

**Université Pierre et Marie Curie**

**Psychomotricité :  
Expressivité du corps**

**Pratiques psychomotrices**

**Première année**

**2003 - 2004**

**Françoise Giromini**

**Mise à jour : 6 novembre 2003**



# Sommaire

3	<b>Sommaire</b>
5	<b>L'expressivité du corps en psychomotricité</b>
7	<b>Chapitre 1 : Introduction</b>
9	<b>Chapitre 2 : Perspective théorique</b>
9	2.1 Généralités
9	2.2 Le vécu corporel
10	2.3 L'expérience du corps propre
11	2.4 Genèse et développement de l'expressivité du corps
13	<b>Chapitre 3 : Pratique</b>
13	3.1 Le dialogue tonico-émotionnel
16	3.2 L'acte créateur
19	3.3 La représentation
19	3.3.1 La mémoire
20	3.3.2 L'écoute
21	3.3.3 L'énergie
21	3.3.4 la communication
22	3.3.5 Le personnage
22	3.4 Le cadre de travail
25	<b>Chapitre 4 : Bibliographie</b>



# L'expressivité du corps en psychomotricité

## Des éprouvés corporels aux systèmes de représentation : articulation théorico-pratique (exemples d'exercices)

« Mon corps est le lieu ou plutôt l'actualité même du phénomène d'expression ; en lui l'expérience visuelle et l'expérience auditive, par exemple, sont imprégnées l'une de l'autre et leur valeur expressive fondent l'unité antépédicative du monde perçu et, par elles, l'expression verbale et la signification intellectuelle... »

« Notre corps n'est pas seulement un espace expressif parmi tous les autres..., il est l'origine de tous les autres, le mouvement même d'expression, ce qui projette au-dehors les significations en leur donnant un lieu, ce qui fait qu'elles se mettent à exister comme des choses, sous nos mains, sous nos yeux. »

M. Merleau-Ponty  
Phénoménologie de la Perception

### Note liminaire

Nous avons préféré le terme d'expressivité du corps à celui d'expression corporelle, car, à nos yeux, il rend compte davantage dans la pratique de l'originalité de la pensée de Maurice Merleau Ponty à laquelle nous nous référons et à qui nous rendons, ici, hommage.



# Chapitre 1

## Introduction

Dans le cours concernant les concepts fondamentaux, nous avons vu que, en 1896, Bergson, dans Matière et Mémoire, décrit de façon intuitive, trois modèles de représentation du corps humain. Ces trois modèles vont devenir les principes conceptuels des trois grandes façons de penser le corps au XX<sup>ème</sup> siècle.

1. modèle de la psychanalyse, en ce qui concerne l'image du corps.
2. le modèle psychophysique, en ce qui concerne le cerveau.
3. le modèle de la phénoménologie, en ce qui concerne la chair et le corps en relation au monde.

### **En ce qui concerne la psychanalyse**

Freud, dès 1890, met l'accent sur l'image libidinale du corps.

Ce travail sera repris et complété par WALLON et LACAN trente ans plus tard ; ce dernier posera « le stade du miroir » comme aliénation du corps dans son image.

Pour Freud, ce corps est le lieu d'où s'inscrit le symbolique.

La dynamique du corps n'est pas prise en compte ici, ni sa relation au monde. C'est une relation entre perception/corps/image.

### **En ce qui concerne la psycho-physique**

Les progrès de la neurologie obligent les chercheurs à repenser les relations entre la matière et la mémoire.

James, en 1890, importe aux USA les travaux de WUNDT, en ce qui concerne les principes de la psychologie expérimentale.

Ces travaux président à l'avènement des sciences cognitives, des neuro-sciences et des sciences sociales.

Citons les travaux de J.P CHANGEUX (l'homme neuronal), et de J.D VINCENT pour la biologie contemporaine.

### **En ce qui concerne la phénoménologie**

HUSSERL, en 1907, fonde la phénoménologie en élaborant une théorie transcendantale du corps. Cette théorie sera reprise et développée par Merleau-Ponty et M. Henry.

C'est à partir de l'idée de corps vécu et de conscience du corps, issue de ce courant de réflexion phénoménologie, que s'inscrit le travail que je vais présenter maintenant.



# Chapitre 2

## Perspective théorique

### 2.1 Généralités

L'expressivité du corps rend compte de la capacité qu'à l'homme à exprimer à un autre homme (un alter ego), ses sentiments, ses émotions, ses affections, ses passions et ses pensées.

Ainsi posée, elle est incontournable de nos préoccupations puisque, spécialistes « du corps » c'est avec lui que, non seulement nous entrons en relation (ce qui est commun à tous), mais aussi, c'est avec lui, par lui et pour lui, que nous travaillons en psychomotricité.

Le corps est la médiation absolue de l'homme. C'est plus qu'un corps vivant, c'est un corps signifiant qui exprime le rapport immédiat que j'ai au monde.

