

Benoit LESAGE
5, rue de la côte du moulin,
25 370 Le Moulin Sous Jougne
06 74 51 37 84
E-Mail : benoit.lesage@irpecor.com

Texte d'une intervention pour un colloque à
l'université de Brest (non publié)

DANSE-THERAPIE ET DIALOGUE CORPOREL : EXPERIENCES AVEC DES ENFANTS POLYHANDICAPEES

Depuis bientôt huit ans se déroulent dans diverses institutions franc-comtoises et suisses romandes des séances généralement hebdomadaires dites de *danse-thérapie et dialogue corporel*. Il ne s'agit pas d'une méthode -encore moins de la miennel -, mais d'une tentative d'instaurer un dialogue sur un terrain autre que celui de la rééducation ou de l'éducatif, activités qui me semblent au demeurant absolument indispensables. Le point de départ est celui des éprouvés corporels, de la mobilisation psychique qui peut résulter d'une approche sensori-motrice qui inclue la musique, le rythme et le mouvement avec ses composantes spatiales, temporelles et énergétiques. A vrai dire, le tout premier motif était fort simple : est-ce qu'en tant que danseur intéressé aux techniques dites de conscience du corps (type eutonie, FELDENKRAIS...), sachant toucher et écouter le corps selon ma formation spécifique, je peux rencontrer des personnes handicapées et leur amener quelque chose, ne fut-ce qu'un peu de diversité dans leur quotidien?...

LA DANSE, QUELLE DANSE ?

Il peut sembler à priori incongru de penser que nous puissions proposer une expérience de la danse à des partenaires polyhandicapés. L'extrême restriction sensori-motrice qui fige leur expression leur interdit certes les pirouettes, sauts et autres gracieusetés qui caractérisent les représentations culturelles les plus courantes de la danse. Sans doute faut-il dans un premier temps nous attaquer à ces représentations qui nous enferment dans une vision restreinte, limitée à un contexte socioculturel précis. Le débat est plus aigu qu'il peut y paraître de l'extérieur, tant il est vrai qu'au sein du monde des danseurs professionnels les passions se déchaînent encore parfois pour définir ce qui est danse et ce qui ne l'est pas, pour exclure tel style ou ne retenir que tel autre, posé comme référence suprême... Un regard plus anthropologique, au delà de notre sphère locale, nous conduit à considérer plutôt que *la* danse, *l'acte de danser*, l'expérience d'un état psychocorporel qui porte le *danseur* à s'éprouver dans un certain rapport mouvant au temps, à l'espace et, partant, à autrui. Le piétinement des berbères en ligne au son des tambourins, pratiquement sans aucun déplacement, est *leur* danse, tout comme les "éclats de danse" que constituent les courtes séquences faites principalement de bonds successifs de certains aborigènes australiens.

Si j'évoque ces exemples minimaux, ce n'est pas pour réduire la danse à une activité simple, qui serait par exemple de l'ordre de la pulsation, ce qui me permettrait un peu trop facilement de la rendre accessible à tous. Les défilés militaires et les activités mécaniques répétitives nous montrent qu'il ne suffit pas de cadencer pour danser. Il faut qu'autre chose se passe ou en advienne, qui a trait à la conscience du sujet. GHYKA, qui s'est intéressé aux rythmes de la nature, distingue formellement la métrique ou rythme statique du rythme dynamique, "asymétrique, avec des lames de fond inattendues, reflet du souffle même de la vie..."¹. Les pionniers de la danse moderne ont exalté dans la danse une alternance entre deux pôles qui renvoient chacun à une position particulière du sujet : c'est le *fall / recovery* de Doris HUMPHREY qui inscrit la danse dans le "voyage entre deux morts", entre deux points d'inertie qui sont pour elle le corps tombé, écrasé sur le sol, et le corps érigé, figé dans sa verticalité sans faille². Avant elle, ceux qu'on désigne comme précurseurs de la danse insistent aussi sur cette fluctuation capitale qui se joue tant dans l'espace que dans le temps et surtout dans l'énergie, à travers un cycle tonique. Citons DELSARTE qui comprend la danse comme un jeu de dilatations-rétractations, de flux centrifuges et centripètes, organisés à partir d'un centre³. DALCROZE pointe également les élans et respirations qui font de la danse une dynamique où le sujet se joue et dit quelque chose de lui même, en le portant à l'existence. Quant à LABAN, il établit sa systématique du mouvement à partir d'oppositions énergétiques, spatiales et temporelles, qui organisent l'expression⁴. Si je m'attarde quelque peu à citer ces éléments relativement techniques, c'est pour montrer que l'expérience *danser* renvoie à des fondamentaux qui n'impliquent pas une optimalité motrice et encore moins une quelconque virtuosité.

