



HAL
open science

Les bénéfices thérapeutiques de l'émersion des phantasia dans un atelier de danse-thérapie auprès d'adolescentes souffrant de troubles du comportement

Julia-Marine Chamodon

► To cite this version:

Julia-Marine Chamodon. Les bénéfices thérapeutiques de l'émersion des phantasia dans un atelier de danse-thérapie auprès d'adolescentes souffrant de troubles du comportement. Psychologie. Université Paris Cité, 2021. Français. NNT : 2021UNIP5260 . tel-04341685

HAL Id: tel-04341685

<https://theses.hal.science/tel-04341685>

Submitted on 13 Dec 2023

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Université de Paris
École doctorale 566 Sciences du Sport, de la Motricité
et du Mouvement Humain

Institut des Sciences du Sport-Santé de Paris (URP3625 – I3SP)

Les bénéfices thérapeutiques de l'émersion des *phantasia* dans un atelier de danse-thérapie auprès d'adolescentes souffrant de troubles du comportement.

Par Julia-Marine CHAMODON

Thèse de doctorat en Sciences du mouvement humain.

Dirigée par Bernard ANDRIEU (Université de Paris)

Co-dirigée par Petrucia DA NOBREGA (UFRN, Natal/ Brésil)

Présentée et soutenue publiquement le 14 décembre 2021.

Devant un jury composé de :

Silke SCHAUDER, PU, UPJV Université de Picardie Jules Verne, rapporteure.

Fabienne MARTIN-JUCHAT, PU, Université Stendhal Grenoble Alpes, rapporteure.

Florence GUÉRIN, PhD, Université de Paris, examinatrice.

Vincenzo PUXEDDU, PhD, Accademia Nazionale di Danza, Istituto di Alta Cultura
Roma, examinateur.

Pierre PHILIPPE-MEDEN, MCU, Université de Montpellier, examinateur.

ABSTRACT

Titre : Les bénéfiques thérapeutiques de l'émergence des *phantasia* dans un atelier de danse-thérapie auprès d'adolescentes souffrant de troubles du comportement.

Résumé :

Cette recherche tend à observer les évolutions des capacités corporelles et psychiques d'adolescentes souffrant de troubles du comportement dans un atelier de danse-thérapie.

Nous faisons l'hypothèse qu'en se reliant à leurs sensations, mouvements et images, dans un cadre danse-thérapeutique, ces adolescentes pourront sortir de leurs fixations corporelles et aborder de nouveaux rapports au corps, figurer leurs sensations par le mouvement et exprimer leurs émotions.

Les *phantasia* (émergence de mouvements inconscients, d'images et de sensations) sont étudiées d'après le concept de l'émergence qui entend un dialogue entre le corps vivant et le corps vécu.

Afin d'observer l'émergence du corps vivant, nous utilisons des outils d'analyse du mouvement tels que la grille de l'Effort de Rudolf Laban et les tableaux d'observations du mouvement ainsi que la vidéo. Le vécu est traduit par la mise en mots des adolescentes via des outils de recueil de l'expression dans une démarche phénoménologique : dessin, verbatim, entretiens.

Nous observons que chaque adolescente de cette étude développe des capacités corporelles que nous remarquons par la modification du facteur Flux (*Laban*) et l'évolution du mouvement.

Leur palette expressive s'élargit et leur permet d'activer un processus d'individuation. En se ressentant davantage, elles développent leurs capacités d'accordage relationnel.

Nous assistons au déploiement des capacités psychiques telles que l'expression des émotions et la figuration des sensations par les modalités du mouvement (danse), de l'image (dessin) et du mot (verbatim).

Les concepts de *holding* de D.W. Winnicott et de *Moi-Peau* de Didier Anzieu issus de la psychanalyse sont transposés à une application en danse-thérapie. Ainsi la notion de contenance émerge et s'inscrit comme un facteur de développement du capacitair

(B.Andrieu). Le dialogue entre corps vivant et le corps vécu s'enrichit du facteur capacitant de la contenance qui facilite l'émersion.

Mots clefs :

Danse-thérapie ; émergiologie ; *holding* ; *Moi-peau* ; troubles du comportement ; adolescence.

Title :

The therapeutic benefits of the emersion of phantasia in a dance therapy workshop with adolescent girls suffering from behavioural disorders.

Abstract :

This research aims to observe the evolution of the bodily and psychic capacities of adolescent girls suffering from behavioural disorders in a dance therapy workshop.

We hypothesize that by connecting to their sensations, movements and images in a dance therapy setting, these adolescents will be able to leave their bodily fixations and approach new relationships to the body, to figure their sensations through movement and to express their emotions.

Phantasia (the emergence of unconscious movements, images and sensations) is studied according to the concept of emersiology, which understands a dialogue between the living body and the lived experience body.

In order to observe the emergence of the living body, we use Laban Movement analysis tools such as Rudolf Laban's Effort grid and movement observation tables as well as video.

The lived experience is translated into words by the adolescents using tools for collecting expressions in a phenomenological way : drawing, verbatim, interviews.

We observe that each adolescent girl in this study develops bodily capacities that we notice through the variation of the Flux factor (Laban) and the evolution of movement.

Their expressive palette widens and allows them to activate a process of individuation.

By improving their own feeling, they develop their capacities for relational attunement.

We witness the deployment of psychic capacities such as the expression of emotions and the figuration of sensations through the modalities of movement (dance), image (drawing) and word (verbatim).

D.W. Winnicott's concept of *holding* and Didier Anzieu's concept of the *Moi-peau* from psychoanalysis are transposed to an application in dance therapy. Thus the notion of contenance emerges as a factor in the development of capacity (B. Andrieu). The dialogue between the living body and the lived body is enriched by the capacitating factor of contenance which facilitates emersion.

Keywords :

Dance-therapy ; emersiology ; *holding* ; *Moi-peau* ; behavioural disorders ; adolescence.

REMERCIEMENTS

Je tiens à remercier tout d'abord ma direction de thèse, Bernard Andrieu et Petrucia Da Nobrega, qui ont suivi et guidé ce travail. Merci pour la plongée théorique que vous m'avez apporté et pour toutes les expériences que vous m'avez permis de vivre, notamment au Brésil.

Je tiens d'ailleurs à saluer toutes les personnes rencontrées à Natal, notamment à l'université, qui m'ont permis d'approfondir ma passion pour ce travail scientifique.

Je remercie également mon comité de suivi de thèse qui a su m'aiguiller lors du cheminement de cette étude de par ses précieux retours.

Je remercie sincèrement et profondément Angela Loureiro sans qui cette thèse ne serait pas la même. La précision de ses retours, la richesse de sa vision et de ses connaissances en analyse du mouvement a permis à cette thèse de s'enrichir et de se structurer.

J'adresse un profond remerciement également à Catherine Yelnik pour son regard d'une grande acuité et sa relecture des études de cas présentées dans cette recherche.

Merci aussi à Céline Gimbrere de *Circle of Four* avec qui j'ai pu approfondir théoriquement l'histoire du Mouvement Authentique et avec qui je plongerai avec enthousiasme dans la pratique.

Je remercie Anna Petronella Foultier pour son regard approfondi et sa relecture du *Gaga*.

Merci également à Willy Abécassis pour sa relecture rigoureuse de la partie philosophie et Perle Clauzon qui a su répondre présente en dernière minute pour la relecture de la partie psychologie/psychanalyse.

Je remercie Meriem Brachet pour son aide et sa relecture de l'Expression primitive, Benoit Lesage pour la correction de la partie qui présente son travail ainsi que ma collègue thésarde Magali Goubert pour l'échange sur nos recherches.

J'exprime toute ma gratitude à Marie Schruoffeneger pour sa relecture assidue et pétillante.

Merci Julie Thomas pour tes encouragements, ta capacité à comprendre mon travail et à me guider. Et merci à Laetitia Doat pour m'avoir incité à suivre mon propre cheminement.

Cette thèse n'aurait pas pu être possible sans le soutien de la médecin-psychiatre Laurence Le Pelletier qui a encouragé le déploiement institutionnel de cette recherche à l'ITEP.

Je tiens à remercier chaleureusement les trois adolescentes de cette étude qui m'ont fait confiance et m'ont permis d'avancer dans un sens que je n'avais pas imaginé.

Enfin, je remercie tous.tes mes proches et mes ami.e.s qui m'ont accompagné, chacun.e à leur manière, tout au long de ce processus. Merci pour vos attentions, vos sourires, vos encouragements et votre présence.

Et surtout, je tiens à remercier vivement mon compagnon de route Karim Kebdani pour sa relecture, son soutien infaillible, et son amour.

SOMMAIRE

I. Les arts-thérapies.	13
1. Définition.	13
2. Approches historiques de la danse-thérapie.	20
3. Les apports de la philosophie, de la psychologie et de la psychanalyse à la danse-thérapie.	21
4. La filiation artistique de la danse-thérapie.	38
5. La danse-thérapie.	43
II. Etude de l'image mentale et de l'improvisation en danse.	76
1. L'image mentale.	76
2. Approches thérapeutiques de l'image mentale.	83
3. Approches philosophiques de l'image mentale.	89
4. La phantasia, une "image" plurielle ?	91
5. Image et résonance corporelle.	92
6. L'improvisation dansée, une pratique prompte à l'imagerie.	98
7. Le langage de mouvement Gaga et le Mouvement Authentique : deux dispositifs d'improvisation dansée en faveur de l'image mentale et de l'éveil somatique. ...	104
III. Concepts théoriques : Émersiologie et corps capacitaire en danse.	135
1. Emersiologie.	135
2. Eveiller un nouveau corps : le développement du capacitaire.	138
3. La danse comme levier du capacitaire.	141
IV. Méthodologie de la recherche.	146
1. Terrain de recherche.	146
2. Sujets de la recherche.	148
3. La description des séances de danse-thérapie.	150
4. Ethique : Consentement et assentiment.	152
5. Problématique.	153
6. Hypothèses générale et opérationnelle	154
7. Outils d'évaluation	154
8. Critères de validation des outils.	199
9. Limite des outils utilisés.	201
10. Variables.	204

11. L'évolution de la recherche sur le terrain : la description des deux dispositifs. ...	206
V. Recueil et analyse des résultats.	218
1. Fréquence de participation.....	218
2. Etudes de cas.....	220
3. Recueil des données à partir des outils.	246
4. Synthèse et analyse des résultats.	277
VI. Analyse des résultats et discussion.	295
1. Prologue.....	295
2. Les phantasia dans l'atelier de danse-thérapie, un levier de bénéfices thérapeutiques.	308
3. La phantasia à partir du holding de Winnicott : le besoin de contenance pour laisser émerger et activer le processus d'éveil.....	352
Conclusion.....	399
VII. Annexes.....	402
1. Verbatim, dessins et journal de bord des séances sélectionnées.	402
2. Entretiens.	469
3. Bilan danse-thérapeutique de Souane, Septembre à décembre 2018.....	484
4. Présentation de l'atelier de danse-thérapie aux familles ou responsables légaux des adolescentes.....	486
5. Formulaire de consentement et d'assentiment anonymisés.....	487
6. Gaga Dictionary.....	499
Table des matières.	518
Table des illustrations.	524

« The body is the vessel in which the transformation process takes place »

James Hillman¹

« ...Sachant que la nuit engendre le jour, et que la vérité ne peut jaillir que des erreurs (...) Car l'activité scientifique du chercheur ne fut jamais pour moi ni une vache à lait, ni un moyen de prestige, mais le résultat de l'expérience psychologique quotidienne, de la confrontation souvent amère que nous impose le malade. »

C.G.Jung²

« It's about thinking of movement as something that can heal. »

Ohad Naharin³

¹ Hillman, J., 1976, *Suicide and the soul*. New York : Harper Colophon, p. 145.

² Jung, C.G., 1942, *Chapitre XIII, Psychologie de l'inconscient*, Georg editions, pages 208 à 209.

³ Naharin O., *Ohad Naharin discute Gaga movement*, Dance consortium <https://youtu.be/OGPG1QL1vJc>, consultée le 4/12/2018

INTRODUCTION

Cette recherche porte sur les bénéfices thérapeutiques d'une communication entre les structures psychiques et corporelles dans un accompagnement de danse-thérapie chez des adolescentes qui présentent des troubles du comportement. Elles souffrent de troubles caractérisés par l'impulsivité, la violence et l'anxiété. Ces troubles les empêchent d'accéder à une vie sociale et une scolarité ordinaires.

Un accompagnement danse-thérapeutique pourrait leur permettre d'exprimer leurs émotions, de s'inscrire dans un groupe vécu positivement et d'apaiser l'agitation physique et psychique qui les envahit au travers d'un processus d'organisation du corps.

Comment les images, sensations et mouvements inconscients émergents en séance de danse-thérapie peuvent aider les adolescentes à développer et structurer leurs capacités physiques et psychiques ? Ces émergences sont nommées *phantasia*, en référence à Aristote, afin d'en définir le caractère pluriel.

Nous faisons l'hypothèse qu'en se reliant à leurs *phantasia*, dans un cadre danse-thérapeutique, ces adolescentes pourront sortir de leurs fixations corporelles et aborder de nouveaux rapports au corps, figurer leurs sensations par le mouvement et exprimer leurs émotions.

Les objectifs de cette recherche tendent à évaluer les bénéfices thérapeutiques de ce qui s'active en séance de danse-thérapie.

Pour ce faire, la méthodologie proposée est la mise en place d'une séance de danse-thérapie hebdomadaire pendant une année scolaire auprès de trois adolescentes souffrant de troubles du comportement et accueillies en Institution Thérapeutique Educative et Pédagogique (ITEP).

En séance, deux pratiques d'improvisation dansée sont expérimentées : une pratique qui s'appuie sur la suggestion mentale pour danser (inspirée du *Gaga*) et une pratique qui invite à

porter son attention sur ses sensations, images et émotions lors du mouvement dansé⁴ (inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique). La première pratique provient de la danse contemporaine, la seconde s'identifie davantage au domaine de la danse-thérapie ou du développement personnel / spirituel.

Les outils d'analyse du mouvement (Grille de l'Effort de R.Laban, tableaux d'observations du mouvement, vidéos des séances) permettent d'étudier comment les adolescentes accèdent à de nouveaux états de corps. Les outils de recueil du vécu (entretiens, verbatim, dessins) nous amènent à écouter le corps vécu des adolescentes.

Cette étude se base sur le concept d'émersiologie qui invite à observer le dialogue entre le corps décrit (conscience, langage), le corps vécu (sensations, émotions) et le corps vivant⁵ (modifications corporelles, mouvements inconscients).

Afin d'observer le dialogue entre ces "corps" qui n'en font qu'un, cette recherche s'axe sur les liens entre image mentale et mouvement dansé : ce que provoque dans le cadre thérapeutique la suggestion mentale dans le mouvement dansé (*top-down*) et les images mentales générées par la danse (*bottom-up*).

L'image mentale est considérée dans son sens large, ce peut être une sensation, une visualisation, un son, une odeur, etc. Afin de comprendre la pluralité de cette définition de l'image mentale et d'axer la focalisation de cette étude sur l'émergence, le terme *phantasia* est créé. La *phantasia* renvoie à la tradition philosophique : c'est le "mouvement produit par la sensation en acte."⁶

Pensée comme une recherche centrée sur les bénéfices thérapeutiques des liens entre *phantasia* et danse-thérapie, le travail sur le terrain a mis en exergue d'autres besoins chez le public avec qui l'image mentale ne semblait pas fonctionner. Il a donc fallu repenser un protocole thérapeutique en adéquation avec les besoins du public.

⁴ Dans cette étude, nous utiliserons tour à tour les termes "mouvement dansé" pour désigner que la danse débute par le mouvement et ne repose pas sur une technique esthétique de la danse, et le terme "danse" qui est entendu dans ce même sens pour qualifier l'évolution en danse-thérapie.

C'est d'ailleurs dans la même réflexion que nous proposons autant le terme Danse / Mouvement thérapie et danse-thérapie pour qualifier le travail thérapeutique en mouvement que nous réalisons dans cette recherche. Nous entendons une même définition de ces deux termes, bien que ceux-ci peuvent être opposés dans certains courants danse-thérapeutique.

⁵ Andrieu, B., Boëtsch, G. & Chevê, D., 2016, Un corps de savoir. Vers une encyclopédie des somaticiens, *Corps*, 1(1), pp.11-23.

⁶ Aristote, 1995, *De l'âme*, traduction par J.Tricot, Vrin, Bibliothèque des Textes Philosophiques, 429 a, 1-2.

Le public d'adolescentes ayant des troubles du comportement témoigne d'un fort besoin de cadre et de contenance. C'est pourquoi le dispositif de danse-thérapie est ajusté dans un second temps pour mieux les accompagner thérapeutiquement et qu'un nouvel axe de recherche théorique apparaît : la contenance, soutenue par les théories psychanalytiques du *holding* de D.W. Winnicott et du *Moi-peau* de Didier Anzieu.

Le cadre de l'atelier de danse-thérapie, de par l'analyse des mouvements transférentiels qui s'y jouent et la proposition d'un dispositif conçu pour les patientes, permet une structure bienveillante et sécurisée pouvant accueillir les mouvements archaïques.⁷

L'objet principal de cette thèse est toujours l'observation des *phantasia* c'est-à-dire de l'éveil des images, sensations et mouvements qui surgissent du corps vivant et qui influencent le vécu. L'apport de l'émergiologie perdue : il s'agit d'observer les *phantasia* depuis un dispositif axé sur la contenance psycho-corporelle et non plus depuis le dispositif d'image mentale en mouvement.

Au fur et à mesure des séances, il apparaît que les adolescentes accueillies signalent un besoin de structuration autant du point de vue psychique que corporel. La mise en place d'un dispositif et d'un cadre particulièrement contenant sont des réponses à la demande du public sur le terrain. Les corps morcelés ou empêchés ont besoin d'être enveloppés.

Les comportements explosifs nécessitent un cadre fort et un travail sur l'ancrage, les appuis et les limites.

Répondre à ce besoin de contenance apparaît être la porte d'entrée pour éveiller une qualité de présence "à soi", une organisation et une structuration des corps, ainsi qu'un apaisement psychique et corporel. C'est dans ce cadre que l'observation des *phantasia* peut s'opérer et que la recherche se tisse.

