



**La CATHODE**

# Comment je m'en sors?



**Documentaire de création**

**55 mn -1999**

Ecrit et réalisé par Roland MOREAU

**CONTACT presse :** Sébastien Dossou - Bouralfa Djouani - 01 48 30 81 60

---

**La CATHODE** ● 119 Rue Pierre Sépard 93000 Bobigny ● Tél:01 48 30 81 60 ● Fax: 01 48 30 81 26  
● E-mail:la.cathode@wanadoo.fr ● www.chez.com/lacathode ●

## **L'EXCLU : ACTEUR OU VICTIME ?**

---

"Comment je m'en sors ?" est la question que tout le monde se pose en matière d'insertion, des acteurs sociaux aux exclus eux-mêmes. Se poser la question est déjà un début de réponse. La loi contre l'exclusion semble amener des solutions, mais souvent les travailleurs sociaux ne savent pas comment motiver les exclus pour les aider à s'insérer. Sont-ils relégués parce qu'ils sont différents ? Sont-ils des victimes de la société ? Explorer la psychologie d'une personne en démarche d'insertion, c'est chercher à comprendre pourquoi un individu s'est retrouvé dans une situation difficile. Une des idées reçues sur la notion d'insertion est que chacun est acteur de son destin. Pour les exclus cette idée est difficile à faire passer, ils se posent avant tout en victime, comment alors changer cette idée pour bâtir un projet professionnel et social ?

Le processus d'individualisation contraint tout un chacun à puiser dans ses ressources et son énergie personnelle pour s'insérer. Aujourd'hui il faut agir pour ne pas être exclu du lien social. Les sans-emplois se retrouvent face à une souffrance sans nom dont une des sources a pour origine l'injonction paradoxale à atteindre ce que la société n'est pas en mesure de leur offrir. Comment vivent-ils cette situation angoissante ? C'est en partie à cette question que ce film tente de répondre en interrogeant des personnes qui vivent l'exclusion au quotidien.

## **L'EXCLUSION MALADIE SOCIALE OU MALADIE MENTALE ?**

---

Les structures qui s'occupent d'insertion prennent en compte l'individu dans sa totalité. Le parcours d'insertion semble être largement dépendant du nombre et du type d'handicap de départ. Une des questions au coeur du problème de l'exclusion est la suivante : l'état de souffrance de l'exclu relève-t-il de la sphère sociale ou de la sphère mentale ? En répondant à cette question les témoins essayent de faire la part des choses entre ce qui relève de leur passé et des conditions sociales qu'ils vivent.

L'effort demandé aux personnes pour s'insérer est en général bien supérieur à celui qui est demandé aux personnes bien intégrées socialement. La toxicomanie, l'alcoolisme, la tentative de suicide ne sont pas toujours la conséquence d'une pathologie mentale, mais de conditions de vie insupportable. Cette souffrance psychique est plus souvent cachée qu'exprimée explicitement, les personnes en situation de précarité et d'exclusion n'expriment jamais directement leur souffrance psychique. Beaucoup souffrent et certains refusent ce monde qui ne les attend pas.

## Résumé

---

### Comment je m'en sors?

*«Comment je m'en sors?», est la question obsédante pour toutes les personnes en quête d'insertion. Jeune chômeur, toxicomane, ex-détenu, chacun se fait son chemin, mais est-ce encore possible dans une société où tout le monde doit gagner ? Comment devient-on sujet de son histoire ? Derrière les témoignages, il y a la souffrance que l'on cache. Ce documentaire est une galerie de portraits de personnes en quête d'un travail, d'une formation, mais surtout d'une place dans la société.*

# SYNOPSIS

"On demande des jeunes ayant de l'expérience". Les jeunes qui ont un projet ont du mal à mesurer le chemin qu'il leur faudra parcourir avant d'arriver à décrocher un emploi. Entre salariat stable et exclusion, il y a place pour une galaxie d'emplois précaires ou l'on travaille au jour le jour. Qu'importe le travail, pourvu qu'on ait l'emploi ! Chaque personnage est porteur d'un projet et de son histoire personnelle. On passe d'un personnage à l'autre par association d'idée. On s'attache aux événements importants qui marquent un changement de situation (arrivée dans un logement, embauche, entretien avec une personne référente dans une association). C'est aussi le travail d'écoute et d'entraide qui se fait dans les associations qui est montré. On ne s'en sort pas tout seul. C'est à partir de ce travail social que l'on peut aussi interroger l'expression "s'en sortir".