Le corps est ce par quoi j'ai accès aux choses et ce par quoi il y a des objets. Il est l'unité de toutes mes orientations et de toutes mes représentations. C'est une ouverture primordiale à l'être qui permet d'être en contact avec le monde. Le corps propre se caractérise par un entrelacement, du senti et du sentir.

Le corps est un espace expressif d'un type particulier puisqu'il est à l'origine de toutes les autres formes d'espaces expressifs.

Cette façon de penser le corps comme propre de l'être humain, le distingue radicalement du corps biologique.

Il s'agit donc, ici, de poser le corps comme expérience originale et non comme instrument plus ou moins bien adapté aux nécessités de l'existence.

Nous allons donc essayer de penser le corps en terme de « corps vécu », non pas du dehors, mais du dedans, en nous efforçant (et il y a bien là un effort à faire) de penser le corps sans référence à une psyché (à un cogite lieu de la pensée, par opposition à un corps étendus). En d'autres termes, c'est du dualisme cartésien : pensée/sujet et corps/objet, que nous allons nous efforcer de sortir. Pour cela, nous allons nous installer dans ce que nous appelons le pré-objectif, c'est-à-dire dans l'analyse du vécu corporel et dans le rapport immédiat de la conscience avec les choses.

### 2.2 Le vécu corporel

Dans cette perspective, qu'est-ce qu'un vécu corporel ?

On peut dire que c'est ce qui a un sens pour moi.

Il se situe dans le champ de la perception. Car, percevoir c'est avoir un corps en rapport avec autrui. Il se situe dans le champ de la perception. Car, percevoir c'est avoir un corps en rapport avec autrui. Sentir, dans cette perspective, n'est ni un état de conscience, ni un fait intellectuel, ni une intuition (car la conscience est toujours « conscience de quelque chose »). C'est une expérience, dans le sens où tout mouvement est conscience de mouvement, de sorte qu'on peut dire, que toute perception est motrice, et que la motricité est synonyme « d'intentionnalité corporelle ». M. Merleau Ponty, posant le corps comme « véhicule de l'être au monde », nous dit en effet ceci : (in *phénoménologie de la perception*, p 402) : « l'expérience motrice de notre corps nous fournit la manière d'accéder au monde et à l'objet, une praktognosie qui doit être reconnue comme originale et peut-être originaire ».

Dans ce sens, la conscience existe par la motricité du corps. Mais c'est une motricité « ambiguë », car elle se comprend comme « puissance de signification ». Cette motricité ambiguë, Merleau-Ponty la nomme : « parole ou spontanéité » (in *prose du monde*, p.203).

Ainsi, l'opération expressive de la parole ou et du corps, prise à l'état naissant, établit non seulement une communauté de faire ; et se faire ; n'est pas défini par une intentionnalité d'actes (actes d'une conscience thétique<sup>1</sup>), mais par une intentionnalité opérante, située du côté du corps en tant que motricité.

Mais alors, si la parole, comme le geste, est insaisissable, notre réflexion devra se contenter de « laisser être » le corps ; c'est à dire, de le raconter selon un mode primordial d'expression, de telle façon que soient possibles une communication intercorporelle et une circulation de significations intelligibles.

Ce mode primordial d'expression n'est pas celui d'une terminologie du corps, marquée par la tradition, mais celui d'un rapport « charnel » au monde et à autrui. C'est cette notion qui désigne le rapport inédit de la parole au silence originaire du monde. C'est le « corps-en-situation » (comme le dit J.P Sartre - l'être et le néant) qui est la relation première de l'être au monde.

## 2.3 L'expérience du corps propre

Le point de départ se situe dans l'expérience du touchant-touché, où le corps, par une sorte de « réflexion » se rapporte à lui-même (Husserl, in *Méditations cartésiennes*, p 81).

Que veut dire le corps « se réfléchit » ?

Cela veut dire qu'il y a un « touché du touché » : quand ma main droite touche ma main gauche en train de toucher autre chose, la sensation est localisée, elle n'est pas constituée comme objet par une conscience de soi ; elle est une « esquisse », une « intériorité », c'est pourquoi la réversibilité du sentir est toujours immanente (vécue en moi), et ne peut se constituer en corps-objet, car le sentir s'incarne en tant qu'expérience au monde et ne peut s'accomplir que comme différence, sous la forme de sentir une différence, un écart, entre la main qui touche et la main touchée ; ce moment de la différence désigne la possibilité d'échanger les rôles de celui qui touche et de celui qui est touché.

1. Thétique de soi : la conscience se pose elle-même. Elle est conscience de soi.

Non thétique de soi : la conscience ne pose pas elle-même, elle n'est pas cause de soi, mais conscience de quelque chose.

Cette expérience du corps n'est, ni pure intériorité, ni une pure extériorité.

Cette expérience du toucher vaut pour le regard en vertu de l'unité du corps propre ; en effet, nous retrouvons le tactile sous le visible (en tant que nous concevons une unité des sens).