Dans un premier temps nous aborderons la partie théorique de cette recherche où il s'agira de proposer une revue de littérature de la danse-thérapie, de ses origines ancrées dans les champs de la psychologie, de la philosophie et de l'art jusqu'aux différents courants qui la définissent.

Puis, nous étudierons la corrélation entre l'image mentale et l'improvisation dansée, notamment à travers deux pratiques sensibles à l'image et au mouvement, le Mouvement Authentique et le langage de mouvement *Gaga*. Cette corrélation entre cognition et

⁷ Lesage B., 1999, *Dialogue corporel et danse-thérapie, recueil de textes*, Des Aigles et Des Lunes.

mouvement dansé improvisé nous permettra de nous pencher sur le processus d'émersiologie qui théorise les émergences d'images, de sensations et de mouvements inconscients.

Ces émergences qui apparaissent dans la danse sont étudiées dans une visée d'activation du capacitaire, c'est-à-dire d'un développement des capacités physiques et psychiques du public.

Dans un second temps, il s'agira de renseigner la méthodologie de la recherche à travers l'expérience d'un atelier de danse-thérapie auprès de jeunes filles souffrant de troubles du comportement accueillies en ITEP.

Puis, nous relèverons les résultats issus des outils d'observation du corps vivant et du corps vécu : l'analyse du mouvement, les vidéos, les dessins, les verbatim, le journal de bord et les entretiens.

Dans la discussion, nous observerons en quoi ces outils nous permettent de distinguer des bénéfices thérapeutiques et d'activer le processus d'éveil des *phantasia* en vue du développement capacitaire des adolescentes souffrant de troubles du comportement.

Je ne prétend rien inventer, je ne fais qu'assembler différentes pièces d'un immense puzzle que croisent les disciplines de la psychanalyse (le *holding* de D.W.Winnicott, le *Moi-Peau* de D.Anzieu), de la danse (traditionnelle, contemporaine, danse-contact, improvisation, *Modern Dance*, *postmodern dance*), de l'analyse du mouvement (*Laban Movement Analysis*, schèmes moteurs), de la psychomotricité, du *Body-Mind Centering* de Bonnie Bainbridge Cohen et son adaptation par Benoit Lesage (travail des systèmes), de la danse-thérapie (Expression Primitive, structuration psychocorporelle, Mouvement Authentique), de la phénoménologie (M. Merleau-Ponty) et de l'émersiologie (B. Andrieu).

C'est donc un réel travail de "contenance" qui a dû s'opérer pour ne pas céder à l'éparpillement et "limiter" afin de dégager les "appuis" théorico-cliniques qui m'ont servi à élaborer ce travail de réflexion fortement influencé et modifié par le terrain. En cela, je remercie Julie Thomas qui l'a qualifié de théorie "ancrée" et qui m'a confirmé que "l'enveloppe" de cette recherche est à élaborer dans l'ici et maintenant de la séance de danse-thérapie.

PARTIE THEORIQUE

I. Les arts-thérapies.

1. Définition.

Durant ces vingt dernières années, les arts-thérapies se sont développés sur le plan international et s'affirment comme un domaine à part entière. Les arts-thérapies se découpent en plusieurs spécialités dont la musicothérapie, la drama-thérapie, l'art-thérapie et la danse-thérapie.

Alors qu'en France, la reconnaissance étatique de la profession peine à advenir, les arts-thérapies sont en plein essor. En témoignent les diverses institutions médico-sociales qui emploient des arts-thérapeutes. La formation est désormais reconnue puisqu'un Master spécialisé intitulé "Création artistique, arts-thérapies" a vu le jour dans les années 2000 et s'inscrit dans les standards de formations européens en art-thérapie.

En l'absence de reconnaissance officielle mais malgré une présence effective sur le terrain et une formation certifiante, qu'en est-il de la spécificité de l'identité professionnelle des arts-thérapeutes ?

Dans un premier temps, il s'agit d'observer en quoi les arts-thérapeutes se différencient du/de la professeur.e d'art, de danse, de théâtre, de musique ou du/de la médiateur.trice artistique.

Puis, nous évoquons la possible confusion avec le rôle d'animateur.trice socio-culturel.le ainsi que l'amalgame avec le/la psychothérapeute.

Enfin, nous nous attardons sur l'exemple de la danse-thérapie qui souffre d'une recherche de terminologie et définissons les différences notoires entre danse-thérapie, Danse / Mouvement thérapie, danse adaptée et danse inclusive.

L'art-thérapeute n'est pas un.e professeur.e d'art dans le sens où il/elle ne répond pas uniquement à une finalité esthétique et s'éloigne des objectifs performatifs. Bien que le processus de création soit au coeur du travail art-thérapeutique, le cadre et les objectifs sont éminemment thérapeutiques.

Les arts-thérapeutes répondent à un cadre éthique et un code déontologique précis. Ils/elles engagent un travail d'analyse des transferts/contre-transferts via la supervision, témoignent d'un travail thérapeutique personnel et d'une formation adaptée au contexte thérapeutique.

Le/ La professeur.e de danse, musique, théâtre ou art transmet des axes de recherche artistique, une technique et la notion de performance (musicale, chorégraphique, etc).

Le.la professeur.e d'art ne s'inscrit pas dans un objectif thérapeutique, ne dispose pas d'une formation et d'un cadre adaptés à l'exercice de la thérapie mais poursuit une visée esthétique soutenue par ses connaissances, sa pratique et sa formation artistique.

Lorsqu'un projet artistique investit le secteur du soin, on peut parler de création artistique en milieu "spécialisé". L'artiste chorégraphe, peintre, musicien.ne, comédien.ne conduit un projet de création dans une institution de soin, socio-médicale, sociale, etc.

C'est le cas notamment de la (sublime !) création "*Danser sa peine*" du chorégraphe Angelin Preljocaj avec des danseuses détenues au centre pénitentiaire des Baumettes de Marseille.

La finalité de cette création mène à des représentations dans le cadre du festival *Montpellier Danse 2019* ainsi qu'au *Pavillon Noir* d'Aix-en-Provence. Cette création chorégraphique fait également l'objet d'un documentaire réalisé par Valérie Muller⁸ qui suit le processus de création.

Dans le cas d'interventions artistiques en milieu de soin sans velléité d'aboutir à une représentation, on peut parler de "médiation artistique". C'est le cas par exemple de Mathilde Monnier, chorégraphe et danseuse contemporaine, qui, dans l'optique d'un co-accompagnement avec l'équipe de soin, s'entoure d'une équipe de psychologues et d'infirmier.e.s afin de mener des ateliers dans une structure de soin psychiatrique, en collaboration avec l'association "*Les Murs d'Aurelle*" à l'hôpital de *la Colombière* de Montpellier.

De cette expérience de "médiation artistique", il en résulte un projet de création artistique entre Mathilde Monnier et une jeune femme, Marie-France, qui par ailleurs est autiste.

Toutes deux créent le spectacle "*Bruit Blanc*" révélé à l'image dans un film documentaire par la réalisatrice Valérie Urréa⁹. "*Bruit Blanc*", tout comme "*Danser sa peine*" évoqué précédemment, sont des projets de création artistique menés par des chorégraphes reconnu.e.s, en milieu institutionnel.

Il s'agira également de veiller à ne pas confondre l'art-thérapeute avec l'animateur.trice.

⁸ Müller V., 2019, *Danser sa peine*, http://www.film-documentaire.fr/4DACTION/w_fiche_film/58404_1 (consulté le 19/04/21).

⁹ Urréa V., 1998, *Bruit blanc [Autour de Marie-France]*, <https://www.numeridanse.tv/videotheque-danse/bruit-blanc-autour-de-marie-france> (consulté le 19/04/21).

En effet, cette dernière, bien qu'elle agisse sur la dimension groupale en favorisant les relations entre les patients, ne poursuit pas un but thérapeutique. De plus, l'art n'est ici qu'un prétexte et s'apparente davantage au domaine du loisir qu'à une réelle recherche artistique.

L'art-thérapie, comme la psychothérapie, tend vers un objectif de mieux-être global de la personne. Jean-Pierre Klein, médecin psychiatre et art-thérapeute, évoque le danger d'une filiation entre psychothérapie et art-thérapie, en soulignant les différences entre ces deux approches.

La psychothérapie à médiation utilise des outils artistiques afin de permettre au patient de matérialiser non verbalement ce qu'il ressent. Ce matériau fera ensuite l'objet d'une reprise verbale avec le psychothérapeute au service d'une prise de conscience.

Le psychothérapeute formule un diagnostic et interprète avec son cadre de référence.

L'art-thérapeute axe principalement son travail sur le processus psychique engendré par la création, c'est-à-dire sur l'expérience artistique vécue par le patient "(...) sans que le discours tenu dessus ne vienne forcément dévoiler ce que cette figuration révèle de secret."¹⁰

Le temps de parole qui peut apparaître dans le cadre de la séance d'art-thérapie permet la symbolisation¹¹ et offre la possibilité au patient d'une divagation libre et étayante.

L'analyse des productions à partir de la dynamique transférentielle est présente mais le focus s'opère sur le processus et non pas sur la production finale comme matière à analyse : "(...) l'expression artistique ferait acte de transformation par la croissance psychique réalisée dans le processus même de mise en oeuvre, qui est définie comme étant de la symbolisation, sans nécessiter forcément de reprise verbale explicative."¹²

¹⁰ Klein J.P., 2012, III. L'art-thérapie, ses définitions, dans : Klein J.P., *Penser l'art-thérapie*, Paris, PUF, pp.103-113.

¹¹ Le terme symbolisation désigne "un ensemble de relations où quelque chose va représenter quelque chose d'autre pour quelqu'un" d'après la définition d'Alain Gibeault, « symbolisation (processus de -) », dans De Mijolla, A. (dir.), 2005, *Dictionnaire international de la psychanalyse*, p. 1765-1767.

René Roussillon définit la symbolisation comme la conscience de représentations internes au sujet : "'Sumbolon', le symbole en grec signifie 'mettre ensemble' : symboliser c'est mettre ensemble les données externes et la psyché qui les inscrit sous forme d'expérience et avoir une certaine conscience de ce travail, du fait que ce sont les données 'pour soi'." Dans: Roussillon R., 2014, 4^o séminaire de l'Institut, Le cours des événements psychiques, URL : <https://reneroussillon.com/2015/06/10/4-seminaire-de-linstitut-le-cours-des-evenements-psychiques-suite/> (consultée le 9/09/2021)

¹² Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.18.

Vincenzo Bellia, médecin psychiatre, groupe analyste, Danse/Mouvement thérapeute et analyste du mouvement Laban/Bartenieff, évoque dans le cadre d'une interview, la distinction entre la psychothérapie à médiation qui utilise la danse comme "prétexte à la thérapie" et la danse-thérapie qui s'avère être "le texte de la thérapie."¹³ La danse n'est donc pas utilisée comme matière à la cure verbale en danse-thérapie, elle est le matériau du travail thérapeutique.

L'art-thérapeute se distingue également du/de la psychothérapeute de par la valorisation particulière de l'objet artistique et la dimension culturelle inhérentes à sa pratique.

La position de "l'Ecole Lyonnaise", représentée par les psychologues Anne Brun, Bernard Chouvier et René Roussillon, qualifie les psychothérapies à médiation plutôt que de reconnaître la spécificité de l'art-thérapie. Dans leur ouvrage intitulé "*Manuel des médiations thérapeutiques*"¹⁴, ces psychologues opposent deux catégories : les groupes à création et les groupes thérapeutiques à médiation. Selon eux, il existerait soit des groupes à dominante artistique animés par des artistes, animateurs.trices ou des soignant.e.s qui n'utilisent pas la dynamique transférentielle dans la relation patient.e/thérapeute ; soit des groupes thérapeutiques à médiation, animés par des clinicien.ne.s ou autres soignant.e.s de l'institution supervisé.e.s par un.e psychologue et/ou un.e psychanalyste, qui prendraient en compte la dynamique transférentielle mais peu porté.e.s sur la dimension artistique.

Les arts-thérapies ne se situent ni dans les domaines des psychothérapies à médiation ni dans les ateliers de création artistique mais puisent dans les deux champs pour établir son propre cadre.

D'après Edith Lecourt, psychologue, psychanalyste et musicothérapeute, la distinction entre psychothérapeute et art-thérapeute "(...) entraîne la défense d'un statut professionnel nouveau, spécifique (...)." ¹⁵

Ainsi l'art-thérapeute pourrait jouir d'une reconnaissance qui entérinerait la spécificité de son identité : ni artiste, ni médiateur.trice d'art, ni professeur.e d'art, ni psychothérapeute à médiation, il.elle est le fruit d'un métissage riche. Ces distinctions apparaissent être l'enjeu

¹³ Bellia V., Martinez-Takegami P., Programme "Dialogues...", 6 février 2021, <https://www.youtube.com/watch?v=T5iuRFQaE0k> (consulté le 6/02/2021).

¹⁴ Brun A., Chouvier B., Roussillon R., 2013, *Manuel des médiations thérapeutiques*, Dunod, p.98.

¹⁵ Lecourt E., 2010, L'art-thérapeute, un soignant pas comme les autres, Revue *L'autre*, vol. 11, n°2, pp. 150-155, p.151.

nécessaire d'une reconnaissance du métier par l'Etat qui validerait officiellement la profession, permettant ainsi une plus grande visibilité et reconnaissance de la part des professionnel.le.s des institutions ainsi qu'un cadre et une réglementation de la profession (formation, pratique professionnelle, etc.).

La reconnaissance pourrait s'établir par une définition claire du rôle de l'art-thérapeute ainsi que par sa capacité à se distinguer des autres professionnel.l.es des champs thérapeutiques et artistiques. Pour ce faire, un travail de vocabulaire commun est à envisager afin de pouvoir clarifier la position et les limites de l'art-thérapeute, quelque soit sa médiation.

Prenons l'exemple de la danse qui, à bien des égards, peut prodiguer des bénéfices thérapeutiques dans le cadre d'un cours de danse ou d'une création artistique. Mais l'effet thérapeutique intrinsèque à la pratique de la danse se distingue du cadre thérapeutique de l'exercice de la danse-thérapie ou Danse/Mouvement thérapie.

Nous distinguons également des différences de cadre d'exercice entre la danse adaptée, la danse inclusive et la danse-thérapie ou Danse/Mouvement thérapie.

La danse *adaptée* propose des ateliers de danse à destination de publics ayant une limitation fonctionnelle (physique, mentale, psychique) dans une visée adaptative.

La danse *inclusive* ou danse *intégrée* invite les danseurs.euses présentant un handicap à sortir du parcours médicalisé afin d'accéder à un cours de danse, une création, un spectacle, dans un but d'épanouissement artistique. La danse *intégrée* ou *inclusive* permet aux danseurs.euse valides de développer leurs possibilités de création en valorisant la limitation comme une contrainte créative. Enfin, elle donne la possibilité aux spectateurs.trices de considérer d'autres types de corps de danseurs.euses professionnelles que ceux culturellement intégrés. En ce sens, la danse *intégrée* ou *inclusive* prône une ouverture à l'autre et à la différence dans un contexte de création artistique.

La *danse-thérapie* ou *Danse / Mouvement thérapie* se définit par des ateliers dont l'accompagnement est thérapeutique en proposant au sujet de s'immerger dans un processus de création artistique : analyse des contre-transferts corporels, cadre adapté aux besoins du public, code déontologique, éthique d'accompagnement, analyse du mouvement, lecture du corps, outils de création chorégraphique.

La danse-thérapie invite le sujet à la rencontre des sensations, images et états émotionnels dans un cadre défini et pensé dans la relation thérapeutique. Il s'agit de travailler à (re)trouver une unité psychocorporelle, à symboliser et mettre en forme le vécu et à organiser le corps.

La danse-thérapie s'adresse à tous, sans pré-requis et s'exerce dans divers domaines : institutions thérapeutiques, établissements sociaux et éducatifs, développement personnel, thérapie, artistes souhaitant approfondir leur rapport au corps, etc.

Les art-thérapies se définissent par un travail d'accompagnement du sujet dans un processus de création lui permettant de s'exprimer psychologiquement et corporellement par la mise en forme symbolique.

Selon la Fédération Française des Arts-Thérapeutes, le/la professionnel.le crée un "dispositif d'accompagnement permettant à la personne d'exprimer, de mettre en forme et d'élaborer le dicible comme l'indicible, de créer des liens et du sens dans un processus de changement."¹⁶

Contrairement à la psychothérapie, les arts-thérapies ne centrent pas la thérapie sur l'analyse de l'oeuvre ou de la production artistique. Comme l'écrit Jean-Pierre Klein : "Le dessein de l'art-thérapie n'est pas d'expliquer le passé mais d'ouvrir à des anticipations imaginaires de soi-même à travers des figurations visuelles, auditives, kinesthésiques..."¹⁷

La danse-thérapie utilise la voie kinesthésique du mouvement dansé dans le processus art-thérapeutique. Comme l'énonce Jocelyne Vaysse¹⁸, danse-thérapeute et pionnière française, le terme "thérapie" renvoie aux principales théories psychothérapeutiques impulsées par les psychanalystes S. Freud, C. Jung, A. Adler, etc.

Le terme "danse" insiste sur la portée artistique et le processus de création à l'oeuvre dans le processus thérapeutique. Le mot "mouvement" qui distingue les terminologies "Danse-thérapie" et "Danse /Mouvement thérapie" déplace le focus sur l'expression du corps en mouvement et s'éloigne d'une conception technique et performative de la danse.

Plusieurs organisations de danse-thérapie se sont fédérées et promulguent une vision de la danse-thérapie commune bien que des singularités s'observent. Selon la *Société Française de Danse-thérapie*, "La danse-thérapie reprend une fonction universelle de la danse qui s'appuie sur la dynamique corporelle et symbolique de la danse, pour aider l'Homme à intégrer harmonieusement les différents registres qui le constituent : physique, psychique, mental et social."¹⁹

¹⁶ FFAT website : <https://www.ffat-federation.org/art-therapie>, consulté le 23/08/2021.

¹⁷ Klein J.P., 1997, *L'art-thérapie, Que sais-je ?*, Paris, Presses Universitaires de France, p. 122.

¹⁸ Vaysse, J., 2011, Être acteur de sa santé par la danse : apports socioculturels entre Afrique et Europe, *Présence Africaine*, 183(1), pp.49-64.

¹⁹ SFDT website : <https://www.sfdt.fr>, consulté le 21/12/2018.

