Bien qu'aucune de ces techniques ne soit obligatoire, nous conseillons cependant fortement d'en déployer certaines, selon les besoins de votre jeu. En voici quelques unes.

## La personne-ressource

Aussi appelée (en anglais) « *support person* », « *safer* » ou « *larp counselor* » lorsqu'elle est incluse en jeu sous la forme d'un personnage, la personne-ressource est **une personne exclusivement dédiée au soutien émotionnel des joueurs et joueuses**.

Elle doit être facilement joignable : elle est souvent dans un espace dédié, par exemple une pièce à l'écart, la cuisine ou une tente. Sa présence peut être en jeu ou hors jeu : hors jeu, c'est une personne que les participant·e·s (PJ, PNJ ou staff) peuvent venir voir à tout moment pour debriefer, décompresser, chercher de l'aide etc. Dans certains événements, la personne-ressource reste joignable après le jeu pendant quelques semaines, et est également joignable avant.

En jeu, cela peut être un personnage de sage, d'ermite etc., que les joueurs et joueuses pourront venir voir pour demander des conseils et se confier, soit en tant que personnage, soit en tant que joueur ou joueuse. Dans ce cas, le personnage ne doit pas avoir d'arc narratif majeur et demeurer dans une position de neutralité par rapport à l'intrigue. La personne l'incarnant doit également être une personne ouverte, disponible, et avoir conscience de l'importance de son rôle de soutien afin de ne pas se retrouver frustrée de ne pas participer activement à l'intrigue.

Le rôle d'une personne-ressource, qu'elle soit en jeu ou hors jeu, est de fournir :

- Un soutien en cas de détresse, de résurgence traumatique, de sentiment d'être dépassé·e, etc. ;
- De l'aide pour rétablir un sentiment de sécurité ;
- De l'aide pour résoudre des difficultés émotionnelles suscitées par le GN lui-même, comme des conflits sociaux ou des soucis liés à l'intrigue ;
- De l'assistance pour gérer le « *bleed* » [confusion des émotions du personnage et du/de la joueur·se] ;
- Un calibrage afin d'aider les joueurs et joueuses à s'adapter à leurs limites mutuelles ;
- Dans des cas extrêmes, de gérer les crises liées à des agressions, du harcèlement, des épisodes de troubles psychiques et autres problèmes graves.

(Paragraphe traduit de l'article "Larp Counselors: An Additional Safety Net" sur Nordiclarp.org)

## La zone sécurisée

Mettre en place une personne- ou une équipe-ressource va souvent de pair avec le déploiement d'une zone sécurisée, une zone hors-jeu dédiée à l'accueil des personnes qui ressentent le besoin de sortir du jeu pour un temps, soit qu'elles aient juste besoin de souffler, soient qu'elles rencontrent un problème plus sérieux. Les fiches techniques n°[52](#) et [53](#) pourront vous aider à la mettre en place.

## Le mot de sécurité

Un mot de sécurité, ou safeword, est un mot qui interrompt totalement le jeu, en cas de détresse physique ou psychologique.

Un mot de sécurité comme « Freeze ! » est fréquemment utilisé en cas d'accident ou de situation dangereuse (*ex: un trou non balisé, un coup dangereux, etc.*).

Néanmoins, en France, les jeux qui proposent aussi l'usage d'un mot de sécurité émotionnel ne sont pas encore majoritaires, malgré son utilité. Ce genre de mot de sécurité permet d'exprimer quand une situation de jeu n'est pas acceptable pour une personne, quand elle ne se sent pas à l'aise, se sent en détresse, etc. Le safeword permet d'éviter des confusions avec les situations role-play (*ex: pleurer, réclamer de la solitude etc. peuvent aussi bien être en jeu ou hors jeu, et des confusions sont possibles*).

Le mot de sécurité peut être n'importe quel mot facilement identifiable : par exemple, sur un GN pirate, « à l'abordage ! » ne peut évidemment pas fonctionner comme mot de sécurité, car il prêterait à confusion.

Certains mots de sécurité sont partagés par plusieurs jeux : c'est le cas de « vraiment vraiment » qui indique qu'on se sent « vraiment vraiment » mal (*ex : « j'ai vraiment vraiment besoin de souffler »*), ou de « cut » (qui indique qu'on veut arrêter la scène) et « brake » (qui indique qu'on veut réduire le degré d'intensité, par exemple dans une dispute). L'avantage d'utiliser des mots de sécurité dans une autre langue que le français est qu'il ne risquent pas de passer inaperçus.

Le système des feux de circulation, qui permet d'indiquer « vert » (pour dire qu'on veut augmenter l'intensité de l'interaction), « orange » (la réduire) ou « rouge » (interrompre l'interaction) est également en usage. Une alternative visuelle consiste en l'utilisation de rubans de couleur, par lesquels les joueur·se·s indiquent le degré d'intensité de jeu auquel ils et elles souhaitent se prêter.

Le mot de sécurité peut être donné en avance par les orgas, ou décidé collectivement avec les joueurs et joueuses en cas de faible nombre de participant·e·s. Si cela est possible, des ateliers peuvent être organisés pour apprendre aux participant·e·s à utiliser le safeword.

Quand quelqu'un utilise un mot de sécurité, les autres personnes prenant part à la scène doivent immédiatement s'assurer que la personne va bien, lui demander ce dont elle a besoin, etc.

**Utiliser un safeword n'est jamais honteux et doit toujours être pris au sérieux.**

## « Opt-out »

Ce terme intraduisible signifie « choisir de ne pas participer ». Il s'agit d'une technique permettant de quitter une scène de jeu sans l'interrompre (les autres joueur-se-s peuvent continuer la scène) et sans avoir à s'en justifier, si on se sent mal à l'aise. Il suffit pour cela de s'abriter les yeux de la main et de baisser la tête, puis de s'éloigner.

## Les ateliers pré-jeu

Les ateliers pré-jeu sont des exercices mis en place par les orgas avant le GN pour familiariser à certaines techniques, enseigner certaines règles de sécurité, construire des relations inter-personnages, « briser la glace » et contrôler l'intensité du jeu, etc. Ils peuvent être extrêmement divers, et sont souvent élaborés ou adaptés individuellement pour chaque jeu.

## Des ressources extérieures pour aller plus loin

[Cette fiche technique Electro-GN](#), adaptée du travail de Muriel Algayres et Marianne Cailloux, est excellente : elle comporte une checklist pour les organisateur-ice-s, et une pour les joueurs et joueuses, pour informer et adresser les questions de sécurité.

Le blog en anglais [Safety in Larp](#) de Johana Koljonen comporte également de nombreuses idées d'outils et d'ateliers utilisables en GN.

[Un article dédié](#) sur Nordic Larp Wiki liste, en anglais, certains usages d'ateliers.

Le GNiste anglais Mo Holkar propose également [un article détaillé sur les ateliers et leur mise en pratique](#) sur Nordiclarp.org, en anglais.

[Cet article de Stéphane Rigoni sur Electro-GN](#) propose également une parenthèse consacrée aux ateliers pré-jeu.

[Une initiative collaborative](#) par Saetta qui recense des ateliers en français est également consultable.