La vision, pas plus que le toucher, n'est pas un passage d'un dedans dans un dehors, ou d'un dehors dans un dedans. C'est une présence objective du corps « dans » le monde ; c'est du voyant-visible et du sentant sensible.

Cette notion de réversibilité du sentir et du visible signifie que « je suis visible parce que je suis voyant, et voyant parce que je suis visible ». « Voir, ce n'est pas voir le dehors, le contour d'un « corps-forme » habité, mais c'est d'être vu par lui de telle sorte qu'on ne sait plus qui est vu et qui voit ». (Merleau-Ponty in *Le Visible et L'Invisible*, p 183, 204).

C'est parce que je suis voyant-visible et parce qu'il y a une réflexibilité du sensible (que le miroir traduit et redouble), que ce phénomène renvoie au miroir et devient une ouverture immédiate au monde.

Ainsi, le corps pensé à partir de la praxis est ressaisie comme identité de la perception et de la motricité. Ce déplacement de l'agir à la motricité montre le corps comme principe unitaire de l'expérience et comme condition de possibilité d'une perception évidente du monde, en deçà de la pensée.

Dans ce sens, l'expressivité du corps renvoie au rapport direct à l'autre, dans la mesure où l'expérience d'autrui est aussi importante que l'expérience du corps propre. « Je vais avec autrui », dit Merleau-Ponty, et cet autrui, apparaît à travers mon prisme personnel comme ce qui me forme et ce qui me transforme. Il y a aussi dans le sens où je m'exprime avec l'autre, pour l'autre et par l'autre.

## 2.4 Genèse et développement de l'expressivité du corps

Les données de la maturation et de la fonction tonique, ainsi que les niveaux sensoriels et affectifs, sont des moyens de percevoir, mais ne sont pas la perception elle-même.

L'expressivité est toujours une façon pour le corps de produire des ouvertures et des ruptures.

Dans cette perspective, nous pouvons dire que la perception fait surgir en elle une expressivité qui se substitue à une présence manquante : cela pourrait être l'origine même de la symbolisation.

Au moment de l'édification de l'identité il y a une transformation radicale de l'expressivité du corps de l'enfant qui s'enrichit de nouvelles possibilités. Dès la deuxième année, au cours de l'acquisition de la maîtrise qui, dès lors, se réfère ipso facto à son image spéculaire.

Il peut alors y avoir une sorte de « trucage » lié à la pulsion scopique qui va provoquer une théâtralité de comportement (qui peut être excessive). Néanmoins, cette expressivité se fait création de fiction, et crée une double polarité, impulsive et expressive, déterminée par autrui. Dès lors, l'expressivité du corps devient signe de communication interhumaine.

Cette perspective ontogénétique de l'expressivité humaine se situe au cœur de la pratique psychomotrice. C'est ce que nous allons montrer maintenant en décrivant quelques exercices pratiques de mises en situation de l'expressivité du corps.



# Chapitre 3

## Pratique

Dans la pratique psychomotrice, l'expressivité du corps en tant que technique du soin en psychiatrie acquiert un sens, dans la mesure où l'être humain, fragilisé par sa maladie, devient moins apte à vivre et à exprimer, avec son corps, les afférentes sensorielles de la vie quotidienne.

L'idée générale consiste donc à faire en sorte que les patients redécouvrent les potentialités imaginaires de leur corps afin de les transformer, au moyen de l'expressivité, en représentations symboliques.

Comment faire ?

Nous allons utiliser toutes les possibilités expressives que nous avons à disposition dans notre corps. Soit :

- La voix et la musique ;
- Le toucher ;
- Le regard ;
- Le mouvement.

Conviant, non seulement, à la découverte de la multiplicité du fonctionnement corporel, mais présidant aussi, à travers leurs articulations réciproques, à la mise en place d'actes créateurs qui comme tels, deviennent alors signifiants de la langue.

Ainsi, on peut dire que se sont véritablement des « paroles du corps » qui s'expriment au cours de ce travail.

### Contenu des séances

Il porte sur trois axes :

- A. **Le dialogue tonico-émotionnel**
- B. **L'acte créateur**
- C. **La représentation**

Il y a une progression à la fois, dans le cadre de chaque séance et dans la succession des séances. Il est donc utile de respecter l'ordre des trois axes.

Néanmoins, il est possible, dans le cadre d'une même séance, de travailler successivement ces trois axes, en respectant la progression, naturellement.

## 3.1 Le dialogue tonico-émotionnel

Présidant au dialogue Tonico-Emotionnel, nous engageons les premières séances par une série

d'exercices sur le toucher.

## Le toucher

### 1. les sensations corporelles - Exemple -

Allongé au sol, dans la posture que l'on veut (sur le dos, sur le ventre, sur le côté, etc...). Il s'agit de sentir :

- le sol qui vous porte
- la peau, le vêtement
- le froid ou la chaleur
- la respiration
- le lourd et le léger
- etc...