L'*American Dance Therapy Association (ADTA)* précise la valeur psychothérapeutique de la danse-thérapie : " L'*American Dance Therapy Association (ADTA)* définit la thérapie par la danse et le mouvement comme l'utilisation psychothérapeutique du mouvement pour promouvoir l'intégration émotionnelle, sociale, cognitive et physique de l'individu."²⁰ L'ADTA représente actuellement la fédération la plus développée dans le domaine de la danse-thérapie (publications, congrès, conférences, banque de données, comités, etc).

L'*European Association of Dance movement Therapy* caractérise la danse-thérapie comme "(...) l'utilisation thérapeutique du mouvement pour favoriser l'intégration émotionnelle, cognitive, physique, spirituelle et sociale de l'individu. La danse, en tant que mouvement corporel, expression créative et communication, est l'élément central de la thérapie par la danse et le mouvement. Partant du principe que l'esprit, le corps, l'état émotionnel et les relations sont interdépendants, le mouvement corporel fournit simultanément le moyen d'évaluation et le mode d'intervention de la thérapie par la danse et le mouvement."²¹

Toutes ces définitions s'accordent sur la démarche holistique intrinsèque à l'accompagnement danse-thérapeutique. Selon chacune des définitions citées précédemment, la danse-thérapie permet à l'individu d'agir sur les différentes sphères qui composent son identité en favorisant une circulation entre les espaces physique, psychique, cognitif, affectif et social.

Les arts-thérapies témoignent d'un intérêt naissant dans le domaine scientifique et s'appuient autant sur l'héritage psychothérapeutique et psychanalytique que sur l'histoire de l'art.

Aussi, nous proposons d'examiner les origines des arts-thérapies, en nous penchant spécifiquement sur le domaine de la danse-thérapie, afin de mieux définir ces approches thérapeutiques et esthétiques.

²⁰ <https://www.adta.org>, consulté le 25/08/2021. Traduction de l'auteurice de la thèse.
Texte original : "The American Dance Therapy Association (ADTA) defines dance/movement therapy as the psychotherapeutic use of movement to promote emotional, social, cognitive and physical integration of the individual."

²¹ <https://eadmt.com/what-is-dance-movement-therapy-dmt>, consulté le 25/08/2021.
Traduction de l'auteurice de la thèse.
Texte original : "(...) the therapeutic use of movement to further the emotional, cognitive, physical, spiritual and social integration of the individual. Dance as body movement, creative expression and communication, is the core component of Dance Movement Therapy. Based on the fact that the mind, the body, the emotional state and relationships are interrelated, body movement simultaneously provides the means of assessment and the mode of intervention for dance movement therapy."

2. Approches historiques de la danse-thérapie.

Historiquement, le lien entre art et guérison trouve son origine dans des racines ancestrales : "Nous pouvons dire que la thérapie, la guérison, l'art et le sacré sont reliés depuis des milliers d'années."²² Les rituels païens qui s'accompagnaient de danses, de chants et de musique dictaient les étapes de vie de l'être humain. Le rituel permettait de transmettre l'histoire de la tribu, de se relier au spirituel, de dépasser les obstacles de la vie quotidienne et de mobiliser la force vitale. L'expérience individuelle résonnait avec l'expérience du groupe. Les chamans veillaient à la santé physique et psychique de leur tribu. Joost Meerloo, docteur en médecine et psychanalyste, explique qu'"Il y a des siècles, le jeu entre le rythme du chant et le rythme du mouvement devint un rite religieux qui devait libérer l'homme de sa peur, du poids de la séparation et de la mort. La danse de l'homme-médecine, du prêtre ou du chaman est une des plus anciennes formes de médecine et de psychothérapie, dans laquelle l'exaltation commune et l'abandon des tensions pouvaient transformer la tension humaine physique et mentale en un nouveau choix de santé."²³

Les rites marquaient la vie individuelle, collective et permettaient d'apaiser la communauté. Ils agissaient également comme marqueurs d'une histoire collective qui se transmettait de générations en générations. C'est le cas, par exemple, du tarentisme, un rituel qui mêle musique et danse et qui apparaît au Moyen-Age, dans la région des Pouilles au sud de l'Italie, ou bien encore du N'Döep, une transe thérapeutique chez les Lébus du Sénégal.

Pour Joan Chodorow, danse-thérapeute et pionnière américaine, la danse-thérapie s'inscrit dans un héritage ancestral où l'on considérait la maladie comme une perturbation de l'âme qui pouvait se soigner par des rituels qui relèvent de la danse : "Les racines de ce travail remontent à la plus ancienne histoire de l'humanité, lorsque la maladie était considérée comme une perte d'âme et que la danse faisait partie intégrante du processus de guérison."²⁴

²² Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.51.

²³ Meerloo J., 1967, *Creativity and Eternization*, New York, Humanities dans Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.51.

²⁴ Chodorow, J., Chapter 20 : The Body as a Symbol, Dance / Movement in Analysis dans: Pallaro, P., 1999, *Authentic movement : Moving the body, moving the self, being moved, a collection of essays*, Levittown, PA Jessica Kingsley Publishers, p. 253. Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "The roots of this work can be traced to earliest human history when disease was seen as a loss of soul and dance was an integral part of the healing process."

Dans la Grèce antique, Platon (428-348 av. J.-C.) voyait dans l'art, et plus particulièrement, dans la poésie, le moyen d'entrer profondément dans le savoir humain. Dans *La République*, il alla jusqu'à exclure certains poètes qui, selon lui, avaient affadi leur art au profit de l'esthétique en privilégiant la "décoration" plutôt que l'exploration des sentiments humains les plus profonds. Sur son lit de mort, Socrate se tourne vers la poésie afin de trouver la force de vivre cette épreuve fatale qu'est la mort.²⁵ L'art est considéré comme un outil de passage de la vie à la mort et plus généralement de toutes les étapes que traverse l'humain au sein de sa tribu, sa communauté, sa société. L'art garantit un lien entre le corps et l'esprit et accompagne chaque individu dans ses étapes fondatrices.²⁶

Les cultures orientales sont particulièrement constituées d'enseignements de vie où les contes, la poésie et la danse permettent la transmission de valeurs et de traditions. L'exemple de la culture japonaise est notable car l'art investit tous les aspects de la vie, de la médecine à l'architecture en passant par les jardins, la sexualité et la spiritualité. L'art est une des voies d'accès à la connaissance de soi et du monde dans lequel on vit.

Cependant, la connexion entre le corps et l'esprit, soutenue par le médium artistique, se voit mise en danger par l'avènement du cartésianisme.

3. Les apports de la philosophie, de la psychologie et de la psychanalyse à la danse-thérapie.

Au XVII^{ème} siècle, la culture occidentale est largement influencée par le dualisme cartésien qui attribue à l'âme et au corps des savoirs indépendants. Le dualisme cartésien ne nie pas les rapports de causalité possibles entre l'âme et le corps mais insiste sur le fait que l'âme est une substance pensante entièrement indépendante du corps.²⁷ C'est alors que la pensée mécaniste, qui décrit les phénomènes naturels comme résultant uniquement d'une dynamique de cause à effet, fait son apparition et marque une rupture entre le lien homme-nature. Cette scission entre humanité et environnement crée des conceptions objectivées du vivant. Par exemple, l'animal est considéré comme une machine sans âme (théorie de l'animal-machine).²⁸

²⁵ Platon, 1993, *République*, Paris, Seuil.

²⁶ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or.

²⁷ R. Descartes, 1647, *Principes de la philosophie, (Principia philosophiae, Epistola ad Voetium)*, trad. Picot, I, 60, URL: http://www.philotextes.info/spip/IMG/pdf/principes_i.pdf

²⁸ <https://fr.wikipedia.org/wiki/Animal-machine>, consultée le 10 juillet 2019.

Comme l'écrit Daria Halprin, "Ces systèmes de valeurs renvoyaient à une relation désincarnée du corps, des émotions et de l'esprit" ²⁹ où le dialogue entre corps et esprit est peu considéré. L'art des rituels et les cultures païennes sont envisagés comme primitifs et hérétiques par l'Eglise chrétienne. La médecine, la religion et les sciences cloisonnent les relations entre le corps et l'esprit "(...) privant le corps de ses droits d'être le lieu-par excellence-où vivre notre expérience."³⁰

Ce cloisonnement fait perdre à l'art son pouvoir de guérison, ce dernier revêtant principalement un rôle de divertissement. L'art est principalement considéré comme une source de divertissement jusqu'au XVIIIème siècle.³¹

Au début du XXème siècle, le cartésianisme est remis en question par certains penseurs (Henri Bergson, Edgar Morin, Michel Serres entre autres) qui formulent l'idée que le corps est un tout non divisible en parties et que la connexion entre toutes ces parties forme la totalité de l'être humain.

Ce positionnement neuf rappelle celui d'Aristote et des penseurs monistes (Démocrite, Epicure) qui, dans l'antiquité, envisagent le lien entre le monde matériel et le monde spirituel. La réflexion qui tend à l'union du monde spirituel et matériel renvoie à la démarche holistique. Le holisme, du grec holos, "entier", refait donc surface au XXème siècle, dans une époque de haute technologie, où il s'agit de "(...) ré-intégrer la sagesse ancienne dans le savoir, dans les savoirs-faire et dans les défis de l'époque actuelle."³²

Le holisme caractérise le sujet dans sa globalité physique, psychique, mentale et spirituelle. Kurt Golstein, neurologue et psychiatre, définit la démarche holistique et précise que "(...) tout élément ne peut être compris qu'en relation avec la totalité de l'organisme."³³ Les racines théoriques de la pensée holistique s'inscrivent également dans les champs de la psychologie et de la psychanalyse dont le bagage théorico-clinique nourrit la danse-thérapie.

²⁹ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.53.

³⁰ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.80.

³¹ Abécassis W., relecture.

³² Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.55.

³³ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.68.

Dans la lignée d'une considération holistique du sujet, la psychanalyse naît à la fin du XIXème siècle. Sigmund Freud (1856-1939), médecin, neurologue autrichien, crée cette thérapie qui vise à l'exploration de l'inconscient en vue de soigner les troubles psychiques.

Il s'agit donc d'envisager le trouble dans l'entière de l'être pour soigner également les symptômes corporels. S. Freud voit en la psychanalyse le moyen d'élucider certains actes, symptômes ou pensées névrotiques produits par l'inconscient.

Il crée les notions d'association libre et de sublimation pour tenter de comprendre les méandres psychiques. L'association libre désigne la capacité du.de la patient.e à exprimer spontanément ses pensées dans le cadre des séances analytiques. Le principe de sublimation se définit par le déplacement d'une pulsion sexuelle (libido) vers un but non sexuel (création artistique, intellectuelle, etc.) qui transforme les pulsions destructrices et les symptômes du sujet en éprouvés constructifs. Freud écrit : "La pulsion sexuelle met à la disposition du travail culturel des quantités de forces extraordinairement grandes et cela par suite de cette capacité spécialement marquée chez elle de pouvoir déplacer son but sans perdre pour l'essentiel de son intensité. On nomme cette capacité d'échanger le but sexuel originaire contre un autre but qui n'est plus sexuel, mais qui lui est psychiquement apparenté, capacité de sublimation."³⁴

S. Freud aborde, à travers ce qu'il nomme les "souvenirs-écrans", qui visent à masquer les souvenirs refoulés, l'ancrage des traumatismes dans la petite enfance qui se ré-actualisent à l'âge adulte. Comparant le processus analytique à des fouilles archéologiques, S. Freud signe en cela l'importance du rôle des mémoires archaïques dans le processus thérapeutique.

L'exploration de l'inconscient et les concepts théoriques de S. Freud tels que l'association libre et le principe de sublimation, font écho au travail danse-thérapeutique. La danse est une voie d'exploration de l'inconscient où les mouvements, créés les uns à la suite des autres, empruntent au principe d'association libre, notamment dans l'improvisation où les mouvements émergent spontanément.

En danse-thérapie, la sublimation des pulsions du.de la patient.e s'organise en acte de création dansée. Le principe de sublimation agit comme élément transformateur des pulsions destructrices du sujet afin de les réorganiser dans l'acte créateur. Les mémoires archaïques se révèlent particulièrement significantes dans le domaine de la psychanalyse mais également dans l'approche des thérapies basées sur le processus de création : "La métaphore de Freud

³⁴ Freud S., 1908d, *In Die Fähigkeit zur Sublimierung*, G W VII, p.150, traduction française : *La Vie sexuelle*, PUF, p. 33.

comparant le processus analytique à des fouilles archéologiques est toujours valable pour les approches dans lesquelles la rencontre créatrice avec notre mémoire nous permet de traverser les difficultés de notre vie quotidienne."³⁵ La résurgence de traumatismes enfouis représente un matériau de travail thérapeutique que l'objet artistique vise à transformer.³⁶

À la différence de Freud, le médecin et psychothérapeute Alfred Adler (1870-1937), fondateur de la psychologie individuelle, n'envisage pas le sujet comme soumis à ses instincts ou pulsions. D'après lui, ce qui détermine le sujet est sa capacité à la sublimation : le sujet devient capable, responsable, créateur.

Le terme psychologie "individuelle" indique que chaque être humain est différent et donc que chaque traitement se doit de s'ajuster à cette singularité ontologique. Pour ce faire, A. Adler souligne l'importance dans le processus thérapeutique, de prendre en compte les différentes composantes du sujet : psychiques, mentales et physiques. Il s'inscrit dans une vision holistique en proposant une thérapie personnalisée basée autant sur les données issues du corps que de la psyché du sujet. Il se penche notamment sur l'utilisation conjointe du corps et de la psyché dans la résolution du conflit à travers la métaphore du mouvement : "(...) le dilemme du pas en avant et du pas en arrière aboutissant au piège du point mort, où la personne est incapable de bouger."³⁷

L'héritage adlérien se retrouve en danse-thérapie par le souhait de rendre l'individu créateur de sa vie psychique et corporelle. Le ou la danse-thérapeute instaure un cadre de soin qui requiert une adaptation individuelle et constante à chaque sujet.

La psychanalyse de Carl J. Jung vient également nourrir les fondements de la danse-thérapie. La notion d'archétype que Jung compare à l'*eidōs* de Platon, qui peut se traduire par "idée" ou "forme", renvoie à des modèles communs de perception. Selon Jung, l'archétype est porteur d'images inconscientes et collectives qui serviraient de matériau au travail thérapeutique.

L'archétype devient une voie de connaissance, de compréhension de soi et de l'environnement, dans laquelle le sujet s'inscrit : "Jung a senti que les archétypes, les mythes,

³⁵ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.59.

³⁶ Schott-Billmann, F., 2015, Danse et psychanalyse : regards croisés, *Insistance*, 9(1), pp. 29-39.

³⁷ Adler A. dans Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.60.

les symboles et les rêves étaient un excellent moyen d'aller à la rencontre des mécanismes du psychisme, un moyen plus sûr que l'exploration des souvenirs refoulés."³⁸

Le sujet qui parvient à conscientiser ses archétypes accède à une connaissance de lui-même qui lui permet d'agir. Le processus de la cure psychanalytique suit des phases archétypiques tout comme les paraboles des religions anciennes qui guident l'individu vers une introspection totale : "Le but du processus thérapeutique est de permettre d'assimiler les éléments inconscients de sa psyché et réussir ainsi finalement l'intégration de sa personnalité et la guérison de sa dissociation névrotique."³⁹ L'idée de transcendance jungienne fait écho à la sublimation freudienne, où le sujet ré-écrit la charge affective de ses souffrances via l'introspection.

En 1913, Jung développe un modèle de thérapie psycho-artistique, le concept d'imagination active, qui relie les matériaux psychiques du conscient et de l'inconscient. L'exploration des symboles et des archétypes via divers outils d'expression artistique (peinture, mouvement, etc) permet l'auto-analyse : "(...) inscrire le symbole corporellement est encore plus efficace que de se servir de l'imagination comme on le fait couramment."⁴⁰ Ainsi, le médium artistique, chez Jung, est utilisé dans la cure et permet d'inscrire de manière sensible les parts inconscientes du sujet. L'art devient un support pour fixer les images inconscientes.

Toutefois, les archétypes se différencient des représentations archétypiques puisque ces dernières siègent dans l'inconscient sans pouvoir être "représentables" par la conscience : "Les représentations archétypiques que nous transmet l'inconscient ne doivent pas être confondues avec l'archétype en soi. Ce sont des formations extrêmement variées qui font référence à une forme fondamentale non représentable en elle-même."⁴¹

Très tôt dans sa carrière, en 1961, C. Jung expérimente le mouvement comme voie de communication, notamment avec l'une de ses patientes schizophrènes.⁴² Il reproduit ses

³⁸ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.61.

³⁹ Jung C. G., Volume 16 des Oeuvres complètes de Jung, « *La pratique de la psychothérapie* », sur S.F.P.A. Société Française de Psychologie Analytique cgjungfrance.com consulté le 26 juillet 2019.

⁴⁰ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.61. Daria Halprin note que pour cette citation, il faut se référer aux ouvrages de Chodorow J. et Von Franz, M. (Pas d'ouvrages spécifiques notés).

⁴¹ Jung C. G., 1954 (réédition 1995), *Les racines de la conscience, Études sur l'archétype*, Paris, Hachette, Le Livre de Poche, p.238.

⁴² Jung C. G., 1954 (réédition 1995), *Les racines de la conscience, Études sur l'archétype*, Paris, Hachette, Le Livre de Poche.

gestes, les imite et parvient ainsi à entrer dans une communication non-verbale inconsciente. D'après C. Jung, la communication somatique⁴³ est particulièrement efficace auprès de patient.e.s dont le conflit psychique n'est pas encore psychiquement représenté ou représentable et dicible verbalement. Comme l'écrit C. Jung : "Le Soi prend ses racines dans le corps, à l'intérieur même des éléments chimiques corporels."⁴⁴

En danse-thérapie, l'Expression Primitive et le Mouvement Authentique utilisent les archétypes comme support d'expression de l'inconscient. Le Mouvement Authentique crée un espace en soi pour laisser jaillir les images fondatrices de notre être alors qu'en Expression Primitive, il s'agit d'imiter ou d'incarner des images primitives suggérées : l'image du ou de la guerrière.e, du.de la semeuse.e, les symboles tels que la maternité, la féminité, la masculinité, le lien à la terre et au ciel. Ce langage iconique ancestral renvoie à l'histoire et à la culture de la communauté et s'inscrit dans les fondements de l'inconscient collectif.