UN CORPS INERTE, A-TEMPOREL, A-SPATIAL

SCHILDER soulignait que le plaisir de la danse tient notamment à ce qu'elle change les limites du corps, tout au moins qu'elle brise la rigidité d'une image du corps qui tend à se figer dans la pathologie⁵. Nous sommes tous affrontés à *la dialectique du même et de l'autre*, et nous jouissons de l'aller-retour entre décalage et restauration d'une structure, dialectique identitaire fondamentale également soulignée par Paul RICOEUR⁶.

Or un trait particulièrement frappant chez les personnes polyhandicapées est leur rigidité. La fixation tonique les prive d'une liberté de mouvement et les confine dans un registre postural très pauvre. L'excès habituel de tensions inhibe l'essentiel de leurs gestes. L'espace du

¹ GHYKA C. MATILA (1938) Essai sur le rythme, Gallimard (14° ed) p.84.

² HUMPHREY D. (1990) construire la danse, Ed Bernard Coutaz (Arles), (1° Ed 1959) v.p.119

³ PORTE A. (1992) François DELSARTE, une anthologie, ED IPMC (Paris).

⁴ BARIL J. (1977) La danse moderne, Vigot (sport + enseignement).

⁵ SCHILDER P. (1984) L'image du corps, Paris, Gallimard (TEL 53) (1° ed 1935) p.223

⁶ RICOEUR P. (1990) Soi-même comme un autre, SEUIL.

mouvement se réduit à l'extrême, de même que la temporalité qui se déroule sans les accents, temps forts et faibles, qui font la mélodie cinétique. Inerte, a-spatial et a-temporel, leur corps ne supporte pas un registre expressif et relationnel nuancé.

Le processus de rassemblement et d'identification que nous observons chez le bébé lors de sa première année suppose une construction conjointe d'un *soi* qui est spatial, temporel et énergétique :

La **qualité énergétique** est liée à la vigilance, qui rejoint la notion phénoménologique de *présence*⁷. Elle renvoie au tonus, c'est-à-dire au *prêt à...* WALLON puis AJURIAGUERRA ont décrit le dialogue qui s'instaure sur la base des fluctuations de ce tonus, corrélé aux états végétatifs et émotionnels, entre le nourrisson et sa mère.

La **spatialité** naît de la distinction d'un dedans et d'un dehors, puis de la polarisation des directions et la construction des plans, dont LABAN a exploré les valeurs expressives⁸. La liberté de mouvement spatial s'ancre dans une liberté posturale, une capacité de *s'orienter vers*, de s'ouvrir à une direction particulière. La spatialité est un aspect important de toute relation, ainsi que de l'expression émotionnelle. Le *shadowing*, aller-retours qu'effectue le jeune enfant entre la sécurité réconfortante de l'immédiate proximité de sa mère et les explorations plus lointaines au cours desquelles il expérimente la distance, en est un aspect, et constitue une expérience fondamentale dans le processus d'autonomisation et de constitution du moi.

Quant à **la temporalisation**, elle découle elle aussi d'un rythme qui inscrit des temps forts, de contenance et de rassemblement -lors des tétées ou des changes par exemple- et des temps plus dilués.

L'expérience de soi varie rythmiquement selon ces trois axes. L'enfant s'y éprouve comme une totalité, une unité constituée, mais non fixée, capable de s'ouvrir et de se projeter, et capable d'accueillir en ressentant corporellement, c'est-à-dire en introjectant. Suzanne ROBERT-OUVRAY insiste sur la fonction introjectante et projetante de l'enveloppe tonique, qui doit à travers des fluctuations permettre un jeu identitaire⁹.