On est à l'écoute des sensations corporelles ; d'une certaine façon on essaye de sentir « vivre » son corps. Il s'agit, non seulement de percevoir les sensations corporelles, d'être à l'écoute de leur existence, mais il s'agit aussi de repérer les zones muettes du corps ; celles qu'on ne sent pas, ou mal. Ce qui est connu ou inconnu de son corps. Tout autant que ce qu'on aime ou ce qu'on déteste... Est-ce agréable, désagréable ? Non seulement, il s'agit d'éprouver les qualités perceptivo-sensorielles de son corps, mais il est demandé également, de mettre « en mémoire » le vécu corporel, car à la fin de chaque séance ces expériences se « mettront en mots ». Il s'agira alors de confronter l'éprouver du corps à sa mémoire.

Parler de son corps n'est pas facile : c'est un premier pas vers la représentation symbolique.

L'essentiel n'étant pas de « tout » sentir (car « tout » sentir équivaldrait à prendre son corps pour un ordinateur), l'essentiel est de « prendre conscience ».

Nous pouvons dire ici : « prendre corps » ; de ses trous, de ses vides, de ses absences, de ses difficultés ; et d'accepter qu'il y ait dans les sensations corporelles des failles, identiques à celles qui émaillent le discours.

### 2. L'enveloppe corporelle - Exemple -

Il s'agit d'explorer son corps avec d'autres parties du corps, de telle façon que l'on puisse modifier les sensations qualitatives de l'enveloppe corporelle.

Cet exercice inaugure la prise de conscience du mouvement. Il révèle la qualité tonique du corps propre et met en jeu le couple activo-passif : « toucher - être touché ». Il délimite ainsi l'espace typologique du corps et nous invite à explorer son espace proche.

### 3. Espace du corps par rapport à l'espace proche

Il s'agit de sentir la circulation de l'air, sa fluidité et ses résistances sur la peau, afin d'arriver aux limites de l'exploration de l'espace sans déplacement du corps.

### 4. L'espace environnant - Exemple

Le corps se déplace et, petit à petit, explore l'ensemble de l'espace de la pièce, y compris les objets et les autres participants situés sur son trajet.

Arrêt, retrait, départ, rencontre, évitement : il s'agit d'aller à la découverte de ses ca-

pacités à toucher, à être touché, à se laisser ou non touché, etc...

Puis, progressivement, on revient à la sensation de son espace corporel personnel.

Là, s'expérimente le premier rapport à l'autre, la découverte de sa singularité et de son altérité essentielle.

## Le regard

C'est à travers le regard de l'autre que l'on se voit. C'est dans cet esprit que nous proposons une série d'exercices invitant à la découverte de son propre regard pris dans le regard de l'autre.

### 1. La découverte du regard :

- se regarder
- regarder
- être regardé

Exemple : se regarder de près, de loin, s'inviter, s'éviter, s'approcher, se repousser, Ces exercices peuvent se réaliser, deux par deux, en groupe ou seul face au miroir ; le corps accompagne toujours l'expression du regard.

### 2. La qualité du regard

**Exemple** : les regards peuvent être fuyants, obscurs, séduisants, amusés, orageux, transparents, limpides...

Il s'agit ici de découvrir toutes les possibilités expressives du regard.

C'est au-delà du voir que se trouve le regard.

## La voix

La voix ne sert pas seulement à parler, par sa modulation tonale elle exprime aussi bien, l'accord, le désaccord, l'impatience, la souffrance, la joie... Et si, souvent, le signifié de la langue vient à en masquer ses qualités expressives, les exercices proposés invitent à faire apparaître sa dimension cachée.

Il s'agit bien ici d'explorer le fait que la source de la voix soit le corps.

Nous travaillons successivement : le souffle, le son, l'harmonie

### Le souffle

**Exemple** : allongé au sol, sur le dos, nous expérimentons les variations de la respiration dans son intensité et sa durée.

### Le son

**Exemple** : assis, les yeux fermés, nous explorons le monde sonore, de façon forte ou faible, continue ou discontinue... Nous utilisons les voyelles, les consonnes, les onomatopées... Nous explorons le crescendo et le diminuendo de la voix, sa tessiture, son timbre...

### L'harmonie

**Exemple** : debout, les yeux fermés, il s'agit de se déplacer dans l'espace en émettant, « mezzo-voce », un son continu. S'il advient que durant son parcours on rencontre « un autre son », après un arrêt probable, il sera nécessaire de se mettre à l'écoute de l'autre et de tenter de s'y accorder ; le tout en réciprocité, bien entendu.

De manière succincte et à titre indicatif, nous avons fait apparaître, à travers l'exposé de certains exercices, l'importance de la découverte des sensations corporelles.

Celles-ci instaurent la construction d'un dialogue tonico-émotionnel, qui, pour diverses raisons, a pu ou non s'inscrire, ou bien s'inscrire mal et douloureusement dans la vie des patients.