Le procédé d'imitation du registre non-verbal que Jung utilise auprès de ses patient.e.s schizophrènes est repris par de nombreux.ses danse-thérapeutes et se retrouve dans l'emploi du *mirroring* qui consiste à répéter et amplifier les mouvements du.de la patient.e.⁴⁵ L'approche jungienne, de par son utilisation du médium artistique, est une des influences majeures de l'accompagnement thérapeutique en danse-thérapie.

Erich Fromm (1900-1980), psychanalyste humaniste, évoque, quant à lui, le dialogue entre l'individu et son environnement dans la résolution du conflit psychique. Les conflits internes sont à examiner en relation avec les conflits socio-politiques. Le psychanalyste entend un lien direct entre l'environnement et la dichotomie entre liberté et soumission. Selon lui, le sujet est animé par la capacité de libre progression et la résistance à la régression imposée par

⁴³ Le terme "somatique" désigne le corps perçu depuis son intériorité : "Le soma, perçu de l'intérieur, est catégoriquement distinct d'un corps, non pas parce que le sujet est différent mais parce que le point de vue est différent : c'est une proprioception immédiate, un mode sensoriel qui fournit des données uniques." Dans Thomas H., « Qu'est-ce que la somatique ? », *Recherches en danse* [En ligne], Traductions, mis en ligne le 16 juin 2017, consulté le 30 août 2021. URL : <http://journals.openedition.org/danse/1232>

⁴⁴ Jung C. G. 1953b, *Psychology and Alchemy*, CW 12, New-York, Pantheon, para 242, in Stromsted T., 2014, *Embodied Alchemy®: Awakening Spirit in the Body*, In Cowan L.(Ed.), *One hundred years on : Origins, innovations and controversies*, Proceedings of the 19th International IAAP Congress for Analytical Psychology, Copenhagen, Denmark, August 18-23, 2013. Einsiedeln, Switzerland.

Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "The Self has its roots in the body, indeed in the body's chemical elements."

⁴⁵ Bernstein P.L, 1979, *Eight theoretical approaches in Dance / Movement Therapy*, Dubuque, IA, Kendall / Hunt.

l'environnement (familial, sociétal, etc). Cette approche trouve un écho avec la création artistique, espace où se rejoue les codes établis, la notion de norme, et plus directement la construction identitaire en lien avec l'imaginaire parental. "L'imaginaire" est un terme qui désigne les représentations inconscientes issues de notre culture et héritée de notre entourage primitif, principalement familial : "Le terme imaginaire renvoie à la représentation que l'enfant se fait des personnages importants de son entourage, représentation qui s'enrichit à travers les différentes étapes de sa vie infantile."⁴⁶ Le sujet est déterminé par l'imaginaire parental mais peut y apporter des nuances ou s'affranchir du cadre qu'il représente.

La psychologie existentielle participe aussi au fondement historique de la danse-thérapie puisqu'elle envisage l'être humain dans sa globalité. William James (1842-1910) est reconnu comme l'un des pionniers de la psychologie existentielle. D'après lui, l'expérience de compréhension de l'être humain agit à plusieurs niveaux : perceptif, sensoriel, affectif, intuitif, imaginaire et spirituel.

Il influence le phénoménologue Edmond Husserl (1859-1938) qui s'appuie sur la pluralité des expériences vécues par le sujet pour fonder la phénoménologie.

Dans le Petit Larousse de psychologie⁴⁷, on définit la phénoménologie comme une "étude descriptive des vécus psychologiques (actes, états, croyances, objets) tels qu'ils peuvent apparaître à la conscience de celui qui en fait l'expérience". L'attention est portée sur l'expérience du sujet dans l'instant, via une approche holistique et interdisciplinaire.

La phénoménologie, ou sciences des phénomènes, est une appréhension scientifique de ce qui apparaît à la conscience par la perception. Par la description détaillée et la transcription du vécu du sujet, la phénoménologie vise à une appréhension du monde en première personne : il s'agit de "(...) formuler une expérience du monde, un contact avec le monde qui précède toute pensée sur le monde."⁴⁸

Le fait de se centrer sur l'expérience personnelle du sujet est le principe fondateur de la phénoménologie dont les penseurs sont les philosophes E.Husserl, Soren Kierkegaard (1813-1855), Martin Heidegger (1889-1976) pour ne citer qu'eux. Il s'agit de se démarquer du réductionnisme de la psychologie en insistant sur le vécu du/de la patient.e et non pas sur

⁴⁶ Rioux, A., 2013, Imagos parentales et idéaux des enseignants. *Connexions*, 99, pp. 141-152.

⁴⁷ *Le Petit Larousse de la psychologie*, 2019, Collection Sciences Humaines, éditions Larousse.

⁴⁸ Merleau-Ponty M, 1996, *Sens et Non-sens*, Université de Californie, Gallimard, p.49.

les interprétations de ce vécu. De même, citons l'influence du phénoménologue français Merleau-Ponty (1908-1961) qui place le la phénoménologue non pas comme un.e analyste mais comme un.e observateur.trice qui "laisse être" les choses et le monde.⁴⁹

Outre le positionnement d'observation du vécu en première personne qui fait lien avec le processus de création danse-thérapeutique, la phénoménologie merleau-pontyenne place le corps au centre de l'expérience.

Maurice Merleau Ponty introduit le corps comme premier objet de connaissance en relation avec le monde qui l'entoure, il est "(...) le premier modèle des transpositions, des équivalences, des identifications qui font de l'espace un système objectif et permettent à notre expérience d'être une expérience d'objets, de s'ouvrir sur un 'soi'."⁵⁰

Du concept de "chair" à celui de "corps propre", qui désigne un corps incarné et agissant, Merleau-Ponty explore à travers ses ouvrages⁵¹, la manière dont le corps agit en étroite relation avec le monde, présentant ainsi la conception d'une philosophie de l'incarnation et de l'expression⁵² : "Il nous faut rejeter les préjugés séculaires qui mettent le corps dans le monde et le voyant dans le corps, ou, inversement, le monde et le corps dans le voyant, comme dans une boîte. Où mettre la limite du corps et du monde, puisque le monde est chair ?"⁵³

La "chair" merleau-pontyenne renvoie au continuum du corps dans le monde, aux résonances entre ces deux entités et à la manière dont la chair du monde imprègne le corps à son tour. Pour percevoir, le corps du sujet *est* le monde.

Dans cet "entrelac"⁵⁴ entre chair du corps et chair du monde, l'inconscient est central. Le corps s'exprime dans un rapport d' "adhérence"⁵⁵ au monde et non pas de connaissance ni de perception consciente. Le corps s'affirme comme "(...) l'origine de tous les [espaces expressifs], le mouvement même d'expression, ce qui projette au dehors les significations en

⁴⁹ Gioffredi P., 2012, *Le porte-à-faux : une notion merleau-pontyenne pour penser la danse contemporaine*, thèse soutenue sous la direction de Maryvonne Saison, p.19, consultée le 16/04/20 : https://bdr.parisnanterre.fr/theses/internet/2012PA100191_diff.pdf

⁵⁰ Merleau- Ponty M.,1945, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard, p.166.

⁵¹ Merleau Ponty M., 1964, *L'oeil et l'esprit*, Paris, Gallimard ; Merleau Ponty M., 1964, *Le visible et l'invisible*, Paris, Gallimard.

⁵² Duchêne J., 2005, Merleau-Ponty lecteur de Biran : à propos du corps propre, *Revue Philosophique de Louvain*, Quatrième série, tome 103, n°1-2, pp. 42-64.

⁵³ Merleau Ponty M., 1964, *L'oeil et l'esprit*, Paris, Gallimard, p.180.

⁵⁴ Merleau-Ponty M., 1964, *Le visible et l'invisible*, Gallimard.

⁵⁵ Merleau-Ponty M., 1964, *Le visible et l'invisible*, Gallimard.

leur donnant un lieu, ce qui fait qu'elles se mettent à exister, comme des choses, sous nos mains, sous nos yeux (...). Le corps est notre moyen général d'avoir un monde. Tantôt il se borne aux gestes nécessaires à la conservation de la vie, et corrélativement il pose autour de nous un monde biologique ; tantôt, jouant sur ces premiers gestes et passant de leur sens propre à un sens figuré, il manifeste à travers eux un noyau de signification nouveau : c'est le cas des habitudes motrices comme la danse."⁵⁶

Le corps est désigné comme espace expressif du vécu interne qui se projette dans l'espace externe à travers le mouvement spontané, les affinités sensorielles ou l'habitus d'une pratique corporelle telle que la danse.

Il s'agit là de considérer la corporalité comme souveraine dans la perception de l'objet externe. La conscience du corps agit indépendamment de la conscience intentionnelle.

La dimension corporelle donne sens aux informations provenant du monde. En plaçant son attention sur le corps comme conscience, Maurice Merleau-Ponty insiste sur les relations entre le monde (les phénomènes) et le corps. En d'autres termes, le sens jaillit de cette co-existence entre mon corps et ce qu'il perçoit du monde.⁵⁷

Le monde est envisagé depuis la matrice corporelle. Ainsi, les repères ontologiques corporels, sensoriels, sensori-moteurs, spatio-temporels façonnent notre rapport au monde et évoluent corrélativement aux stimuli perceptifs. En habitant mon corps, j'habite le monde.

Dans son ouvrage *Phénoménologie de la Perception*⁵⁸ et plus particulièrement dans le chapitre dédié au *Sentir*, Merleau-Ponty évoque l'importance des données sensorielles en vue d'une compréhension du monde considérant que le corps "(...) est cet étrange objet qui utilise ses propres parties comme symbolique générale du monde et par lequel en conséquence nous pouvons "fréquenter" ce monde, le "comprendre" et lui trouver une signification."⁵⁹

Le corps se fait support et incarnation d'une compréhension intelligible du monde avant l'analyse par la pensée. La dimension corporelle contribue à une compréhension du sensible qui précède le jugement, la conceptualisation, la représentation.

⁵⁶ Merleau-Ponty M.,1945, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard, p.171.

⁵⁷ Kristensen, S., 2006, Maurice Merleau-Ponty, une esthétique du mouvement, *Archives de Philosophie*, tome 69(1), pp.123-146.

⁵⁸ Merleau-Ponty M.,1945, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard.

⁵⁹ Merleau-Ponty M.,1945, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard, p. 274.

La théorie de l'entrelac-chiasme merleau-pontyen⁶⁰, qui entend un entremêlement du corps et du monde, rappelle combien le corps est le médium d'une danse qui le traverse et qui est traversée par ce corps. Ce double-mouvement est à l'oeuvre également dans le processus thérapeutique dont les parts conscientes et inconscientes apparaissent au sujet dans un même temps.

L'intrication du corps et du monde fait écho à la pratique danse-thérapeutique et plus particulièrement au Mouvement Authentique, que je détaillerai par la suite, où il s'agit de "se laisser bouger" par l'environnement, l'extérieur, l'autre que soi, plutôt que de "bouger"⁶¹ intentionnellement. Les mouvements inconscients, automatiques, irréfléchis ainsi que le registre non-verbal apparaissent au coeur de l'étude danse-thérapeutique.

L'approche phénoménologique invite à porter l'attention sur le vécu sans velléité de maîtrise et investit l'expression du sujet dans l'instant. En cela, la proximité avec le processus danse-thérapeutique est manifeste : l'instantanéité de l'action thérapeutique surgit dans le mouvement, la création artistique amène un processus de description de l'expérience en première personne.

En s'appuyant sur les démarches des phénoménologues et de la psychologie existentielle cités précédemment, Otto Rank (1884-1939), ancien étudiant de Freud, contribue au développement d'une psychologie phénoménologique et existentielle. Il valorise la rencontre avec le.la patient.e et la notion de "moment présent". Il se passionne pour le mythe et le symbole et y voit l'expression des fantasmes régressés du sujet.

Ces concepts sont précurseurs de la thérapie par l'expression artistique qui utilise le support artistique et symbolique comme projection de l'inconscient, et qui prend en compte l'ici et maintenant de la rencontre thérapeutique "(...) dans la conviction que l'attention et les liens émotionnels intuitifs peuvent produire une croissance individuelle et dans l'insistance sur l'importance du respect pour le caractère unique et le potentiel du patient."⁶²

L'essentialité de la valeur accordée à la rencontre thérapeutique rejoint les conceptions du courant de la psychologie humaniste, porté principalement par le psychiatre et neurologue

⁶⁰ Merleau-Ponty M., 1945, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard.

⁶¹ Whitehouse M, in Pallaro P., 1999, p. 43 : "'moving' and 'being moved'".

⁶² De Carvalho, R., 2010, Otto Rank, le cercle rankien de Philadelphie et les origines de la psychothérapie centrée sur la personne de Carl Rogers, *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*, 12(2), pp.40-63.

Kurt Goldstein (1878-1965), le psychologue Abraham Maslow (1908-1970) et le psychologue Carl Rogers (1902-1987). La psychologie humaniste s'appuie sur le principe phénoménologique pour concevoir une thérapie proche du sujet en valorisant l'exploration du potentiel humain et en s'éloignant d'une psychologie symptomatique tournée vers la pathologie.

Cette approche propose une considération holistique du.de la patient.e en cherchant à créer une harmonie entre les parties et le tout de manière à rendre au sujet ses pleines capacités.⁶³

La psychologie humaniste met en avant la part saine du.de la patient.e.⁶⁴ Ce concept fait écho au travail danse-thérapeutique qui s'adresse à la part saine du sujet comme moteur thérapeutique.

Carl Rogers approfondit la relation entre le.la thérapeute et le.la patient.e (qu'il préfère nommer client.e afin de ne pas considérer la personne depuis sa pathologie) en créant une thérapie centrée sur la personne, "*Person-centered Approach*". La qualité de la relation thérapeutique se base sur l'accueil inconditionnel et bienveillant du.de la client.e notamment via un regard positif et l'attitude chaleureuse du.de la thérapeute. Ce.tte dernièr.e exerce une posture empathique, admet la problématique présentée par le.la client.e depuis son cadre de référence : "(...) sentir la colère, la peur, l'embarras du client comme si c'étaient les siens, tout en restant à distance de cette colère, de cette peur et de cet embarras : voilà la condition que nous essayons de décrire (en définissant ce qu'est l'empathie)."⁶⁵

Carl Rogers décrit également le concept de congruence qui désigne la correspondance entre la pensée, le ressenti et la mise en acte, principe que le.la thérapeute se doit d'incarner dans la relation thérapeutique. Le psychologue préconise un savoir-être qui tend à ne pas hiérarchiser la posture du.de la thérapeute afin de créer un rapport d'équité.

En cela, il se rapproche de la philosophie existentialiste de Kierkegaard : "(...) je crois que la meilleure façon d'exposer ce but de la vie, tel que je le vois dans mes rapports avec mes clients, est d'employer les mots de Soeren Kierkegaard : être vraiment soi-même⁶⁶."

⁶³ Goldstein K., 1934/1995, *The organism : A holistic approach to biology derived from pathological data in man*, New York, Zone Books, 1^{re} éd., poche.

⁶⁴ Maslow A., 1968, *Vers une psychologie de l'être*, Coll. L'expérience psychique, Paris, Fayard.

⁶⁵ Rogers C., 2001, *L'approche centrée sur la personne*, trad. H.G.Richon, Lausanne, Randin, p. 167.

⁶⁶ Rogers C., (1^{ère} édition 1961), 2005, *Le développement de la personne (On Becoming a Person)*, Dunod, p.124.

En se positionnant en humain.e face à un.e autre humain.e dans l'accueil inconditionnel, Rogers renvoie l'individu à lui-même. Il ne cherche pas à établir de diagnostic ou à donner de directives à ses client.e.s. C'est ce que Kierkegaard nomme le "devenir soi-même" et que Rogers conceptualisera par "l'auto-direction responsable."⁶⁷

Rogers qualifie cette forme de psychothérapie comme "(...) la libération d'une capacité déjà existante dans un être humain potentiellement compétent."⁶⁸

En danse-thérapie, l'écoute du.de la client.e (patient.e) se qualifie dans le dialogue non-verbal par le choix de mouvements non-directifs. Le.La danse-thérapeute danse *avec* le sujet, en se rendant disponible psychiquement et corporellement. L'étude de ses propres contre-transferts corporels permet au.à la danse-thérapeute de conserver sa disponibilité physique et psychique afin de maintenir une distance nécessaire entre ses ressentis et ceux de la personne qu'elle accompagne. Il s'agit de donner la possibilité au "Je" du ou de la patient.e de s'exprimer pleinement afin de trouver une résolution à ses propres conflits interpersonnels.

De la psychanalyse à la psychologie, les origines de la danse-thérapie s'ancrent également dans des formes de thérapie plus spécifiques. Fritz Perls (1893-1970), psychiatre et psychothérapeute, fonde la "Gestalt" thérapie avec sa compagne Laura Posner Perls (1905-1990), psychologue, ancienne danseuse, et Paul Goodman (1911-1972), écrivain et penseur. Du verbe *gestalten*, "mettre en forme, donner une structure signifiante"⁶⁹, la Gestalt thérapie invite à la conscientisation de sa propre structure en développant l'écoute de son dialogue intérieur verbal et non-verbal. La Gestalt thérapie, qui place le vécu perceptif et le travail sur le déploiement d'une forme au centre de son processus thérapeutique, est une des sources influentes du courant danse-thérapeutique.

Le concept fondateur de la Gestalt se définit ainsi : "(...) l'expression par le comportement révèle sa signification directement dans la perception."⁷⁰ C'est à travers le vécu perceptif que

⁶⁷ Rogers C., (1ère édition 1961), 2005, *Le développement de la personne (On Becoming a Person)*, Dunod, p.128.

⁶⁸ Rogers C., (1ère édition 1961), 2005, *Le développement de la personne (On Becoming a Person)*, Dunod, p.128.

Notons au passage le lien avec le concept du capacitaire en émersionologie que nous détaillerons par la suite et qui décrit l'émergence des capacités enfouies du sujet.