## Entretiens : Extraits



### THIERRY

*En mai 1998, Thierry a 36 ans, son visage est très marqué par son passé de toxicomane, il a décidé d'arrêter et prend régulièrement de la Méthadone. Il partage sa vie entre la France et ses voyages en Inde.*

«...Ben j'étais toxicomane, 18 ans de toxicomanie, pendant longtemps je me réveillais le matin; fallait que je trouve 1000 francs, 1600 francs pour me payer ma came l'après-midi»

«... J'ai fait 10 cures, j'ai fait des psychothérapies, j'ai fait des trucs comme ça, mais le seul truc qui m'a sorti, effectivement c'est la méthadone, c'est le seul truc qui marche avec moi. On m'apporte quelque chose qui remplace l'héroïne, je suis toujours dépendant de la méthadone mais ça règle mes problèmes d'argent. j'ai pas à me lever le matin, chercher ma came, chercher de l'argent des trucs comme ça, ça me laisse du temps et ça me permet de faire des choses nettement plus intéressantes.»

«...Et puis c'est pas à 35 ans que je vais commencer à faire une carrière. Je vais commencer comme plongeur, je vais finir comme quoi... comme serveur. J'ai assez de capacité pour créer mon emploi.»

## LAETITIA

---



***Laetitia a 22 ans, elle vit seule dans un chambre au foyer de jeunes travailleuses de Créteil et travaille à temps partiel au Mac'do de Thiais.***

«... J'ai travaillé dans un peu tout. J'ai vendu des assurances. J'ai travaillé dans un bar. J'ai travaillé au Mac-do. J'ai été manutentionnaire. J'ai travaillé dans un centre de coiffure pendant un an. La coiffure ça me plaisait pas, la vente non plus. J'aime bien tout ce qui touchait le social, avec les personnes handicapées surtout. J'ai envie de le faire depuis l'âge de 14/15 ans, j'ai jamais eu la possibilité de le faire jusqu'à aujourd'hui.»

«...chez Mac do, on a un petit compteur sur la machine qui comptabilise le temps que tu mets pour passer une commande, le temps que tu mets pour assembler les produits sur le plateau. Quand t'as finis de travailler, ils sortent le rapport et tu te fais taper sur les doigts si t'as pas été assez vite.»

Q : Quels sont les problèmes que tu rencontres pour t'insérer, pour t'en sortir ?

«... Les problèmes ça a été, par exemple, pour rentrer dans les écoles pour faire la formation. Ils te demandent deux mois d'expérience minimum. Mais quand tu vas chercher cette expérience, j'ai écrit à toutes les mairies du Val de Marne par exemple, ils veulent pas te donner l'expérience parce que tu as pas de diplômes. Alors c'est un engrenage, ou alors faut le faire bénévolement. Mais quand on a un loyer à payer on peut pas le faire bénévolement. C'est tout un engrenage, t'as pas de diplôme, ils te donnent pas de travail. T'as pas les deux mois d'expérience, tu rentres pas dans la formation.»



## ZOHIR

---

***En mai 1998 Zohir à 19 ans, il vit chez ses parents et suit un stage. Il Travaille de temps en temps comme agent de sécurité pour le PSG. Il habite un quartier défavorisé de Maison-Alfort "la cité liberté"***

Q : tu faisais quoi ?

«... je faisais BEP vente, le commerce et puis, ça me dit rien quoi, trop de demande, y'a pas de débouchés, ça m'intéresse pas en plus de toute façon. Là, je me suis donné 3 mois, d'ici trois mois si je trouve pas de boulot et bien je vais au service militaire. Je vais pas rester ici dans le quartier, à galérer, ça me dit rien, si je trouve pas de boulot, je m'en vais à l'armée, je m'engage.»

«... Tout les jours on dirait, que, c'est la même journée! Je me réveille le matin, je regarde la boîte à lettres, j'ouvre le journal, parce que je suis abonné au parisien, je regarde les petites annonces à chaque fois que j'appelle on me dit non, c'est pas possible; on me dit passez. Quand je passe, l'entretien, y a rien du tout, voilà quoi !»

## CHRISTOPHE

---



***En juillet 1998, Christophe a 22 ans et habite une cité d'hébergement et de réinsertion sociale.***

Restez une journée chez soi, travailler le lendemain, ça m'intéresse pas trop. J'aime pas rester sans rien faire non plus.