**Exemple :**

C'est ainsi, et dans cette direction, que nous sommes amenés à proposer un exercice qui engage un véritable dialogue tonico-émotionnel et où sont mis en jeu, simultanément, le toucher, le regard et la voix. Cet exercice se conduit à deux.

Un des deux participants se place dans une posture qui va évoquer pour lui, au plus près, une difficulté corporelle à communiquer avec l'autre. C'est une sorte de posture de « fermeture au monde ». Toutefois le participant est prêt à l'échange avec l'autre. Pour peu qu'il rencontre quelqu'un qui sache en trouver « la clef ».

Le partenaire doit d'abord observer la posture du premier sans le toucher ni lui parler. Il doit trouver corporellement le moyen d'entrer en communication avec lui, et, dans une attente essentielle, s'en inspirer pour lui-même. Ce temps d'attente est le plus important de l'exercice car il va déterminer la façon dont aura lieu la prise de contact avec l'autre.

Puis vient le début de la rencontre, dans un premier temps à l'aide du toucher, et ensuite si on le désire, avec la modulation vocale.

Petit à petit la rencontre pourra ainsi s'établir et le dialogue s'instaurer. (Quelquefois la rencontre « n'a pas lieu ») et cela permet au premier participant de « s'ouvrir » à l'autre, littéralement.

Ces engagements corporels serviront de support aux actes créateurs et à leurs représentations.

## 3.2 L'acte créateur

Qu'est-ce qu'un acte ?

Ce n'est pas seulement un mouvement intentionnel adapté à un but.

C'est plus que cela. Par sa mise en action, il est le résultat tangible du mouvement de la pensée. Son instrument est encore le corps.

L'acte créateur se nomme : poésie, danse, musique, peinture, sculpture, théâtre... Il n'imité rien, ne reproduit rien. Il est unique. Il exprime les idées, les images de la pensée, en les structurant, en les organisant dans un espace et un temps particulier. Il est inhérent à la condition humaine. Nous avons dit que l'instrument de la création est le corps.

Et comme avec tout instrument, nous allons apprendre quelles sont ses ressources afin de l'approprier, afin de déployer ses possibilités créatrices, et « l'exploiter » de telle façon que l'on puisse « en jouer ».

Un premier temps passe donc par l'apprentissage technique. Un second temps est consacré à l'acte créateur lui-même.

### a. la technique

Il y a 8 mouvements fondamentaux qui régissent l'ensemble de toutes les possibilités expressives du corps. Ils constituent « l'alphabet du corps ». Ils sont répartis en deux groupes de quatre mouvements. Les deux groupes sont divisés de la façon suivante :

LIEU

- Les mouvements « centraux » ont leur point de départ au niveau du « centre » du corps ; (bassin, colonne vertébrale, ventre)

- Les mouvements « périphériques » qui ont leur point de départ au niveau de la tête, des bras ou des jambes.

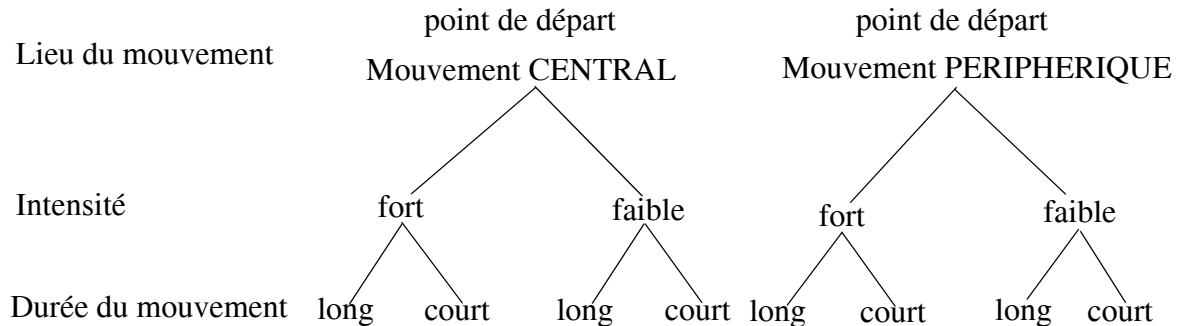
### INTENSITE

Ces mouvements peuvent avoir une qualité tonique variable ; ils peuvent être « forts » ou « faibles » dans leur intensité.

### DUREE

D'autre part, ils peuvent être « longs » ou « brefs ». C'est la relation du corps au « temps ».

La combinaison de ces différentes possibilités donne le tableau suivant :



C'est à partir de la connaissance de cet « alphabet » que toute création corporelle devient possible ; En effet, il suffit ensuite d'inventer, de créer différentes combinaisons en utilisant les contrastes, les variables et les nuances.

Mais un corps purement technique est un corps vide. C'est l'acte créateur qui le remplit, et qui lui donne son sens.