⁶⁹ Ginger S., fondateur de l'Ecole Parisienne de Gestalt, *Qu'est-ce que la Gestalt ?*, http://www.licorne-formation.com/media/a898a76_gestalt1.pdf, consultée le 30 août 2019

⁷⁰ Arnheim R., 1973, *Vers une psychologie de l'art : suite d'essais*, Paris, Seghers, p.45.

siège la compréhension de soi-même. Selon les gestaltistes, l'organisation structurelle du sujet se retrouve dans toute forme d'expression, qu'elle soit verbale, non verbale, artistique, etc.

La psychologie Gestalt, héritière du courant de psychologie existentielle et humaniste, s'inscrit dans une démarche holistique et affirme le lien entre l'expression corporelle et les états mentaux et émotionnels. Selon Perls et ses collaborateurs, l'approche créative désigne la possibilité pour le sujet d'explorer sa capacité à transformer ses structures internes dans l'ici et maintenant. Afin d'y parvenir, il est conseillé d'interroger "comment" les structures du Soi (paroles, mouvements, actions, pensées) s'établissent plutôt que de répondre au "pourquoi" de leur présence.

C'est ce qu'expliquent Perls, Hefferline et Goodman : "La thérapie consiste alors à analyser la structure interne de l'expérience réelle, quel que soit le degré de contact qu'elle possède. Non pas tant ce que l'on expérimente, ce dont on se souvient, ce qu'on fait ou dit, mais comment on se souvient, on dit, on fait ; l'expression du visage, le ton de la voix, la syntaxe, la posture, l'émotion, l'omission, le respect ou le manque de respect de l'autre etc. En travaillant sur l'unité et le manque d'unité de cette structure de l'expérience, ici et maintenant, il est possible de reconstruire les relations dynamiques de la figure et du fond jusqu'à ce que le contact soit accru, la conscience éclaircie et le comportement stimulé. Mais surtout, la réalisation d'une Gestalt forte est en elle-même curative, car la figure de contact n'est pas simplement un signe mais est en soi l'intégration créative de l'expérience."⁷¹

La Gestalt inscrit le sujet dans la conscientisation de son corps, de ses ressentis et de son vécu qu'il est invité à exprimer directement et de préférence dans des formes non verbales, comme la danse. La réalité métaphorique de l'art vient abreuver le jeu expressif du/de la patient.e et informe le/la thérapeute.

Les théories gestaltistes confortent le besoin d'exploration et d'expression du sujet dans son expérience vécue sensoriellement, dans l'écoute de ses perceptions et la mise au jour de son expressivité dans l'instant présent, ce que permet également le processus de création artistique et notamment la danse-thérapie pour la dimension sensorielle.

Dans la Gestalt, le corps et le psychisme témoignent d'une communication opérante sur le plan thérapeutique chez le sujet et son observateur.trice "(...) du fait d'être témoin de soi et témoin dans la relation à l'autre. "⁷²

⁷¹ Perls F., Hefferline R., Goodman P., 1ère éd.1951, 2001, *Gestalt-thérapie, nouveauté, excitation et développement*, Stanké, Montréal, Nouvelle traduction, Bordeaux, L'Exprimerie, chap. 1 p.55.

⁷² Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.72.

Le développement de la conscience corporelle s'observe à travers les sensations et les mouvements qui émergent dans la rencontre thérapeutique. L'observation et l'amplification des manifestations corporelles du.de la patient.e invitent à leur conscientisation. La rencontre entre le.la patient.e et le.la thérapeute porte en elle la résolution du conflit intra-psychique car elle permet de "(...) *favoriser* l'émergence de nouveaux éléments à la conscience."⁷³

Les mouvements interactifs de la co-présence entre thérapeute et patient.e sont porteurs de sens.⁷⁴

Une autre démarche psychothérapeutique emploie également la dimension artistique et corporelle dans son cadre thérapeutique : la psychosynthèse. Cette approche est héritée des psychologies humaniste, existentielle, jungienne et s'inspire des pratiques ésotériques.

La psychosynthèse créée par Roberto Assagioli (1888-1974), psychiatre italien, met en avant l'idée d'unité des différentes parts de l'individu. Selon lui, la maladie ou le conflit psychique interviennent lorsque l'unité du sujet est troublé et que les liens entre les différentes parties qui le composent sont défailants. Le psychiatre explique que les parts saines de l'individu peuvent faire contrepoids à la fragmentation due à la défaillance.

D'après lui, l'éveil de la conscience et le dialogue sont des outils de réunification psychologique et physique. Assagioli utilise la dimension corporelle dans l'action créatrice afin de ré-harmoniser les parties en conflit et de consolider l'unité profonde, ce qu'il nomme *Le Soi véritable* du sujet.⁷⁵

La psychosynthèse propose une thérapie incluant la création artistique afin de générer des réponses psycho-émotionnelles : mouvement, visualisation, imagination active empruntée à Jung, jeu de rôle, écriture, musique, stimulation olfactive, etc.

Tout comme la psychologie humaniste, en psychosynthèse, le.la thérapeute travaille progressivement à son propre effacement dans l'espace thérapeutique afin de développer l'autonomie du.de la patient.e.

La psychosynthèse a pour but de favoriser la réalisation de soi, le sentiment d'harmonie du sujet. Elle tend à inclure la dimension spirituelle comme principe d'élévation et de plénitude de l'être.

⁷³ <https://fr.wikipedia.org/wiki/Gestalt-th%C3%A9rapie#Fronti%C3%A8re-contact>, consultée le 29 juillet 2019.

⁷⁴ Frank R., 2005, *Le corps comme conscience : approche corporelle et développementale de la psychothérapie*, L'Express.

⁷⁵ Assagioli R., 1976, *Psychosynthèse, principes et techniques*, Paris, Épi Éditeurs.

Nous venons d'étudier les principaux courants psychologiques, psychanalytiques et philosophiques qui présentent un lien entre art et thérapie et qui s'avèrent fondamentaux dans l'étude de la corrélation entre corps et psyché. Afin d'aller plus loin dans ce dernier domaine, portons notre attention sur le rôle du corps et du mouvement dans l'intégration psychique.

Redonner la place au corps dans la construction identitaire et la réflexion psychologique est le dessein de Wilhelm Reich (1897-1957), psychiatre et psychanalyste. W. Reich place le corps au centre du processus thérapeutique. Il s'appuie sur la physiologie et crée le concept de "cuirasse musculaire" qui désigne les "organisations du système de défense musculaire"⁷⁶ du sujet.⁷⁷

Selon W. Reich, les crispations et tensions musculaires structurent la posture du sujet.

Le.la patient.e développe des réactions de défense générées par la frustration, le manque, la perte et le refoulement d'affects qui se fixent sur la structure corporelle parallèlement aux défenses psychiques, ce qui amène W. Reich à penser "qu'il y a *identité fonctionnelle* entre corps et psyché."⁷⁸

Selon une conception holistique, W. Reich introduit la notion *d'orgone* ou "(...) énergie cosmique primordiale à la base de toute vie."⁷⁹ qui serait obstruée et empêchée par les événements traumatiques de l'histoire du.de la patient.e.

W. Reich crée une thérapie *organismique* qui consiste à soigner le corps et la psyché en travaillant sur l'organisme physiologique. Le contact est présent dans la relation analytique reichienne : le psychanalyste masse les tensions musculaires de ses patient.e.s, invite aux mouvements du corps, focalise son attention sur les sensations physiques qui traversent le.la

⁷⁶ Heller, M., 2008, Chapitre 11, Wilhelm Reich (1897-1957) : le corps et l'organisme deviennent des notions incontournables en psychothérapie, dans : *Psychothérapies corporelles*, pp. 367-422, Louvain-la-Neuve, Belgique: De Boeck Supérieur, p.393.

⁷⁷ Ce pourrait être intéressant d'étudier la relation hypothétique avec la notion des chaînes musculaires élaborées par la kinésithérapeute Godelieve Denys-Struyf (1931-2009).

Heller, M., 2008, Chapitre 11, Wilhelm Reich (1897-1957) : le corps et l'organisme deviennent des notions incontournables en psychothérapie, dans : *Psychothérapies corporelles*, pp. 367-422, Louvain-la-Neuve, Belgique: De Boeck Supérieur, p.457.

⁷⁹ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.80.

patient.e (frissons, respiration, picotements, fourmillements), qu'il nomme "*courants végétatifs*".⁸⁰

Le.la patient.e pouvant difficilement percevoir ses propres fixations et rigidités, W.Reich insiste sur le rôle du.de la thérapeute "pour permettre à une personne de percevoir son armure (...)."⁸¹

Le.la thérapeute, en tant que regard extérieur et témoin de l'expérience de la personne, doit également induire des modifications dans ce qui apparaît figé. W. Reich préconise le principe d'amplification qui vise à accentuer une tension afin qu'elle puisse être davantage repérée par la conscience du.de la patient.e.

W. Reich investit donc un nouveau pan de la thérapie en décentrant la cure de l'analyse psychique et en marquant la primauté de l'étude analytique du corps. Il influence le domaine de la psychologie somatique et de nombreux praticien.ne.s s'inspirent de ses travaux : la thérapie de la polarité de Randolph Stone (1890-1981), l'intégration structurelle d'Ida Rolf (1896-1979), l'éveil sensoriel de Charlotte Selver (1901-2003), la thérapie corporelle d'Alexander Lowen (1910-2008), la bioénergie de John Pierrakos (1921-2001), la conscience par le mouvement de Moshe Feldenkrais (1904-1984).

La conscience par le mouvement, dont le fondateur est Moshe Feldenkrais, est une pratique somatique qui voit le jour dans les années 1940. Tout comme les thérapeutes cité.e.s précédemment, M. Feldenkrais insiste sur le lien profond entre corps et psyché comme principe fondateur de la construction identitaire de l'individu en reliant les sphères mentales, physiques, affectives et comportementales.

La correspondance directe et constante entre les différentes sphères qui composent le sujet est nommée *l'intégration structurelle* : "Pour Feldenkrais, l'élaboration d'une image de soi saine et durable est intimement reliée à la totalité du système nerveux, et, à travers le système nerveux, à l'action musculaire et osseuse, ainsi qu'au cortex cérébral moteur."⁸²

⁸⁰ Reich W., 2006, *L'Analyse caractérielle*, Payot-poche ; Orig. allemand *Charakteranalyse*, 1933.

⁸¹ Heller, M., 2008, Chapitre 11, Wilhelm Reich (1897-1957) : le corps et l'organisme deviennent des notions incontournables en psychothérapie, dans : *Psychothérapies corporelles*, pp. 367-422, Louvain-la-Neuve, Belgique: De Boeck Supérieur, p.397.

⁸² Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.81

La fixité des tensions musculaires et des réactions émotionnelles provient des habitudes que le sujet réitère, qu'elles soient positives ou négatives. Le travail porte sur la mise au jour de cet habitus corporel et psychique de manière à le rendre conscient du sujet. Ainsi, celui-ci peut s'en affranchir et créer de nouveaux schémas plus confortables autant psychiquement que corporellement. Le corps est l'expérience métaphorique de la vie du sujet "(...) parce qu'il est une source de phénomènes ressentis mais aussi parce qu'il agit et vit dans le mouvement."⁸³

Si certain.e.s penseur.euse.s du XXème siècle envisagent le corps comme donnée fondamentale de la cure, ce n'est pas le cas de la majeure partie des psychanalystes où le verbe reste prépondérant thérapeutiquement parlant.

Cependant, nous pouvons citer la continuité d'un prompt intérêt de la dimension corporelle dans la démarche psychanalytique, notamment par les travaux de certain.e.s thérapeutes issu.e.s de la seconde moitié du XXème siècle jusqu'à nos jours. Ainsi, les travaux de Françoise Dolto⁸⁴ (l'image inconsciente du corps), Didier Anzieu⁸⁵ (le *Moi-peau*), D.W.Winnicott⁸⁶ (*holding, handling, "mother good enough"*), Marion Milner⁸⁷ puis René Roussillon⁸⁸ (médium malléable), Agnès Bullinger⁸⁹ (développement sensori-moteur), et Geneviève Haag (Moi corporel⁹⁰) poursuivent la réflexion des thérapeutes cité.e.s précédemment en envisageant le corps comme fondement de la construction psychique et identitaire. D.W.Winnicott décrit le *soma* comme à l'origine de l'étude psychique : "Pour étudier le concept de l'esprit, on doit toujours étudier un individu - un individu pris dans sa totalité-, et y inclure le développement de cet individu à partir des tout premiers débuts de

⁸³ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.82.

⁸⁴ Dolto, F.,1984, *L'image inconsciente du corps*, Paris, Le Seuil.

⁸⁵ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod.

⁸⁶ Winnicott D.W.,1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Paris, Payot.

⁸⁷ Milner, M. 1974. *Les mains du Dieu vivant*, coll. « Connaissance de l'inconscient », Paris, Gallimard.

⁸⁸ Roussillon R.,1991, *Paradoxes et situations limites de la psychanalyse*, Paris, PUF.

⁸⁹ Bullinger A., 2004, *Le développement sensori-moteur de l'enfant et ses avatars*, Toulouse, érès.

⁹⁰ Haag, G., 2018, *Le moi corporel : à partir de la clinique psychanalytique de l'autisme et de l'observation du premier développement*, PUF.

l'existante psycho-somatique.⁹¹" et plus loin : "Je suppose qu'ici le terme psychisme signifie l'élaboration imaginaire de parties du corps, de sensations et des fonctions somatiques, c'est-à-dire d'une pleine conscience physique."⁹²

L'importance des thérapies corporelles, qui dès le début du XXème siècle, étudient le corps en lien avec le psychisme dans une démarche holistique, fait écho au monde artistique de cette même période. En effet, au XXème siècle, le domaine de la danse se penche sur une relation au corps plus intime, en résonance avec la sphère émotionnelle et en lien avec l'environnement.

4. La filiation artistique de la danse-thérapie.

Comme nous l'avons vu précédemment, la danse témoigne d'un héritage ancestral, où dans les cultures tribales, elle relie matérialité et spiritualité. Porteuse de rituels, la danse revêt cette valeur symbolique et participe à la construction culturelle, ethnique et sociale de la communauté.

Ce n'est que bien plus tard, dans les cultures occidentales post-tribales, que la danse s'absout de son rôle spirituel pour investir une visée figurative caractérisée par la représentation et le spectacle. Le ballet classique de la fin du XIXème siècle est marqué par une valorisation de récits manichéens dans une esthétique de la performance. Le sujet ne s'exprime pas en première personne mais à travers le prisme d'une dramaturgie empreinte d'idéalisation romantique souvent héritée de la morale et de la philosophie cartésienne. Les pas sont codifiés et il s'agit pour le danseur.se de s'exprimer au travers de personnages-types (le.la bon.ne, le.la méchant.e, etc.).

Au début du XXème siècle, la danse moderne (*Modern Dance* aux USA) développe une réflexion autour du corps expressif : le.la danseur.euse fait lien entre ce qu'il.elle ressent, ce qu'il.elle danse et le partage au public. Un changement de paradigme s'opère : le corps naturel, libéré des carcans du ballet classique (hiérarchie, mouvements codifiés) s'exprime pleinement. L'accent est porté sur la spontanéité, la conscience du corps et l'expression individuelle.

Influencée par les courants psychanalytiques et la psychologie humaniste du XXème siècle, la danse se lance dans une quête introspective d'expression créatrice de soi. Des liens entre

⁹¹ Winnicott D.W., 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Paris, Payot, p.136.

⁹² Winnicott D.W., 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Paris, Payot, p.137.

mouvement expressif et contenu psychologique naissent⁹³. A un niveau plus sociétal, les thématiques des conflits, des crises sociales et économiques font corps dans la danse moderne. En ce sens, la danse se place ici comme une catharsis de la réalité sociale et reprend le rôle des anciens rituels collectifs à valeur thérapeutique et expiatoire.⁹⁴

En France, les enseignements de François Delsarte (1811-1871), chanteur, professeur et théoricien, marquent profondément l'émergence de la danse moderne. Chanteur ténor à l'Opéra-Comique, F. Delsarte perd sa voix et crée alors une méthode de rééducation basée sur "(...) une pédagogie expérimentale et un travail vocal, oratoire et gestuel précis."⁹⁵ Il se passionne pour les mouvements effectués de manière inconsciente et s'attache à développer une gestuelle naturelle, proche du ressenti de l'exécutant.e. Il s'écarte en cela des attitudes superficielles que jouent les acteurs, chanteurs et autres artistes de scène de l'époque pour privilégier la valeur sincère du mouvement spontané. Il s'engage dans l'étude des phénomènes expressifs du corps et de l'acte artistique comme dans une démarche spirituelle et métaphysique.

Dans une conférence, il déclare : "Le simple mouvement dit tout mon être. C'est tout l'homme que le geste. C'est pour cela qu'il est persuasif, c'est l'agent direct de l'âme, et cela dit tout."⁹⁶ Le mouvement n'est plus le miroir de l'âme mais l'incarnation totale de l'être.

F. Delsarte met en avant l'influence de l'expressivité corporelle et influence de nombreux artistes, notamment les danseurs et chorégraphes modernes du XX^e siècle.

La danse retrouve un sens tragique qui n'est pas seulement une interprétation à travers un vocabulaire corporel codifié, comme on peut le voir dans le ballet classique, mais l'expression d'émotions intenses ressenties et exprimées librement dans le mouvement.

⁹³ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or.

⁹⁴ Bartenieff I., 1972/73, *Dance Therapy: a New Profession or a Rediscovery of an Ancient Role of the Dance* In *Dance Scope*, 7(1), pp. 6-18.

⁹⁵ Waille F., 2011, *Corps, arts et spiritualité chez François Delsarte (1811-1871). Des interactions dynamiques*, thèse de doctorat en histoire, Lyon, Université Lyon 3.

⁹⁶ Lesage B., 2014 (1^{ère} édition 2006), Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, dans : Lesage B., *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.336.

Les danseuses Isadora Duncan (1878-1927), Ruth Saint-Denis (1877-1968), Mary Wigman (1886-1973) et Martha Graham (1891-1991) promeuvent une danse libre qui serait l'expression des émotions intimes tout en s'appuyant sur le mythe, le rituel et la spiritualité.⁹⁷

La danseuse américaine Isadora Duncan s'inspire de la nature pour chorégraphier des danses empreintes d'émotion qui résonnent avec l'environnement. Elle s'attache à exprimer ses émotions les plus profondes et propose des mouvements qui partent du centre vers les extrémités du corps. Elle s'éloigne ainsi du travail du ballet classique dont les membres périphériques assurent la totalité du mouvement.