Q : ça te pèse ?

"C'est un peu embêtant quand même, ça tape sur le système."

Q : de se sentir inutile, de rien faire ?

" De rien faire. On fait rien. On tourne en rond. On a des soucis, ça va pas trop bien dans la tête, mais bon. Il suffit de remonter un petit peu "

Q : Y'a un moment t'as dérapé ?

" C'est vrai qu'à un moment donné, c'était chaud. Je savais très bien que j'allais remonté. J'allais pas me laisser. J'ai beaucoup de volonté."

Q : T'as foncé ?

" Oui j'ai foncé, voilà."

## PHILIPPE

---



***Philippe a une trentaine d'année, il habite pour l'instant la cité Myriam.***

***Il souhaite se constituer un petit pécule pour financer l'accès à un logement. Trouver de nouveau un emploi stable dans l'aéronautique.***

Q: Et avant d'arriver dans le foyer que c'est il passé?

«... C'est un peu les conséquences de la drogue qui ont fait qu'avant je bossais dans une boîte d'aéronautique, j'avais un logement, j'étais syndicaliste dans une entreprise, la drogue a fait que j'ai dérapé complètement donc j'ai perdu mon travail, mon logement, et j'ai eu une petite incarcération qui fait que maintenant c'est un peu la galère.»

«...La prison ça fout à poil, ça ôte complètement son identité, quand je suis sorti je pouvais plus me présenter devant un employeur, j'avais l'impression que c'était marqué, ça se voyait que je sortais de prison et que j'avais de problèmes de drogues. On se dévalorise complètement.»

«... C'est par facile de vivre dans un foyer. Dès qu'il y a un problème dans une pièce, ça prend une dimension, t'es obligé de te sentir concerné. Tu entends quelqu'un hurler dans le couloir, ça t'agresse.

Q: Tu lis beaucoup toi ?

«... C'est une façon de m'isoler un peu d'ici, j'aime la lecture, ça me permet de me détendre, d'oublier un peu la situation dans laquelle je suis.»

# FICHE TECHNIQUE

BETACAM SP, 55', 1999

## COMMENT JE M'EN SORS?

De Roland MOREAU

Un film documentaire de 55 mn.

Thème : Insertion sociale et professionnelle.

### Prise de vue et prise de son :

Cyril MOUSSEIGNE

Saci OURABAH

Roland MOREAU

### Montage :

Roland MOREAU

### Réalisateur :

Roland MOREAU

### PRIX :

#### PRIX DES 10 MEILLEURS FILMS

Festival du film Médical des Entretiens de Bichat 1999

### FINANCEURS:

TELESSONNE

La CATHODE

CONSEIL GÉNÉRAL DU VAL DE MARNE

MINISTÈRE DES AFFAIRES SOCIALES

CNC (COSIP)

### Filmographie du réalisateur :

Réalisateur de fiction, de documentaire, de court-métrage, pour la télévision et le secteur institutionnel.  
Scénariste et Monteur.

### Principaux films :

99 « Comment je m'en sors ? » Documentaire

97 « C'est si bon » Court métrage

96 « L'homme qui marche » Long métrage

95 « L'espace du possible » Documentaire

93 « L'émeute silencieuse » Documentaire

90 « Une image pour les droits de l'homme »

87 « La croisée des chemins » Court métrage

86 « Vue sur la mer » Court métrage



Depuis 1986, l'association **La CATHODE** mène une activité importante de communication sociale en région parisienne autour de la collection UN FILM POUR EN PARLER (un catalogue de 22 films), des ATELIERS et de son SECTEUR DOCUMENTAIRE. La CATHODE s'est constituée en **laboratoire pour le lien social** en 1996 afin de "favoriser le lien social par les moyens de la recherche et de la création en utilisant en particulier les techniques de production de l'audiovisuel et du multimédia".

## LES ATELIERS

---

Les ateliers vidéo sont menés en partenariat étroit avec une structure d'accueil qui détache un enseignant ou un animateur. A cette occasion, nous créons un événement: ce moment particulier va provoquer de la parole et de nouvelles relations entré les participants. Ce travail d'intervention sociale, d'insertion et d'intégration nous met en lien direct avec les préoccupations des jeunes. Les ateliers menés dans les collèges, les lycées, dans les quartiers ou dans les centres de formation créent du **lien social** par l'événement local provoqué par la réalisation et la diffusion des films sur grand écran. Nos actions d'ateliers relayées par les associations locales nous ont permis de tisser de véritables liens de confiance avec les habitants des quartiers. Un constat : les talents existent, les sujets non-traités sont légions, et les non-dits ne demandent qu'à s'exprimer.