### b. l'Acte créateur

Sur le fond « technique » vient se mettre « la couleur ».

Ici, la couleur, c'est l'expressivité corporelle elle-même. C'est à dire, le sens qui se révèle lors de la création.

Il y a alors adéquation entre l'instrument (et la connaissance que l'on en a) et la façon dont nous allons l'utiliser pour dire quelque chose à quelqu'un.

La différence, ici, est que l'on s'adresse à un autre, avec une intention et un but : l'acte créateur dit toujours quelque chose.

C'est une interprétation du mouvement de la pensée.

Il est extrêmement important de développer et de favoriser par tous les moyens possibles l'expression créatrice des patients.

En effet, ce qui risque d'être « bloqué » au niveau de la parole, peut se dire avec le corps, dans une dynamique de création ; car, exprimer corporellement est une autre façon de parler ; plus métaphorique, plus polysémique, plus difficilement interprétable, mais tout aussi riche et féconde que la parole. Toutefois, la création n'est pas improvisation. Elle sort de soi, puis prend une forme particulière, et c'est sa rencontre avec la technique qui en fait une création.

La création est donc bien un acte de représentation symbolique des idées, des images, des fantaisies... ; et à ce titre elle n'échappe pas aux règles qui la régissent.

Ainsi, on peut dire que l'acte créateur est le résultat :

- d'une élaboration
- d'une mise en forme ou construction
- d'une représentation

Et qu'il possède deux facettes indissociables : un aspect formel, un aspect relationnel

**Exemple : « jeux de mains »**

- Aspect formel du mouvement

C'est un jeu de mains à plusieurs ; il s'agit d'exploiter toutes les possibilités de jeu avec les mains, dans les trois dimensions de l'espace, par rapport aux axes, aux jeux de miroir, etc...

- Aspect relationnel du mouvement

Il s'agit là d'exploiter toutes les possibilités de rencontre (ou de non-rencontre) avec l'autre.

Si nous réunissons ces deux séries d'exercices, nous obtenons un acte créateur global, où le patient peut exprimer ses émotions et ses idées par l'intermédiaire d'une forme. Cette forme permet aux émotions de se donner corps.

Ainsi, symbolisées, distanciées, elles peuvent se dire sans se détruire ; et la rencontre avec l'autre devient possible. Ainsi médiatisée, cette forme ne présente aucun danger. De plus, elle peut dès lors s'inscrire dans un récit, elle peut s'historiciser.

Il est possible d'utiliser d'autres médiateurs que le corps pour développer les capacités expressives des patients (comme la musique ou la peinture), puis de les inviter à passer d'un registre expressif à un autre. En fait, il s'agit de leur proposer de produire des signes, soit avec les mouvements du corps, la voix, les instruments de musique, ou la peinture.

**Exemple :**

C'est un travail de groupe.

Assis en cercle, je propose à chacun de faire, sans réfléchir, un geste, en laissant « parler le corps ».

Le groupe, ensuite, est amené à reproduire les gestes de chaque participant, dans un ordre défini.

En fonction du désir exprimé par le groupe, cet exercice peut avoir comme point de départ, encore une fois et indifféremment, la musique, la voix ou la peinture.

L'essentiel reste de construire une œuvre collective où chacun peut y reconnaître sa marque. En effet, les signes produits sont ceux d'une communication constituant un discours spécifique dans lequel il est possible de raconter sa souffrance corporelle, ses inhibitions, ses traumatismes, en utilisant, à chaque fois, « une parole » différente.

En introduisant un ordre successif ces productions aléatoires s'organisent en suite ordonnée. Dès lors, celle ci appartient à l'ordre symbolique où chacun des participants est, à la fois, porteur du geste qu'il a créé et en même temps porteur de la mémoire collective.

Ainsi, en partant d'un agi élémentaire on aboutit à une représentation en acte, rendue possible par l'introduction de l'ordonnement.

Par ailleurs, cette communication créatrice instaure la mise en place de la mémoire qui conduit à une expression structurée de l'imaginaire.

## 3.3 La représentation

La fonction de représentation inclut la mémoire et le temps.

Elle est subordonnée à la relation. En effet, toute représentation suppose au moins, un acteur et un spectateur. Or la dialectique du voir/être vu constitue à la fois un plaisir et une inhibition de l'expressivité du corps. Ce travail sur la représentation va permettre au patient, de confronter son moi au regard de l'autre. Ce que le patient éprouver dans ce travail, c'est sa facilité ou sa difficulté à être sous le regard de l'autre.

### 3.3.1 La mémoire

#### a. la mémoire sensorielle

L'imagination agit en fonction de trois facteurs qui s'interpénètrent et qui éveillent des réactions : sensorielles, émotionnelles, et motrices.

Une manière de mettre à distance ces réactions est de travailler sur une grande concentration. Dans un premier temps, celle-ci sera engendrée par des exercices sur des objets se rapportant à la mémoire des sens. Ces objets peuvent être matériels ou imaginaires, ou bien encore, empruntés à la mémoire sensorielle.