S'écartant des conventions du ballet, elle crée une danse "libre" où le corps est l' "(...) interprète de l'âme et de l'esprit"⁹⁸. Chez Isadora Duncan, l'expressivité naît du mouvement impulsif, inconscient et naturel. Elle s'intéresse à la source émotionnelle du mouvement plutôt qu'à la logique mécanique et raisonnée du ballet qui vise à "(...) séparer complètement les mouvements du corps et ceux de l'âme mais l'âme ne peut que souffrir ainsi tenue à l'écart de cette rigoureuse discipline musculaire."⁹⁹

Doris Humphrey (1895-1958), danseuse américaine et héritière du sillage duncanien écrit : "Isadora Duncan supprime complètement l'histoire de sa danse et insiste sur le fait que la danse peut être une émanation de l'âme et des émotions."¹⁰⁰

Faisant fi des conventions du ballet classique qui place la narrativité au centre de leur art, les pionnières de la *Modern Dance* s'attachent à l'incarnation émotionnelle de la danse.

Ruth Saint-Denis (1877-1968), danseuse et pédagogue américaine, s'inspire d'Isadora Duncan et crée une danse profondément ancrée dans l'émotion dans une démarche particulièrement spirituelle. Elle emprunte aux cultures orientales (notamment à la mystique hindoue) et aux savoirs ésotériques, lie danse et spiritisme et révèle la part sacrée du mouvement. Dans ses chorégraphies, elle réinterprète des mouvements orientaux à sa manière : ses phrases chorégraphiques ondulent et sont ponctuées de poses symboliques.

⁹⁷ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or.

⁹⁸ Servian C., 2015, *Les Pionniers d'une danse américaine*, Editions Publibook, p.108.

⁹⁹ Duncan I., 1932, *Ma vie*, Paris, Gallimard, p.168.

¹⁰⁰ Humphrey D., 1959, 2nd édition 1967, *The Art of Making Dances*, Barbara Pollack : Dance Books Alton, p.15.

Tout comme Isadora Duncan, Ruth Saint-Denis entend la danse comme l'expression de la vie intérieure mais elle la sacralise davantage alors qu'Isadora Duncan vivait le mouvement comme une pulsion naturelle.

Martha Graham (1894-1991), danseuse et chorégraphe américaine, poursuit la quête d'une danse humaniste et spirituelle. D'après elle, "Le mouvement ne ment jamais. C'est un baromètre qui révèle le climat de l'âme à qui sait le lire."¹⁰¹ Sa danse narre le paysage de l'âme, cherche à montrer la réalité de la vie aussi complexe et passionnante qu'elle puisse être. Ses mouvements sont anguleux, soudains, forts et agressifs.

Pour M. Graham, la danse est un moyen d'exprimer des sentiments puissants (peur, haine, amour, désir) : "(...) C'est le pouls éternel de la vie, le désir extrême. L'essence de la vie intérieure qui pousse à danser. Il y a ce désir. Chaque danse est une sorte de feuille de température, un cardiogramme. C'est un désir qui est issu de la danse."¹⁰²

La danse de M. Graham s'inspire des mythes grecs revus par la psychanalyse jungienne.¹⁰³ Elle s'inspire notamment des concepts jungiens d'archétype et d'inconscient collectif et propose une danse métaphorique des aléas sociétaux.¹⁰⁴ M. Graham crée notamment trois pièces : "*Lamentation*" "*Frontier*" et "*Every Soul Is a Circus*" qui reflètent le climat socio-politique de la Grande dépression des années 1930 aux USA. Ses chorégraphies expriment les tourments du sujet, bien souvent la femme, par des mouvements corporels marqués comme la tension, la torsion. La spirale est particulièrement mise en avant et part du torse jusqu'au bras. Le bassin et le pelvis forment le centre à partir duquel l'énergie est projetée jusqu'aux extrémités du corps. La technique corporelle grahamienne, le *contract-release*, se traduit par un double-mouvement où se succèdent la contraction et la détente en insistant sur le rôle de la respiration.

¹⁰¹ Graham M., 1992, *Mémoire de la danse*, trad. Christine Leboeuf, Arles, Actes Sud, p.10. Bien que cette phrase ait été attribuée à Martha Graham, des doutes persistent quant à l'interprétation de ses écrits, voir à ce propos l'enquête de Victoria Phillips sur le traitement textuel de l'autobiographie de Martha Graham dans Phillips, V., « Martha Graham's Gilded cage : Blood memory-An Autobiography », *Dance Research Journal*, Août 2013, numéro 45/2, pp.63-84.

¹⁰² Graham M., 1992, *Mémoire de la danse*, trad. Christine Leboeuf, Arles, Actes Sud, p.11

¹⁰³ Voir *Night Journey* (1947), pièce où Graham réinterprète le mythe Grec d'Oedipe vu par Jung, en racontant l'histoire depuis le point de vue de la reine Jocaste.

¹⁰⁴ Welsh, D.J., 1991, Martha Graham : The other side of depression, *American Journal of Dance Therapy* 13, pp.117-130.

Pour Graham "(...) la force du geste est fonction de la force de l'émotion. À la pulsion émotive, Graham répond brusquement, parfois de façon convulsive, coupe le mouvement d'arrêts brutaux, impose des changements d'axe."¹⁰⁵

La technique grahamienne cherche la source du mouvement au plus profond de l'être, dans ce qui émerge. Chez Graham, la danse revêt un caractère pulsionnel, elle est l'expression de "l'énergie vitale accordée à nos pulsions."¹⁰⁶

En Europe, le courant expressionniste est représenté par Mary Wigman (1886-1973), danseuse et chorégraphe allemande. Pour M. Wigman, il s'agit de danser la vie, l'existence et les profondes expériences qui façonnent le sujet : "Ce que veut Wigman, c'est livrer la danse à l'impulsion la plus profonde, à l'*ubris* dionysiaque."¹⁰⁷

Chez Wigman, la danse n'est pas une suite de mouvement mais l'expression intérieure de soi. Ses nombreux soli et ses quelques créations collectives sont empreints d'une dimension tragique où l'émotion émane souvent dans un registre violent. M.Wigman à travers sa recherche expressive "(...) cherche à rendre visible des images encore invisibles"¹⁰⁸ dans une démarche de dévoilement des contenus psychiques.

Techniquement, le travail au sol est très présent. Le mouvement prend son origine dans le tronc (torse et bassin) pour ensuite s'étendre au corps tout entier et rappelle ainsi les mouvements de transe et la qualité incantatoire de la danse.¹⁰⁹

Notons que Mary Wigman est l'une des premières danseuses européennes à s'absoudre de la musique pour danser. Elle utilise aussi bien le silence que des rythmes percussifs pour s'exprimer en mouvement.

¹⁰⁵ Bourcier, P.,1994, 9 - La danse moderne "made in USA", dans : Bourcier P., *Histoire de la danse en Occident*, Paris, Le Seuil (programme ReLIRE), p.80.

¹⁰⁶ Michel M., juillet/août 1982, "Martha Graham nous dit...", *L'Avant-Scène, Ballet Danse*, n°9, pp. 42-52, p.48.

¹⁰⁷ Bourcier, P.,1978, 10 - L'école germanique et sa lignée américaine, dans : Bourcier P., *Histoire de la danse en Occident*, Paris, Le Seuil (programme ReLIRE), pp. 271-286.

¹⁰⁸ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, dans : Lesage B., *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.338.

¹⁰⁹ Voir à ce propos sa création « *Hexentanz* » en 1914, qui se traduit en français par « La danse de la sorcière » où elle présente une danse divinatoire qui lie l'extase et le sacrifice.

Le courant de la danse moderne amène une réflexion sur l'inconscient que Daria Halprin dépeint en ces termes : "(...) le mouvement *pouvait* révéler l'inconscient, interpréter l'attitude et faciliter le changement."¹¹⁰

Ce courant artistique s'attache à exprimer des émotions tout en éveillant celles de ses spectateur.trice.s. La danse moderne ou *Modern Dance* s'inscrit dans une nouvelle recherche qu'est le partage d'émotions vraies et brutes directement adressées au public.¹¹¹

La naissance et le développement de la danse-thérapie sont inséparables de l'histoire de la danse moderne : l'expression des sentiments les plus profonds, l'importance du partage émotionnel et le lien avec la psychanalyse et la psychologie y sont essentiels.

5. La danse-thérapie.

La danse-thérapie prend son essor avec la danse moderne dans les années 1940.

Contrairement à la conception du mouvement héritée du dualisme entre le corps et l'esprit, la danse-thérapie s'appuie sur la voie féconde ouverte par la phénoménologie et affirme que le mouvement porte en lui la totalité d'une situation vivante dans le monde.

L'espace-temps et le rythme inscrivent du sensible et du signifiant dans une configuration dynamique qui implique la voix, la main, les pieds, les surfaces, dans une visée expressive globale. Des danseuses investissent le milieu médical et amènent la danse auprès des publics en difficultés psychique et/ou physique.

Trois pôles géographiques centralisent l'origine de l'essor danse-thérapeutique : la côte Est des Etats-unis avec Franziska Boas, Marian Chace et Lilyan Espenak ; la côte Ouest des Etats-Unis (Californie) avec Trudi Schoop, Mary Starks Whitehouse, Janet Adler, Laura Sheleen qui s'installe ensuite en France dès 1955, Anna et Daria Halprin ; et l'Angleterre avec Rudolf Laban (ce dernier fuit l'Allemagne de Goebbels à la fin des années 1930) ainsi que ses collaborateur.trice.s Veronica Sherborne, Marion North, Warren Lamb, Irmgard Bartenieff, Judith Kestenberg.

Certes, la danse moderne fut la principale influence artistique de la danse-thérapie mais on distingue également l'influence primitiviste pour certains courants actuels tels que l'Expression Primitive d'Herns Duplan, la danse classique pour Rose Gaetner en France, ou

¹¹⁰ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.85.

¹¹¹ Jahner G.M., 2001, *Embodying Change : the transformative Power of Expressive Arts and Ritual*, Union Institute Graduate College.

de manière intégrative et davantage basée sur l'apport de la psychomotricité, l'approche de Benoit Lesage.

Nous vous proposons d'étudier les différents courants (non exhaustifs) de la danse-thérapie au travers d'un panorama international.

5.1 La naissance de la danse-thérapie sur la côte Est des Etats-Unis : Franziska Boas, Marian Chace, Lilyan Espenak.

Sur la côte Est, le travail précurseur de Franziska Boas (1902-1988) pose des jalons de l'avènement de la danse-thérapie. De 1939 à 1943, cette danseuse moderne américaine investit l'*Hopital Bellevue de New York* avec l'appui du Dr Loretta Bender, neuropsychiatre spécialisée dans la clinique des troubles psychiatriques chez l'enfant. Franziska Boas développe les techniques de danse moderne et notamment l'utilisation du rythme (percussions) en relation avec le mouvement comme moyen de communication et d'expression non-verbale auprès d'enfants particulièrement régressés.

Elle remarque que le travail de posture ou de mouvements premiers comme l'action de rouler, repousser, se hisser, marcher, sauter, etc, à travers le jeu en mouvement (jeux de rôles), permet à l'enfant de relâcher ses tensions et de s'exprimer.

Bien que ces premières expérimentations de danse-thérapie auprès d'enfants en grande difficulté psychique jouissent de résultats positifs, le travail de Bender et Boas ne sera pas aisément reconnu par la profession et le domaine public.¹¹²

Franziska Boas réalise un réel apport en tant que première danseuse à proposer une thérapie par la danse en institution de soin. Elle est aussi la première à publier des articles concernant le travail de danse-thérapie qu'elle a réalisé avec le Dr Bender, permettant ainsi d'établir les bases de la recherche en danse-thérapie.¹¹³

Au même moment, Lilyan Espenak (1905-1988) apporte également sa contribution à l'émergence de la danse-thérapie. Lilyan est une danseuse formée en Allemagne par Mary Wigman dont elle devient ensuite l'assistante. Elle fuit ensuite l'Allemagne nazie pour les

¹¹² Lindgren A., September 2006, The Pioneering Work of Franziska Boas at Bellevue Hospital in New York, 1939–1943, in *American Journal of Dance Therapy* 28(2), pp.59-86.

¹¹³ Boas, F. [& Bender, L.], 1978, Creative Dance, In M. N. Costonis (ed.), *Therapy in Motion* pp. 113–134. Chicago : University of Illinois Press. (Reprinted from Child psychiatric techniques, pp. 258–276, by L. Bender, 1952, Springfield, Illinois: Charles C. Thomas.)

Etats-Unis où elle s'intéresse à la psychologie adlérienne et en observe les résonances avec la danse expressive moderne dont elle est issue.

Elle propose une approche thérapeutique de la danse au *Flower Fifth Hospital* où elle accompagne des patients adultes névrosés et psychotiques ainsi que des enfants présentant un retard mental. Elle s'intéresse tout particulièrement au travail de réorganisation posturale afin de faciliter le dialogue psycho-corporel et utilise également l'improvisation, les objets médiateurs, la musique percussive.

La communication entre le corps et la psyché est au centre de son travail de danse-thérapeute : "Je dirais que la théorie de base de ce que nous faisons tous est de travailler à l'unité de l'émotion et du corps. Nous avons l'intellect, nous avons l'émotion, et nous avons le corps.

Et ces trois éléments doivent être unifiés en un seul moment d'expression. Je pense que la danse-thérapie devient l'unification de ces trois éléments dans un être humain."¹¹⁴

Elle développe le *Movement Diagnostic test* qui comprend une série de sept tests pour déterminer les blocages corporels et les zones de faiblesse qui entravent le mouvement naturel.¹¹⁵

De sa collaboration avec l'université *New York Medical College* naît la première formation de danse-thérapie américaine. Lilyan communique dans de nombreuses conférences et publie de multiples ouvrages¹¹⁶ et articles promouvant les bénéfices thérapeutiques du lien corps-psyché au travers de l'expérience de la danse-thérapie.

L'une des danse-thérapeutes les plus influentes aux Etats-Unis au début du XIX siècle est Marian Chace (1896-1970). Cette danseuse se forme à la *Denishawn School of Dancing and related Arts*, une école de danse moderne fondée en 1915 par Ruth Saint Denis et Ted Shawn à New York. Elle danse et enseigne pendant quelques années. Progressivement, elle commence à dispenser des cours de danse auprès d'enfants et d'adolescent.e.s présentant des

¹¹⁴ Espenak L., Koch N., An interview with Lilian Espenak, September 1981, *American Journal of Dance Therapy* 4(2), pp.4-20, p.11-12.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "I would say that the basic theory in what all of us are doing is to work for the unity of emotion and body. We have intellect, we have emotion, and we have the body. And these three should be unified into one moment's expression. I think dance therapy becomes the unification of the three elements in a human being."

¹¹⁵ Espenak L., Koch N., An interview with Lilian Espenak, September 1981, *American Journal of Dance Therapy* 4(2), pp.4-20, p.12.

¹¹⁶ Espenak L., 1981, *Dance Therapy: Theory & Application*, Springfield, Ill Charles C. Thomas Publishing Co.

troubles de la communication et du comportement. Elle commence à s'intéresser davantage au sujet dansant qu'à sa technique.

Sa pédagogie originale et centrée sur la personne amène dans ses cours des patient.e.s indiqué.e.s par leurs psychiatres ou pédiatres. En 1942, elle commence à travailler à l'hôpital *St. Elizabeth's Hospital* à Washington auprès de victimes psychologiques de la seconde guerre mondiale. Le manque de moyens et de considération pour la danse-thérapie est palpable mais Marian Chace parvient tout de même à rencontrer des patient.e.s reclus.e.s.

La jeune Janet Adler (1941-), qui travaillait à ses côtés, témoigne : "Elle travaillait dans une salle au sous-sol à côté de la chaufferie, une indication du manque de respect des administrateurs à l'égard de la danse- thérapie à cette époque. Elle visitait aussi de nombreux quartiers et cours intérieures chaque jour, travaillant avec des patients trop malades pour quitter le sol (...) Quand nous devions quitter notre salle, je déplaçais un phonographe de quartiers en quartiers, très lourd, mais je m'en moquais tellement j'étais émue d'être là...

Les infirmières déverrouillaient les quartiers en enfilade jusqu'à parvenir à celui des patient(e)s les plus atteint(e)s. Beaucoup n'étaient pas vêtu(e)s, la plupart ne parlait pas.

Ils/Elles étaient appuyé(e)s contre un mur dans des positions bizarres, totalement absorbé(e)s dans leur monde intérieur. Alors, Marian me demandait 'une valse' ou 'une polka' et je courais au phonographe choisir le disque pendant que, magiquement, elle faisait lever ces personnes et les rassemblait en un cercle. Lentement, les patient(e)s se mettaient à taper des pieds, à claquer des mains, à bouger. Nous installions un rythme ou un son ou une émotion à l'unisson, alors ils/elles pouvaient s'exprimer, pleurer, crier. Je me souviens de la fois où une femme leva passionnément son poing en répétant: pourquoi ? Sa plainte faisait écho dans les voix et les corps de ceux/celles qui l'entouraient. Au bout de trente minutes, les infirmières revenaient, refermaient les quartiers alors que nous quittions les lieux, les patient(e)s retournant dans un lent mouvement vers leur monde familier où ils vivaient depuis des décennies."¹¹⁷

Un psychiatre du *St. Elizabeth's Hospital* s'étonne des résultats de l'approche chacienne :

"À voir ces patients psychotiques, très malades, et M^{lle} Chace danser, on a l'impression qu'au travers de ce moyen, ils ont la possibilité de faire un pas hors de leur monde... vers les autres. Leurs mouvements semblent libres, faciles, confortables,... exprimant en déplacement et rythme ce qu'ils ne peuvent exprimer en mots ou en comportements sociaux

¹¹⁷ Pallaro P.,1999, *Authentic Movement - Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, Jessica Kingsley Publishers in Vaysse, J., 2006, *La danse-thérapie : histoire, techniques, théories*, Paris, L'Harmattan, p.25.

conventionnels... C'est le rappel qu'il y a peu, pour ne pas dire aucun malade réellement 'inaccessible.'"118 En 1946, M. Chace devient danse-thérapeute à la clinique psychiatrique de *Chestnut Lodge* à Washington.