## LES DOCUMENTAIRES

---

Grâce aux films d'ateliers nous avons pu définir une méthodologie pour conduire des projets audio-visuel avec des publics en difficulté. En prolongement de nos actions avec les jeunes nous développons des sujets documentaires autour de **la communicaion sociale** en abordant des sujets sur la parentalité, les grossesses précoces des adolescentes ou l'histoire de l'éducation surveillée, l'histoire d'un immeuble parisien, etc...

Pour produire des films courts en vidéo légère, une structure comme La CATHODE permettant de fédérer les énergies, de concrétiser les envies et les rêves d'une génération de jeunes auteurs s'est révélée pertinente. La CATHODE de par la multiplicité des expériences qui la traversent et par les échanges qui se créent entre les réalisateurs et autour des films est le lieu privilégié pour produire des documentaires questionnant notre société.

## LA DISTRIBUTION

---

Les films de La CATHODE sont largement diffusés dans le secteur associatif de prévention. C'est avec une campagne élargie aux collèges et lycées ainsi qu'aux structures de santé que nous nous efforçons de toucher un public de plus en plus large. Des distributeurs nous relaient en régions (ADAV Non violence actualité, ERG, , le centre Didro...) et il est possible de trouver nos films dans des centres de documentation tels que la médiathèque de Belgique ou le CRIPS Rhône-Alpes. D'autre part les films de la collection sont évalués par le Comité Français d'Education à la Santé. Nous maîtrisons la vente de cassettes par correspondance et à terme nous pourront diffuser notre catalogue via le net et échanger du contenu autour des films. La mise en ligne du site internet de la CATHODE au printemps 2000 permettra la diffusion d'informations et le relai vers nos partenaires.

Participer à l'essor de ce nouveau média et l'utiliser pour mettre à disposition notre expérience sur les thèmes de l'éducation nous passionnent. Rentrer dans la communauté internaute renforce notre volonté de partage et d'échange.

## **UNE RESEAU DE TERRAIN**

---

La CATHODE travaille en partenariat avec un grand nombre d'institutions qui soutiennent régulièrement nos projets (Ministère des Affaires Sociales, D G S, F A S, F S E, Fondation Vivendi, Etc...) ainsi qu'avec les structures départementales, l'éducation nationale, les communes et les Associations de quartier. Installés en Seine Saint-Denis depuis 1991 nous avons développé un large réseau avec les Centres Sociaux, Les Missions Locales, les Colléges, les Associations travaillant dans les banlieues. Au contact des travailleurs sociaux, des professeurs, des animateurs, les réalisateurs et les techniciens sont en prises avec les réalités.

## **UN OUTIL DE PRODUCTION INTEGREE**

---

Nous avons créé un outil de production ouvert sur le monde associatif et les initiatives citoyennes. Innover dans le monde de l'audio-visuel, nécessite de se doter de moyens techniques de production autonome. La CATHODE a mis en place un **Centre de Ressource Audio-visuel** maîtrisant toutes les étapes de la production d'un projet; de sa conception à la distribution en passant par le tournage et le montage. Notre statut d'association nous a permis de créer une démarche de production originale basée sur la mise en commun des compétences et l'échange de savoir. Nous demandons aux créateurs de s'impliquer dans le développement de leur projet et la concrétisation de leurs films. Une quinzaine d'intemittents du spectacle ainsi qu'une équipe de 5 permanents constituent le noyau de la CATHODE.

## **LES FILMS 1999**

---

### **- 12 Films d' ATELIERS**

#### **- 5 Documentaires :**

- Dans un champ de fleurs de Ewa Kruk Granger primé aux entretiens de Bichat 1999
- Scénario Conjugal de Dominique Delattre
- Comment je m'en sors? de Roland Moreau primé aux entretiens de Bichat 1999
- Elle meurt pas la mort de Marinca Villanova sélectionné festival Autour de la Naissance
- Parlez moi d'amour de Chantal Briet

#### **- 5 Fictions et témoignages**

- La panne de Serge Salicetti
- Jusqu'ou je m'arrête de Sylvie Berrier
- Méli mélo de Dominique Delattre
- Tu seras responsable de Sylvie Berrier
- Photo de classe de Dominique Delattre