Deux remarques s'imposent ici :

- d'une part, le geste dansé est analysé par les deux théoriciens du mouvement que sont DALCROZE et LABAN en termes de qualités énergétiques, spatiales et temporelles,
- d'autre part il apparaît que les polyhandicapés n'ont pas accès à ces registres, et que nous avons là une grille de lecture de leur handicap.

⁷ CHIRPAZ F; (1977) *Le corps*, Paris, PUF (1^o ed 1963)

⁸ LABAN R. *La maîtrise du mouvement* Acte Sud 1994

⁹ ROBERT-OUVRAY S. (1998) Schèmes posturo-moteurs et processus de défense : tension psychique et tension motrice. Communication présentée aux XVII^o journées annuelles de *Thérapie Psychomotrice* (à paraître).

Il est dès lors légitime de penser que nous pouvons, sinon les faire danser, du moins leur offrir avec la danse quelque chose qui réponde spécifiquement à leur problématique.

L'ESPACE-TEMPS DE LA SEANCE

"Aproprioception" et "nourrissage proprioceptif"

Toute leçon de danse débute par l'échauffement, destiné à rendre le sujet disponible. C'est un moment où l'on fait un "tour d'horizon", un temps de rassemblement qui privilégie l'intégration sensorielle. Dans les séances que je propose aux personnes polyhandicapées, ce temps initial est particulièrement important. La ritualisation des pratiques d'ouverture, que ce soit par une musique, une configuration du groupe, des paroles d'accueil (...) permet de convoquer le sujet, ou peut-être plus exactement de l'évoquer, au sens des rituels magico-religieux qui évoquent des esprits et les invitent à se rendre présents, voire à s'incarner. La première partie de la séance se déroule en duo, avec une série de propositions que chaque accompagnant gère à son rythme. Il s'agit là de rassembler, de procurer une sensation globale du corps, en s'adressant à toutes les parties et à tous les systèmes selon un schéma structuré (que j'ai décrit ailleurs¹⁰). Nous insistons sur la zone du bassin, centre structurel, sur l'axe et les symétries qui en découlent. D'autre part, par diverses manoeuvres nous sollicitons plus particulièrement la charpente ostéo-fibreuse, la peau, les systèmes musculaires et organiques. Citons pour l'essentiel :

- le contact empathique de la main ou d'une autre partie du corps, qui se réfère au toucher tel qu'il est envisagé en eutonnie, haptonomie, ou plus largement en thérapie manuelle
- les percussions
- les vibrations
- les effleurements et glissements sur la peau (à travers les habits ou directement), les mouvements d'air donnés par le souffle ou par agitation d'un tissu
- les pressions...

Je qualifie volontiers ce temps de "nourrissage proprioceptif", qui suppose un engagement corporel de l'accompagnant, ce qui signifie que celui-ci doit être formé et savoir gérer la distance et la limite, et pouvoir "lire" les réponses et besoins de son partenaire. Les enveloppes corporelles (cutanées, tonique) individuelles s'inscrivent dans une enveloppe groupale, qui se définit à partir de la disposition spatiale du groupe, c'est-à-dire en cercle ou de façon à ce que les uns et les autres se voient ou s'entendent, et par la musique qui crée un espace sonore vibratoire. Ce moment d'*aproprioception* met en jeu des techniques de

¹⁰ Etayage et structure, corps à corps et corps/accord, *Thérapie Psychomotrice*, N°104 : "Le secret décor/des corps : structures et étayage psychique (4^e trimestre 95).p.20-31

L'instauration des structures : étapes d'un parcours psychocorporel, janvier 97, *Les lieux du corps* N°5, 1997, pp.97-122

toucher, et peut intégrer une recherche plus précise d'intégration neuromotrice, type FELDENKRAIS ou Body Mind Centering.