Elle développe un intérêt particulier pour le psychodrame qu'elle utilise à travers la danse via des improvisations de groupe où la parole intervient : "Elle cherche à créer des situations d'interactions groupales qui favorisent l'expression et la communication émotionnelle."119

La communication devient un axe essentiel du travail de M. Chace : elle s'inspire du psychanalyste américain, Harry Stack Sullivan (1892-1949) et de son étude du comportement interpersonnel comme base fondatrice de la relation thérapeutique. Le besoin fondamental de communication guide le travail de M. Chace avec ses patient.e.s : elle observe les gestes, les mouvements inconscients, pose son attention sur l'intonation de la voix, la posture et "(...) les reprend en les faisant évoluer vers des formes motrices ou mélodiques partageables."120

Cette manière d'envisager la thérapie rejoint la pensée du médecin et psychothérapeute Alfred Adler : la compréhension de l'humain.e est à envisager d'après ses caractéristiques psychiques, corporelles et relationnelles avec autrui.¹²¹

L'héritage de la Denishawn est proche de l'humanisme adlérien et se définit par la considération de l'unité psycho-corporelle, le rythme et le geste comme sources de la groupalité, la dynamique individuelle dans le groupe ainsi que l'incorporation des particularités ethniques et culturelles.¹²² Le travail de rythme est fédérateur et chaque patient.e expérimente sa place au sein du groupe. La recherche d'harmonie rythmique fait écho au travail d'organisation des éléments psychiques chaotiques de chaque individu dans le groupe. La compréhension du.de la patient.e et son évolution se font grâce à la posture emphatique de M. Chace qui observe, soutient, amplifie les propositions de ses patient.e.s. Elle propose une

¹¹⁸ Sandel et al., 1993, dans Vaysse, J., 2006, *La danse-thérapie : histoire, techniques, théories*, Paris, L'Harmattan, p.27.

¹¹⁹ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, dans : Lesage B., *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.336-337.

¹²⁰ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, dans : Lesage B., *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.337.

¹²¹ Ellenberber H., 1970, *The discovery of the unconscious, the history and evolution of dynamic psychiatry*, New York, Basic Books Publishers.

¹²² Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, dans : Lesage B., *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.337.

thérapie relationnelle par le mouvement où le.la thérapeute s'appuie sur le matériel expressif du sujet (mouvements, voix, mots) pour communiquer : "Cela se transformait en un dialogue de mouvement en élargissant ou en transformant le thème du mouvement. Dans ce processus, le patient commençait à expérimenter une transformation et une libération d'une partie de sa destructivité ou de son aliénation, ouvrant ainsi des canaux de communication pour le patient régressé, corporellement gelé."¹²³

Les altérations ou blocages dans le mouvement sont vus comme une difficulté d'adaptation aux conflits internes et comme la manifestation d'expériences traumatiques. Afin d'endiguer les tensions corporelles et psychiques, M. Chace propose d'intervenir sur le corps par le biais d'un travail sur la posture et le mouvement.

Sa démarche s'ancre autour de la résolution psychique par l'action corporelle et s'inscrit dans la filiation psychanalytique reichienne. La reformulation non verbale invite à l'émergence de réponses émotionnelles et à la symbolisation. Par le passage à l'acte corporel à travers l'expérience du mouvement, le.la patient.e se prépare à être prêt.e pour expérimenter le changement nécessaire à l'évolution psychique : "Cependant, il existe une relation entre le changement et la volonté de changement, et ce n'est que lorsqu'il sera prêt à le faire que le changement prendra tout son sens pour lui et modifiera son image corporelle."¹²⁴

Marian Chace regroupe la théorie et sa pratique du terrain clinique et fonde la Danse/ Mouvement thérapie, gageant que la thérapie commence avec le mouvement qu'il soit dansé ou non. Selon elle, le sens artistique importe autant que l'axe thérapeutique.

Progressivement, son travail témoigne d'une reconnaissance et d'un respect de la part du corps médical, des psychologues et psychiatres auparavant peu convaincus par l'approche danse-thérapeutique.

La définition claire du rôle et des limites de la.du danse-thérapeute permet d'engager une reconnaissance professionnelle. Ainsi, en 1965, l'*American Dance Therapy Association* naît de l'inspiration du travail de Marian Chace. Elle en est la présidente de 1966 à 1968. L'ADTA

¹²³ Bartenieff I., 1972/73, Dance Therapy: a New Profession or a Rediscovery of an Ancient Role of the Dance In *Dance Scope*, 7(1), pp.6-18.

Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "This would develop into a movement dialogue by enlarging or transforming the movement theme. In this process the patient began to experience a transformation and liberation from some of his destructiveness or alienation, thus opening channels of communication for the regressed, bodily frozen patient."

¹²⁴ <https://www.adta.org/marian-chace-biography>, consultée le 20/08/19.

Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original: "However, there is a relationship between change and readiness for change, and 'only when he is ready for it will it become meaningful to him and effect a change in his body image...."

encourage et promeut la danse-thérapie tant du point de vue de l'éducation, de la pratique thérapeutique que de la recherche aux USA.

L'ADTA propose des séminaires, des conférences, des publications telles que l'illustre *American Journal of Dance Therapy* et s'investit financièrement dans la formation en offrant par exemple des bourses d'étude. Un diplôme universitaire équivalent à une licence est également proposé par l'ADTA (*Approved Graduate Programs*) et comprend des stages cliniques, des connaissances théoriques en psychopathologie, psychologie clinique et analyse du mouvement Laban.

Les prémisses de la danse-thérapie ne se circonscrivent pas à la côte Est des Etats-Unis. Sur la côte Ouest, des courants danse-thérapeutiques voient le jour, empreints d'une proximité avec la psychanalyse et la *Postmodern dance*.

5.2 La filiation symbolique de la côte Ouest : l'héritage de la danse expressionniste et de la psychanalyse jungienne.

Trudi Schoop (1903-1999) est une des pionnières de la danse-thérapie et s'inscrit dans l'héritage de l'analyse jungienne en proposant la vision d'un corps symbolique en mouvement.

Elle bénéficie de l'enseignement expressionniste de Mary Wigman et de la lecture corporelle de R. Laban. Trudi Schoop propose un atelier de danse-thérapie au *Camarillo State Hospital* de *Los Angeles*, auprès de patient.e.s schizophrènes, chez qui elle observe corporellement le phénomène de dissociation psychique à travers leurs mouvements et expressions.¹²⁵

Puisant également son héritage dans le mime¹²⁶, elle invite ses patient.e.s à exagérer leurs postures, leurs émotions et leurs mouvements afin de les rendre davantage conscient.e.s de leurs fixations corporelles et psychiques. D'après elle, l'évolution psychique est déterminée par la capacité du.de la patient.e à s'exprimer émotionnellement par la voie du mouvement : "(...) la danse/mouvement était une voie pour libérer les émotions réprimées et conflictuelles."¹²⁷

¹²⁵ Schott Billmann F., 2012, *Quand la danse guérit*, Le Courrier du livre.

¹²⁶ Notons que Trudi Schoop était une célèbre pantomime suisse avant de fuir l'influence nazie pour les Etats-unis où elle a commencé à s'intéresser aux bénéfices thérapeutiques de la danse.

¹²⁷ A propos de Truddi Schoop : Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.92.

Trudi Schoop amène les patient.e.s à conscientiser les différentes parties de leurs corps. Elle utilise l'imitation et préconise l'auto-analyse des sentiments et des émotions ressentis pendant l'expérience du mouvement. Des improvisations mettant en jeu le lien social et l'interaction avec autrui sont ensuite explorées.

Convaincue du lien entre corps et psychisme, T. Schoop propose également des chorégraphies simples dont l'organisation corporelle peut avoir des effets sur l'organisation psychique.

On retrouve là sa filiation avec l'analyse du mouvement promulguée par R. Laban.

Afin de permettre à ses patient.e.s l'accès à leur propre expressivité, T. Schoop insiste sur la nécessité d'un climat sécurisé en séance de danse-thérapie. La confrontation créatrice permet un contact à soi qui vise l'harmonie et la connexion avec son énergie vitale dans un cadre pensé pour accueillir l'introspection.

Sa capacité d'empathie, son humour et l'atmosphère chaleureuse qu'elle instaure en séance créent la possibilité d'un travail en profondeur.

Elle crée le concept *ur-Expérience*¹²⁸ où la danse est un moyen de se connecter à l'énergie vitale universelle de la vie dans un espace et un temps infinis. La désignation de l'énergie vitale rappelle le concept de libido avancée par Freud, l'élan vital d'Henry Bergson, l'orgone de Wilhelm Reich ou encore l'archétype de C. Jung.

Trudi Schoop est invitée par le médecin psychiatre Eugène Bleuler de l'hôpital du *Burghölzli* à Zurich à la fin du XIX^e siècle et au début du XX^e siècle. Dans cette clinique d'avant-garde en matière de maladie mentale, on vient se faire soigner de l'Europe entière et de l'Amérique. Carl Jung étant l'assistant d'E. Bleuler, Trudi Schoop se familiarise avec l'analyse jungienne et notamment avec la notion d'archétype qui est très proche de la notion d'énergie vitale qu'elle expérimente dans le mouvement. Carl Jung décrit l'archétype comme une "(...) expression d'ensemble du processus vital."¹²⁹ T.Schoop utilise le mouvement et la danse comme voie d'expression de l'énergie vitale afin d'encourager les patient.e.s à retrouver harmonie et à s'inscrire dans la pulsion de vie.

¹²⁸ Lesage B., 2014 (1^{ère} édition 2006), Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, dans : Lesage B., *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, pp. 335-344.
 Report de la note ci-contre : "...The eternal, on-going process of cosmic order and harmony. It describes ENERGY: the vital force which keeps the whole universal complex on the move...and TIME- time without beginning, time without end, time that continues it on-going, rhythmic flow...and SPACE-limitless extensions of space, existing without boundaries far beyond the familiar stars...".

¹²⁹ Jung C.G., 1921, *Les types psychologiques*, Traduction française 1968, Genève, Georg editions, p. 434.

Sur la côte Ouest des Etats-Unis également, dans les années 1950, apparaît une pratique de danse-thérapie nommée le "Mouvement Authentique", créée par la danseuse moderne et enseignante américaine, Mary Starcks Whitehouse (1911-1979).

Mary Starcks Whitehouse puise ses sources, en tant que danseuse, chez Martha Graham et Mary Wigman, chorégraphes, danseuses et pionnières du courant expressionniste qui encourage à l'expression profonde des sentiments humains.

Le processus de psychologie analytique nommé "L'imagination active", créé par le médecin psychiatre Carl Gustav Jung, s'avère également une des principales sources d'inspiration du Mouvement Authentique. La méthode analytique de "L'imagination active" consiste à figurer les images de l'inconscient dans la pensée ou à l'aide de supports (peinture, dessin, modelage, écriture, chant) afin d'élargir le champ de la conscience. Carl Jung utilise également le mouvement comme support d'expression inconsciente.

Mary S. Whitehouse s'intéresse particulièrement à "(...) la vie profonde de celui qui était entré dans le mouvement."¹³⁰ La danse est un médium pour développer la capacité d'attention à soi plus "(...) qu'un moyen de *passer à l'acte*".¹³¹ Il s'agit de laisser le mouvement émerger de la dynamique interne du corps (en cela nous pouvons établir un parallèle avec la notion d' "*inner Effort*" ou "*impulsion intérieure*" de Rudolf Laban¹³²), d'abandonner le mouvement volontaire et animé par la conscience.

La danse-thérapeute Janet Adler, élève de Mary S. Whitehouse, va approfondir la pratique du Mouvement Authentique en insistant sur le rôle actif du témoin. Elle oriente le Mouvement Authentique vers une dimension thérapeutique et spirituelle. Elle crée la "Discipline du Mouvement Authentique" où elle élabore plusieurs protocoles de conduite de séances.

L'intérêt de Janet Adler pour l'activité du témoin déplace le focus sur le danseur que Mary S. Whitehouse avait précédemment établi pour se pencher sur le dialogue entre le.la danseur.euse et le.la témoin. Le.la témoin (*witness*) porte son attention sur le.la danseur.euse (*mover*) et la contient par son regard, ce qui rappelle le schéma primaire mère-enfant où la

¹³⁰ Halprin D., 2014, (à propos de M.S.Whitehouse), *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.90.

¹³¹ Halprin D., 2014, (à propos de M.S.Whitehouse), *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.90.

¹³² Laban R., 1994, *La Maîtrise du mouvement*, Arles, Actes Sud.

mère reconnaît l'enfant et l'investit de son regard : "Nous voulons, voulons profondément, êtres vus tels que nous sommes par un autre. Nous voulons que quelqu'un en soit témoin.

En fin de compte, nous voulons être témoin, nous voulons aimer un autre."¹³³

La dyade *witness-mover* n'est pas sans faire écho au duo thérapeute-patient et aux mouvements transférentiels à l'oeuvre dans la rencontre thérapeutique.

Janet Adler précise la nécessité d'une attention qui favorise la libre-association ancrée dans l'expérience physique tant dans l'attention portée au *mover* que dans sa propre introspection en tant que *witness*. Cette double libre-association en mouvement favorise la rencontre entre les processus conscients et inconscients psycho-corporels. Ce processus invite au développement progressif du témoin intérieur, qui affine l'écoute et la conscience de soi.

Joan Chodorow (1937-), également élève de M.S.Whitehouse, poursuit la recherche et la transmission du Mouvement Authentique. Elle se forme à l'analyse jungienne au *C.G. Jung Institute of Los Angeles*. Elle est diplômée d'un Master en psychologie et danse-thérapie et a acquis une longue expérience professionnelle en tant que danse-thérapeute (c'est une des premières danse-thérapeutes en Californie). Elle est présidente de l'ADTA (*American Dance Therapy Association*) pendant plusieurs années et témoigne d'une reconnaissance internationale en tant que professeure et universitaire.

Joan Chodorow accorde une place centrale au rôle de l'émotion : "(...) la lumière de la conscience requiert la chaleur de l'émotion."¹³⁴ D'après elle, l'émotion permet le lien entre monde intérieur et extérieur, entre psychisme et corps. Elle porte son intérêt sur la notion d'affect et s'appuie sur la psychologie du développement et l'imagination active jungienne pour développer sa vision du Mouvement Authentique. Elle s'investit également dans la transmission d'une pratique inclusive en luttant contre le racisme et l'injustice sociale.¹³⁵

Le Mouvement Authentique se développe progressivement aux Etats-Unis jusqu'à rejoindre principalement l'Europe et l'Amérique du Sud.

¹³³ Adler J., 1987, « *Who is the Witness* » in Pallaro P.,1999, *Authentic Movement - Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, Jessica Kingsley Publishers : « *we want, we deeply want, to be seen as we are by another. We want to be witnessed. Ultimately, we want to witness, love another.* », p. 158.

¹³⁴ Chodorow J. dans Pallaro P.,1999, *Authentic Movement*, Londres, Jessica Kingsley Publishers, p. 256.

¹³⁵ Stromsted, T. ,2015, *Authentic Movement and the evolution of Soul's Body® Work*, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.339-357.

La majeure partie des écrits et des recherches réalisés sur le Mouvement Authentique est rédigée en langue anglaise. Cependant, la traduction en français de l'ouvrage écrit par Janet Adler permet aux lecteur.trice.s francophones d'accéder à la lecture du processus de la Discipline du Mouvement Authentique.¹³⁶

Également ancrée dans un héritage psychanalytique, Laura Sheleen (1926-2021), analyste jungienne mais également danseuse, élève de Graham, Lindon, Balanchine, comédienne et enseignante, met au point le Mythodrame.¹³⁷ Son approche est inspirée du psychodrame de J.L Moreno et liée au mythe (de Soi), à l'idée d'archétype jungien.

Elle s'inspire de l'analyse du mouvement développée par Laban qu'elle lie au concept de symbole de l'analyse jungienne et à l'histoire de la mythologie de différentes cultures (grecque, égyptienne, soufie, etc). En 1965, elle fonde le *Théâtre du geste* où mythodrame, théâtre verbal et corporel sont développés dans le but du développement psycho-corporel du sujet.

Sa technique est ritualisée et trouve son origine dans les pratiques sacrées orientales comme les rituels d'initiation tribales, les exorcismes issus des cultures traditionnelles, qu'elle redécouvre sous l'angle analytique.

Laura Sheleen axe la thérapie autour de la représentation : il s'agit de se mettre en scène tout en étant conscient.e du personnage que l'on représente afin de générer une mise à distance (qui peut rappeler la distanciation brechtienne). Contrairement à bien des techniques théâtrales qui prônent l'incarnation dionysiaque de son personnage, à l'image de la méthode Stanislavsky, Laura Sheleen propose une vision apollinienne de la représentation qui invite à un jeu contrôlé et distancé où l'implication émotionnelle est moindre.

Le cadre du mythodrame est particulièrement ritualisé, Laura Sheleen met en place des lois qui garantissent le cadre de l'expérience : "(...) personne n'a le droit de souffler dans un masque, si le souffle de son créateur ne lui a donné vie préalablement", "(...) venir sur scène masqué.e", "(...) tous les accessoires amenés sur scène sont symboliques et non concrets, etc."¹³⁸

¹³⁶ Adler J., 2016, *Vers un Corps Conscient : la Discipline du Mouvement Authentique*, Contredanse, (traduit de l'anglais. Titre original : *Offering from a Conscious Body*, 2012).

¹³⁷ Sheleen L., 1983, *Théâtre pour devenir... autre*, Paris, L'Épi.

¹³⁸ Sheleen L., 1986, *Théâtre pour devenir... autre*, Paris, L'Épi, p.21.

Le travail du masque, par la symbolisation qu'il amène, permet un processus de différenciation entre les objets psychiques internes qu'elle nomme "l'imaginal" et leur représentation externe.

Il s'agit de recréer des images archétypales personnelles afin de se décharger des images introjectées dans le passé. Laura Sheleen utilise des jeux symboliques et met en scène des thèmes mythologiques afin de favoriser la construction du mythe personnel.

Le masque permet de lever les inhibitions et favorise la mise en sens du corps. L'action de décalage avec le Moi privilégie l'apparition des parts inconnues de notre être, l'inconscient, et cela dans le but de "(...) donner sens à l'apparence de non-sens de notre chaos pulsionnel."¹³⁹

Le mythodrame met en scène la place de l'individu dans le groupe (familial, sociétal) et permet de retravailler l'idée de positionnement psychique et physique dans l'espace du jeu (Je) : "L'espace scénique peut être assimilé à un espace psychique où s'affrontent les mouvements de confusion, de division, de clivage, d'intégration, de réintégration, etc."¹⁴⁰ Ainsi l'individu créé pour se re-créer.