Exemple :

- Travail sur le souvenir : sensations du corps au froid, au chaud, à la douleur, au goût, etc...
- Travail sur les habitudes : maquillage, rasage, habillage, déshabillage, etc...
- Travail sur le miroir : jeux avec sa propre image et son double, etc...
- Travail sur les vêtements : accumulations « styles marchand-d'eau », ou détournements de leur utilisation originelle, etc...
- Travail sur les contraires : la traversée des âges de la vie, etc...
- Travail sur le plaisir ou le déplaisir, etc...

#### b. la mémoire affective

La mémoire affective engage le patient personnellement à travers le souvenir de l'émotion et de la sensation.

Exemples :

##### « la boîte de Pandora »

Dans cette boîte ont été placés des objets divers appartenant à des registres très différents les uns des autres.

A la suite d'une série de consignes particulières, il s'agit de commenter, objet par objet, et de manière réelle ou imaginaire, la sortie du contenu, et d'inventer dans un jeu-sur-le-jeu une histoire qui devra se développer jusqu'au retour de l'ultime objet dans la boîte.

##### « l'objet intime »

A l'issue d'une série de consignes particulières, il est proposé, à partir d'un objet intime, c'est-à-dire que l'on porte sur soi, de développer une histoire. Cette dernière peut

tout aussi bien être réelle qu'imaginaire et s'en tenir soit à l'objet lui-même soit à une dérive, explicite ou non.

### 3.3.2 L'écoute

L'écoute de l'autre est essentielle pour l'écoute de soi-même.

Outre un travail sur la mémoire et la concentration, c'est un travail sur l'attention qui s'élabore ici.

Exemple :

#### La chaise

##### Mise ne situation corporelle avec un objet

Un objet fixe, ce peut être une chaise par exemple, se trouve de ma manière extrêmement précise dans un espace rigoureusement délimité.

Il s'agira d'entrer en relation avec cet objet en explorant du simple au plus complexe, l'ensemble des degrés possible qui régissent toute relation. C'est également une recherche de l'économie de, l'observation, et sur le « sens » des origines de l'objet.

##### Développement

Dans un savant tricotage impliquant chacun des participants dans un ordre défini, il s'agira d'avoir face à cet objet et avec lui, une relation simple, relation tantôt reproduite en calque, tantôt inspirée et prolongée.

Le tout impliquant dans une succession ininterrompue d'intervenants, d'être à l'écoute profonde des autres, d'en devenir l'interprète et, dans le prolongement d'accepter l'idée que « ce que j'ai à dire peut tout autant être écouté et entendu par les autres ».

Dans cette perspective, voici une dernière série d'exercices favorisant la rencontre, le dialogue et l'échange.

#### A. Aspect formel

(Ce travail se conduit en 4 temps)

##### 1. la recherche de la forme

Je demande d'expérimenter toutes les possibilités qu'à le corps de traduire les mots : « ouvert et fermé », « grand et petit », « long et large », etc...

C'est une situation d'improvisation corporelle réalisée à partir d'une idée élémentaire se réduisant à un couple de mots.

##### 2. la réduction de la production

Je demande ensuite, de ne garder qu'une seule production, celle qui semble la plus adéquate - pour chacun - à l'idée du couple de mots.

C'est un véritable travail d'épuration qui permet de passer de l'improvisation à la création.

##### 3. la répétition

Il s'agit de répéter cette unique production de façon à ce qu'elle se mémorise dans le corps

##### 4. l'ornementation

A l'intérieur de cette production, on peut introduire ce qu'on appelle des ornements

(comme par exemple en musique).

### B. Aspect émotionnel

Mais l'acte créateur ainsi réalisé et mémorisé se trouve sur son versant formel. Il est donc indispensable dès lors, de le reprendre sous son aspect « émotionnel ».

Le mot « fermé », par exemple, peut évoquer le repli sur soi, la difficulté de communication, etc... ; tandis que le mot « ouvert » peut évoquer la rencontre, l'échange possible, etc...

C'est ainsi que nous allons travailler sur l'interprétation personnelle, sur la tonalité et sur la couleur affective.

Nous remplissons la forme. Le geste se personnalise et devient ainsi une expression singulière.

Paradoxalement, il s'agit moins de confrontation que de perte de sa mémoire dans celle des autres afin de laisser émerger la sienne propre.

Néanmoins on retrouve souvent la sensation de n'avoir pu réaliser ce qu'on aurait voulu faire et d'avoir été détourné de son projet initial par le regard des autres.

## 3.3.3 L'énergie

Liée à l'écoute, elle oblige l'engagement physique des patients et prend en compte la dimension de l'espace.