Les participants reçoivent les propositions d'abord sur un mode passif, puis activo-passif et enfin si possible actif. D'un point de vue neurosensoriel, ce sont avant tout les systèmes archaïques de sensibilité qui sont sollicités, c'est-à-dire que le sujet est bombardé de *flux sensoriels* (tactiles, vibratoires, sonores, gravitaires...). BULLINGER indique que la covariation entre ces flux et la sensibilité profonde, proprioceptive, constitue un des premiers matériaux psychiques chez l'enfant. Par ce processus, celui-ci élabore un sens de soi unifié, en régulant notamment son tonus. Les flux sensoriels créent un état de vigilance, une orientation, qui organise ensuite l'action¹¹. Ce travail s'attache à construire une enveloppe, en particulier tonique, suffisamment contenante, mais pas trop rigide, qui laisse au sujet le loisir de la moduler pour permettre un mouvement organisé. Nous observons souvent chez nos partenaires polyhandicapés un enfermement dans des postures rigides et inertes, ou une agitation insensée morcelante. Ce que nous nous efforçons de leur faire vivre, c'est une expérience de contenance tonique qui étaye un mouvement au cours duquel l'unité ne se dissout pas, qui engage une relation en s'adressant à quelqu'un ou quelque chose.

Corps-accord et mouvement

Du temps duel, la transition peut s'effectuer ensuite vers une intégration groupale, qui passe souvent par un temps de mobilisation ludique au cours duquel les contacts et interactions entre participants sont favorisés. Pour mobiliser nos partenaires, nous faisons appel à la *danse-contact*, technique d'improvisation qui permet à deux ou davantage de danseurs d'évoluer en s'offrant mutuellement des points d'appui, en se donnant des élans ou des aides. C'est un travail de vigilance qui déclenche nombre de réflexes et réactions de redressement ou d'équilibre. Dans ces mobilisations, nous observons des réponses posturo-toniques, des appuis, des orientations. Il s'agit là d'une construction du corps, c'est-à-dire une élaboration de réponses sensorimotrices qui inscrivent le sujet dans un sens, une dynamique relationnelle et imaginaire. La danse-contact permet d'expérimenter diverses situations : porter / être porté, pousser, repousser, tirer, se tourner et/ou aller vers...

Temps groupal

Le travail groupal proprement dit s'effectue d'abord en cercle, chaque accompagnant le plus souvent en contact avec un participant. Il s'agit de constituer une enveloppe groupale, ce qui permettra ensuite de faire varier les positions individu/groupe. La configuration circulaire et en soi liée à l'unification, avec organisation d'une polarité dedans/dehors. La musique joue un rôle enveloppant, ce que nous renforçons par l'utilisation de tambours et de la voix. Nous

¹¹ BULLINGER A. Sensorimotricité et psychomotricité, IN RICHARD & RUBIO (1994), Thérapie psychomotrice, notions de base, Masson, pp66-71.

promenons les tambours autour du cercle, en nous approchant de chacun de façon à ce qu'il perçoive les vibrations. Chacun est ainsi *densifié* tour à tour. Lorsque nous jouons à deux ou plus, nous pouvons créer un effet de spatialisation, par exemple lorsque l'un d'entre nous joue au centre du cercle, ou en opposition par rapport à l'autre. La mise en jeu de la voix se fait sur la base de mélodies simples avec quelques phonèmes. La vibration vocale peut être par moments directement transmise en mettant le sommet de la tête ou le menton en contact avec un point osseux du partenaire. Un minimum d'expérience de travail vocal est évidemment ici nécessaire. Les prénoms des participants peuvent s'intégrer aux phrases mélodiques. Chacun devient alors tour à tour centre du groupe qui s'adresse à lui, ce qui peut venir renforcer l'appel du tambour.

Rythme et construction somato-psychique

Toute cette partie est rythmée, et nous introduisons très vite une composante kinesthésique. Ce peut être la frappe des mains, passive ou active, ou dans un premier temps l'accompagnant qui rythme son contact, avec la main ou avec d'autres parties de son corps. Des jeux d'échanges qui permettent de "visiter" tout le corps et de l'intégrer globalement dans la danse se développent alors. Avec les balancements que nous pouvons le plus souvent proposer, apparaît une composante vestibulaire, importante dans la régulation tonique. L'expérience rythmique est un organisateur psychique et sensorimoteur fondamental. L'alternance sensorielle caractéristique du rythme, l'organisation périodique de temps forts et faibles, a un effet dynamogénique qui permet un recrutement synchronisé des motoneurons (surtout toniques), donnant lieu à une induction motrice¹². La pulsation crée un véritable cycle tonique qui passe par la prise d'appui, la rétention et la restitution ou relâchement. Le sujet y joue un schéma primaire de relation à autrui et à l'environnement, et conforte la sensation de soi en jouant sans cesse sur l'ancrage répétitif du temps fort, de l'accent, avec entre deux retours un temps de décalage, de suspension¹³. On peut aussi rapidement évoquer les aspects symboliques du rythme. Ainsi, dans de nombreuses traditions africaines, chamaniques ou amérindiennes, le rythme est le support d'une communication horizontales entre membres du groupe, mais aussi verticale avec les ancêtres ou les esprits. L'importance des vertus magiques attribuées au rythme indiquent qu'il étaye des processus de symbolisation. France SCHOTT-BILLMANN a développé ce point dans une perspective psychanalytique¹⁴.