### Exemples :

#### « Seul contre tous »

Placés dans la plus grande diagonale possible, le groupe face à un seul participant. Individuellement chacun des membres du groupe, dans un déplacement rapide, viendra proposer au solitaire une très brève action, sorte de question qui appelle une réponse. En réponse le provoqué s'inclut dans la question qui appelle une réponse. En réponse le provoqué s'inclut dans la question, en devient le complément et toujours corporellement, propose rapidement une solution aussi claire et simple que possible. Ici chacun sera reçu comme il inspire.

#### « Le radeau »

Au sol est inscrit un espace tout juste assez grand pour contenir l'ensemble des participants très serrés les uns contre les autres.

Après une série de consignes bien particulières, chacun aboutira, en fin de parcours, dans l'espace (qui peut alors représenter le seul lien de « sauvetage », après un naufrage par exemple) qui par suite du nombre, est de plus en plus difficile d'accès. Etc...

Il est intéressant d'observer la façon dont l'écoute de l'autre disparaît au fur et à mesure du resserrement de l'espace et les réactions que cela suscite.

## 3.3.4 la communication

Il s'agit de tenter de se comprendre au-delà de la langue.

### Exemples :

**« le sac de voyage »**

Il est demandé à chacun d'utiliser sa langue maternelle pour raconter une histoire, réelle ou imaginaire, qui s'élabore en fonction de la sortie du sac des divers objets et vêtements que celui-ci renferme. Il y a là inspiration puis détournement à son profit du hasard, ce dernier structurant de fait le déroulement du récit. La fin est déterminée par le « retour » du dernier objet à l'intérieur du « sac de voyage ».

**« le langage inventé »**

A partir d'une série d'exercices sur la respiration, la voix les onomatopées, le chant, etc..., il s'agit d'élaborer un langage inventé, « compréhensible » et appartenant à tout le groupe, à travers lequel la communication devient réelle et intense.

Parce que l'imagination utilise à la fois, la mémoire émotionnelle et le corps, cette communication peut devenir source de plaisir, puisqu'elle est, au même instant, l'expression d'un autre et de soi-même. Parce qu'enfin elle fait reculer ses propres limites en donnant une conscience objective au phénomène.

### 3.3.5 Le personnage

Endosser « un personnage » peut curieusement permettre de se trouver soi-même.

C'est la partie la plus élaborée de ce travail sur la représentation car il suscite, dans sa prise de rôle, la distanciation du sujet par rapport à lui-même.

**Exemple :****« Le tableau »**

sera présenté au groupe une série de reproductions de tableaux de peintres anciens ou contemporains, figuratifs ou abstraits. La scène représentée ou l'assemblage des couleurs, en totalité ou par fragments, sera envisagée comme la dernière image d'un film, dont il sera proposé aux participants, en groupes ou individuellement, de représenter, en séquence jouée, parlée, chantée, dansée, etc..., la reconstitution des instants qui ont précédé l'histoire dont le tableau n'est qu'une « image arrêtée ».

Ce travail permet un développement global des facultés créatrices et expressives des patients, dans le sens où il met « en jeu », à la fois, la mémoire sensorielle et affective, l'écoute, l'énergie et enfin, la communication dans le respect de soi et de l'autre.

## 3.4 Le cadre de travail

- Le lieu  
Il est important d'avoir une salle de 30 m<sup>2</sup> au minimum, réservée au travail corporel, et comportant une moquette des coussins. Il est nécessaire que cette salle soit chaleureuse, accueillante et esthétiquement belle, car, il va « se jouer là » quelque chose du plaisir et de la beauté « en plus » est nécessaire.
- Le temps

Une heure par semaine, ou davantage selon l'organisation et l'orientation du travail de l'équipe institutionnelle.

- Les participants

6 à 8 patients (au maximum)/hommes et femmes d'âges différents

1 ou 2 infirmiers de référents

1 psychomotricien

Soit environ 10 personnes en tout.

Tous les participants travaillent corporellement, y compris le psychomotricien. En effet, l'engagement corporel de tous constitue une des spécificités de ce travail (Il s'agit de se voir voyant et non pas simplement de voir ou bien d'être vu).

- Les réunions de synthèses

Elles ont lieu régulièrement. Les infirmiers et les psychomotriciens y rendent compte de l'évolution de leur travail.

De cette façon, le travail corporel prend tout son sens et s'inscrit dans l'orientation thérapeutique générale des équipes institutionnelles.



# Chapitre 4

## Bibliographie

<b>B. ANDRIEU</b>	<b>Le corps dispersé</b>	<b>(Ed. L'harmattan 1993)</b>
<b>M. BERNARD</b>	<b>L'expressivité du corps</b>	<b>(Ed. Delarge 1976)</b>
<b>J-C GODDARD ET M.LABRUNE (sous la direc- tion de)</b>	<b>Le corps</b>	<b>(Ed.Vrin Intégrales1992)</b>
<b>M. RICHIR</b>	<b>Le corps</b>	<b>(Ed Optiques Hatier1993)</b>