Il nous arrive de varier la configuration spatiale, en proposant une disposition linéaire. Chaque accompagnant peut alors induire des mouvements synchronisés avec ceux des voisins, ou en opposition, qui permettent aux participants de varier leur relation et de développer d'autres types d'interaction.

¹² FRAISSE P. (1974) Psychologie du rythme, Paris, PUF

¹³ LESAGE B. Densité / danse : le plaisir de la dif-errance (*Communication pour les entretiens de Bichat - journée psychomotricité 20/09/97*) - A paraître.

DANSE-THERAPIE ET BESOINS SPECIFIQUES DES POLYHANDICAPES

Ce travail qui évolue au fil des années perdure dans les institutions où j'ai pu le proposer. Les équipes soignantes y trouvent, disent-elles, un terrain de rencontre avec les personnes dont elles ont la charge. Le fait qu'on ne vise pas en premier lieu de performance particulière, mais une qualité de relation, qui passe par le confort, l'écoute, le plaisir et le jeu, semble important. Les enfants manifestent leur désir et leur plaisir de venir aux séances. On relève des évolutions au fil des mois et il serait sans aucun doute intéressant d'analyser les observations de façon plus systématique. Je me bornerai ici à rapprocher quelques besoins spécifiques des personnes polyhandicapées évoqués par Andréas FROHLICH¹⁵ :

- besoin d'organiser les stimulations dans le temps, pour échapper à l'a-temporalité
- besoin d'organiser des espaces proches qui soient contenant
- besoin de proximité pour vivre des expériences d'interaction
- besoin de découvrir *avant toute chose* le corps propre
- importance dans ce processus des stimulations somatiques, vestibulaires et vibratoires, "qui sont le fondement de la perception humaine"

La danse-thérapie répond à tous ces besoins, sans évidemment les épuiser. Une difficulté également largement soulignée par FROHLICH est le problème de l'hyperstimulation. Nous devons en effet veiller à ce que des personnes qui ont du mal à intégrer des sources sensorielles simultanées ne se ferment pas ou ne soient pas désorganisées par ce qui peut ressembler pour elles à un bombardement. La question devient encore plus délicate lorsqu'est mise en oeuvre une approche thérapeutique volontairement basée sur l'hyperstimulation, ce qui rassure sans aucun doute l'entourage proche, mais ne fait pas les besoins spécifiques de la personne polyhandicapée. La Danse-thérapie telle que nous la pratiquons avec cette population se fait toujours dans un climat calme, même si nous aimons voir surgir la joie. D'autre part, la multiplicité des sources sensorielles (auditif, vibratoire, vestibulaire, kinesthésique parfois associées) se fait toujours en convergence. Enfin, j'accorde une attention croissante à la formation initiale des personnels accompagnants. En effet, pour engager et développer une relation basée sur le corps-à-corps, et en particulier pour savoir décrypter les "surdosages", il faut s'éprouver soi-même, vivre les situations que l'on est amené ensuite à proposer, affiner son schéma corporel, son toucher, et développer son imagination sensori-motrice. Rien de tout cela ne s'improvise.

¹⁴ SCHOTT-BILLMANN F.(1987); Danse, mystique et psychanalyse, Paris, Ed La Recherche en danse & CHIRON.

¹⁵ FROHLICH A. Créateur de la *stimulation basale*, dont nous avons souvent noté de profondes convergences avec notre approche. Cf FROHLICH A. (1993), la stimulation basale, (Lucerne, Suisse), Ed SPC.