Un travail de verbalisation des ressentis, nommé la "Nomination" dans l'espace du *Paroli*¹⁴¹, succède à l'expérience scénique. Les comédiens (émetteurs) et le public (récepteur) échangent d'après leurs vécus. Tout comme le Mouvement Authentique, l'observateur se doit de ne pas "coller" son expérience sur celle de l'émetteur : "Le 'on' doit être systématiquement remplacé par le 'je' : 'J'ai projeté dans votre jeu...'"¹⁴²

Laura Sheleen insiste sur l'importance de la symbolique spatiale et temporelle du corps et distingue plusieurs espaces au sein de l'expérience du mouvement qu'elle met en relation avec le cosmos (position du soleil, terre, ciel, etc) : "Le corps du danseur se prolonge dans le corps du monde (...)."¹⁴³

¹³⁹ Sheleen L., 1986, *Théâtre pour devenir... autre*, Paris, L'Épi, p.39.

¹⁴⁰ Sheleen L., 1986, *Théâtre pour devenir... autre*, Paris, L'Épi, P.111.

¹⁴¹ Sheleen L., 1986, *Théâtre pour devenir... autre*, Paris, L'Épi.

¹⁴² Sheleen L., 1986, *Théâtre pour devenir... autre*, Paris, L'Épi, p.92.

¹⁴³ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, dans : Lesage B., *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.341. Dans cette citation, le parallèle avec la notion de chair du corps/du monde de Merleau-Ponty est observée.

Pour Laura Sheleen, il s'agit de se situer au sein de l'espace individuel, groupal et plus vastement du monde, puis d'observer son orientation afin d'en dégager un enseignement sur soi : "Elle affirme qu'une direction absente est une direction refoulée (L. Sheleen, 1983).

Il n'est donc pas indifférent qu'un enfant se cantonne à l'espace bas ou rechigne à y aller, qu'il ne présente pas de torsions dans son mouvement ou ne *sache* pas projeter un geste vers une direction donnée..."¹⁴⁴.

Anna Alexandre, psychomotricienne, diplômée du *Théâtre du geste* de Laura Sheleen reprend ses travaux en France mais c'est en Allemagne que l'héritage du travail de Laura Sheleen est le plus influent.¹⁴⁵

Anna (1920-2021) et Daria Halprin (1948-), mère et fille, s'inscrivent toutes deux dans la filiation artistique de l'avènement de la danse-thérapie. La première, née en 1920, est l'une des pionnières de la *Postmodern dance* et présente la danse "(...) comme un art qui soigne."¹⁴⁶

Anna Halprin, danseuse, performeuse et enseignante, fonde sa pratique à partir de plusieurs influences : elle s'inspire de l'attrait pour la kinésiologie et la motricité de la professeure de danse Margaret Newell H'Doubler (1889-1982), de Moshe Feldenkrais pour la conscience corporelle, de la Gestalt thérapie de Fritz Perls, de la thérapie centrée sur la personne de Carl Rogers et de l'éducation confluente du psychologue Thomas Gordon (1918-2002).

Son approche de la danse se centre sur "(...) le mouvement non stylisé, (...) la conscience kinesthésique, l'imaginaire et l'histoire du danseur." Elle écrit à ce propos : "J'ai acquis la conviction qu'on ne peut dans le fond que se danser soi-même."¹⁴⁷

Au début des années 1960, elle fait partie de l'avant-garde artistique de la côte Ouest des Etats-Unis proche du mouvement *beatnik* et "(...) explore les connexions entre les mondes de

¹⁴⁴ Lesage, B., 2006, Naître à l'espace: Prémices d'une clinique élargie, *Enfances & Psy*, n° 33(4), pp.113-123.

¹⁴⁵ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006) Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, dans : Lesage B., *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, pp. 335-344.

¹⁴⁶ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.93.

¹⁴⁷ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.94.

la danse, du mouvement, de l'art, des approches somatiques, de la psychologie et de l'éducation."¹⁴⁸

Chorégraphe, elle fonde sa compagnie, qu'elle nomme très simplement *San Francisco Dancers' Workshop* en 1955 et expérimente la danse dans des contextes inattendus : lieux publics, rue, nature, etc. Elle offre également la possibilité au public de prendre part aux performances questionnant le rôle passif / actif du spectateur.

Elle prône la transdisciplinarité et fait coexister la danse avec des domaines artistiques aussi divers que l'architecture, la poésie ou la musique. Elle s'extrait d'une visée expressive et narrative du mouvement en favorisant l'improvisation comme source de composition.

De la proximité avec les mouvements avant-gardistes et des échanges provenant des collaborations avec les autres artistes qu'elle côtoie, elle crée l'approche *Life Art Process* qui préconise l'introspection et le travail de groupe comme sources de création : "Nos histoires de vie nourrissent notre art et notre art nous informe sur la réalité de nos vies. C'est ce que nous appelons le 'Life Art Process'."¹⁴⁹

Par ailleurs, elle milite contre le racisme et la ségrégation raciale, notamment avec sa pièce "*The ceremony of us*" qui met en scène des danseur.se.s blanc.he.s et des danseur.se.s noir.e.s. Elle crée des workshops multiethniques en invitant des danseur.se.s d'origines diverses à se joindre à sa compagnie, ce qui s'avère inédit à l'époque.

En 1972, elle apprend qu'elle est atteinte d'un cancer et cette annonce la pousse à explorer la danse comme un outil de guérison. Elle entreprend alors de créer une nouvelle approche qu'elle nomme "*Psychokinetic Visualization Process*" qui s'appuie sur le dessin mêlé à la danse et travaille la représentation du corps.

Après une rechute, elle refuse la médication et s'attèle à approfondir son approche en y invitant la voix, l'écriture et l'expression paroxystique de sentiments profonds (colère, terreur, etc). Elle fait partie d'un des rares cas de rémission spontanée.

Anna Halprin partage ses connaissances thérapeutiques du mouvement en s'impliquant auprès de malades en fin de vie souffrant du SIDA et auprès de personnes atteintes de cancer au *Creighton Health Institute in California*, notamment avec les créations des pièces-rituels "*Carry Me Home*" puis "*Circle the Earth : Dancing with Life on the Line*". Elle crée la pièce

¹⁴⁸ Tamalpa website : <https://www.tamalpafrance.org/tamalpa-life-art-process>, consultée le 25/08/19

¹⁴⁹ Tamalpa website : <https://www.tamalpafrance.org/notre-philosophie>, consultée le 25/08/19

"*Intensive Care, Reflections on Death and Dying*" en 2000 suite à l'admission de son mari en soins intensifs.

Elle s'inspire de son cheminement dans la maladie et des étapes de guérison qu'elle a traversé et crée "*the Five Stages of Healing*"¹⁵⁰ (les Cinq Etapes de la Guérison : Identifier-Confronter-Relâcher-Changer-Evoluer).

Avec la création du "*deck*", un large studio à ciel ouvert avec vue sur la baie de San Francisco et sur le mont Tamalpais, Anna Halprin affirme le lien entre corps et environnement. Le *deck* est réalisé en collaboration avec son mari architecte, designer urbain et écologiste, Lawrence Halprin. Le mouvement n'est plus contenu entre quatre murs mais progresse dans les limites infinies du ciel et de la terre en relation avec les forces sacrées du vivant.¹⁵¹

L'expérience du mouvement et du processus de création amènent l'individu à observer des changements qui le connectent davantage à ce qu'il est, aux autres et au monde qui l'entoure.

La fille d'Anna Halprin, Daria Halprin, danseuse, actrice, poète, autrice, enseignante et thérapeute, axe sa recherche autour des relations entre processus de création, expression artistique et psychologie. Elle étudie la Gestalt Thérapie auprès de Fritz Perls, puis s'engage dans une carrière de danseuse (elle danse notamment dans la compagnie le "*San Francisco Dancer's workshop*" créé par sa mère).

D. Halprin défend l'idée et la pratique d'un corps en constante évolution dont la capacité de guérison et de développement représente un défi dans une société qui le dé-corporalise.¹⁵²

Elle accorde une grande importance à l'imaginaire dans l'acte thérapeutique et s'appuie sur le pouvoir d'agir du/de la patient.e avec l'aide de la métaphore et de la symbolisation : "(...) chaque fonction de notre corps peut servir de métaphore pour exprimer notre être."¹⁵³

¹⁵⁰ Halprin A., 2000, *Dance as a Healing Art : Returning to Health with Movement and Imagery*, Mendocino, CA, LifeRhythm.

"*One is confronting your primary issues, the other is having the courage and the strength to confront what you've identified, and then the third is to release, and the fourth is the change that comes about, and the fifth is integration,*" <https://experiments.californiahistoricalsociety.org/anna-halprin/consultée-healing-art/> consultée le 16/09/2019.

¹⁵¹ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or.

¹⁵² Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or.

¹⁵³ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.24.

Pour Daria Halprin, l'acte de danser est un langage permettant d'exprimer les conflits internes. L'approche fait ainsi écho à la phénoménologie husserlienne qui tend à relater l'expérience intérieure du sujet, ce qu'il "(...) pense, pressent, ressent et imagine dans l'instant."¹⁵⁴

Selon Daria Haprin, l'individu peut activer la profondeur de ses émotions, de ses expériences vécues et de ses souvenirs grâce au mouvement qui est le "premier langage du corps."¹⁵⁵

Le mouvement permet de faire émerger le matériel inconscient en vue de le clarifier, le transformer et de se libérer des charges négatives qui conditionnent certains comportements : "Dans l'imaginaire du studio de création artistique, nous pouvons tout déchirer, recoller les morceaux, (...). Nous pouvons exprimer les sentiments qui ont besoin de se libérer, faire face à des démons du passé et du présent (...)."¹⁵⁶

La dimension artistique de la danse est utilisée dans une visée thérapeutique afin d'exprimer les souffrances du sujet et s'attache au processus vécu par le sujet et non pas au résultat de ce qu'il produit.

L'art se charge d'établir une distance entre le sujet et sa souffrance afin que celui-ci puisse s'en saisir et élaborer. Le lien entre l'expérience physique, émotionnelle et imaginaire permet une profonde écoute de Soi. En intégrant corporellement les prises de conscience et les changements, l'acte thérapeutique se réalise.¹⁵⁷

Ensemble, Anna et Daria Halprin co-fondent en 1978 le Tamalpa Institute à *Kentfield*, dans la baie de *San Francisco* en Californie. Elles y proposent des formations en mouvement/danse et arts expressifs, notamment l'approche *Life Art process* qui intègre les arts visuels ainsi que les techniques performatives dans un but thérapeutique, artistique et éducatif. Cette approche regroupe plusieurs outils basés sur le concept précédent d'Anna Halprin, *the Five Stages of Healing* :

- Le Rituel de Mouvement : une suite de mouvements structurants visant à préparer le corps à la danse (amplitude, souplesse) et à affiner la conscience corporelle.

¹⁵⁴ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.24.

¹⁵⁵ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.24.

¹⁵⁶ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.26.

¹⁵⁷ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or.

- Le Processus d'Imagerie Psycho Cinétique qui explore le dialogue entre corps, émotions et images en utilisant divers supports d'expression : dessin, mouvement, écriture, voix, etc.
- Les Etudes de Mouvement selon les notions de temps, d'espace, de rythme, d'articulation entre les différentes parties du corps.
- L'Exploration des Parties du Corps (*Body Parts Mythology*) qui entend développer des thématiques personnelles et collectives par la symbolisation du mythe et l'utilisation du langage métaphorique pour mobiliser les parties du corps.
- Les Cycles "RSVP" (*Ressources Score Valuation Performance*) qui propose de structurer et de concevoir un projet : évaluation, résolution des problématiques rencontrées, etc.
- D'autres outils comme l'écriture créative, la performance ou le rôle du témoin, qui rappelle l'exploration du rôle du *witness* amenée par Janet Adler, et qui répond à des règles de non jugement et d'écoute active.¹⁵⁸

L'approche *Life Art Process* invite à lever les blocages psycho-corporels pour induire de nouvelles possibilités chez le sujet et engager un processus thérapeutique de développement personnel liant imaginaire, mouvement et chemin de vie. Anna et Daria Halprin prônent la force créatrice de l'art comme vecteur d'évolution humaine et de guérison du monde. Conjointement à cette vision d'une danse-thérapie transformatrice, d'autres approches danse-thérapeutiques dont l'attention se porte davantage sur l'analyse du mouvement émergent, notamment avec l'apport de Rudolf Laban.

5.3 L'observation et l'analyse du mouvement : Rudolf Laban et ses collaborateurs.

Au début du XX^{ème} siècle, plusieurs enseignants en danse se penchent sur la structuration corporelle et l'analyse du mouvement. Parmi eux, on retrouve Rudolf Laban (1879-1958) qui étudie la manière dont le mouvement affectif est lié au mouvement structurel et fonctionnel.¹⁵⁹ Il s'intéresse moins à la technique qu'aux dispositions qualitatives, relationnelles et expressives que permet la danse.

¹⁵⁸ Tamalpa website : <https://www.tamalpafrance.org/nos-outils-1> consultée le 25/08/19

¹⁵⁹ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or.

L'idée d'une "pensée motrice" germe dans ses premières recherches et décrit une organisation du mouvement "(...) non dans ses formes arrêtées [...] mais dans ses processus, dans l'organisation de ses forces et de ses accents."¹⁶⁰

Selon lui, l'humain est façonné par ses expériences qui s'inscrivent sur la structure corporelle et sont visibles dans le mouvement. C'est donc logiquement en éveillant de nouvelles manières de se mouvoir que la structuration corporelle peut changer et évoluer. Ce processus est notamment efficient grâce à l'intégration de nouvelles qualités de mouvement. Chez Laban, le mouvement est vu comme un processus de transformation, une structure mouvante et fluctuante qu'il nomme *Eukinétique* du grec *eu*, "bon" et *kinesis*, "mouvement". Le "bon mouvement" est celui qui résonne avec les stimuli internes en étroite corrélation avec l'environnement : "L'accent est donné à la modulation du mouvement et à son rôle dans toute interaction : entre l'intention et l'action, le mental et le physique, entre la personne et le monde."¹⁶¹

Les études labaniennes portent sur quatre domaines, que sont l'Effort (eukinétique), l'étude de l'espace (choreutique), l'étude du corps et l'étude de la forme. À l'époque de Rudolf Laban, ces domaines n'étaient pas nommés et séquencés comme tels. La distinction des quatre domaines des études labaniennes est créée par le travail de ses collaborateur.trice.s et successeur.euse.s. C'est dans la transmission que les "domaines" des études labaniennes ont été créés et sont aujourd'hui enseignés.

L'Effort est un domaine qui désigne l'adéquation entre la motivation interne et l'organisation du corps afin de rendre visible l'intention du mouvement. La manière dont le mouvement est réalisé exprime la motivation interne du sujet : un geste délicat n'aura pas la même intention qu'un geste brusque par exemple.

R. Laban propose un système d'analyse du mouvement qui sera postérieurement nommé "*Effort Shape*" par ses collaborateur.trice.s et prolongé avec l'apport d'Irmgard Bartenieff (1900-1981). Ce système est basé sur quatre facteurs du mouvements (composantes du mouvement) : le Poids, le Temps, l'Espace, le Flux qui présente chacun deux polarités opposées, ce sont les *éléments*.

¹⁶⁰ Launay I., 1996, *À la recherche d'une danse moderne. Rudolf Laban, Mary Wigman*, Paris, Chiron, p. 74.

¹⁶¹ Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.95.

Le facteur Espace montre comment le sujet porte son attention sur l'environnement qui l'entoure. Un garçon de café n'aura pas la même gestion de l'espace qu'un maître nageur.

Le garçon de café se meut dans l'Espace direct : il se déplace d'un point A à un point B. Contrairement au maître-nageur qui, en balayant du regard les bassins de la piscine, s'inscrit dans un espace indirect : son regard évolue entre plusieurs points d'observation. Dans le premier cas, l'intention est focalisée alors que dans le second, elle est multifocalisée.

Le facteur Temps décrit le rapport au temps qui peut être caractérisé par un mouvement urgent (Temps soudain) ou qui se laisse porter par la durée (Temps soutenu). Le quotidien de tout un chacun pourrait s'écrire comme une partition d'alternance entre Temps soudain et Temps soutenu. Par exemple, en une même journée, je me réveille pressée pour ne pas être en retard au travail, puis à la sortie du travail, je prends le temps de flâner dans la rue. Nous sommes constamment pris.es entre des moments d'accélération et de décelation que ponctuent les événements de la vie. Les deux facteurs Temps sont ainsi en constante alternance.

Le Flux est un facteur à partir duquel tout mouvement peut apparaître : "Le facteur Flux concerne la progression du mouvement et la maîtrise variable que chacun peut avoir de cette progression (...)." ¹⁶² C'est comme un cours d'eau que l'on retient ou que l'on laisse couler. ¹⁶³

Le Flux libre évoque le jaillissement alors que le Flux condensé décrit des mouvements qui se traduisent davantage par la retenue, la précision et la concentration.

Le facteur Poids traduit la manière de gérer sa masse corporelle en relation avec la gravité. ¹⁶⁴ Pousser quelque chose de lourd (Poids fort) ou marcher sur la pointe des pieds (Poids léger) ne traduit pas la même utilisation du facteur Poids. ¹⁶⁵

Comme l'écrit Angela Loureiro, analyste certifiée du mouvement Laban/ Bartenieff, Rudolf Laban précise que les facteurs de l'Effort agissent en se combinant afin de dégager une palette expressive du sujet : "Et, comme un nuancier qui a sans cesse besoin de se renouveler pour

¹⁶² Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, Le point de vue Laban-Bartenieff, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.95.

¹⁶³ Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, Le point de vue Laban-Bartenieff, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.95.

¹⁶⁴ Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, Le point de vue Laban-Bartenieff, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.95.

¹⁶⁵ Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, Le point de vue Laban-Bartenieff, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.95.

exister, ils se combinent, gagnent ou perdent en intensité, changent de "partenaire", se recomposent pour réapparaître."¹⁶⁶ Par leur évolution, le sujet modifie sa relation à lui-même et à l'environnement. En cela, la lecture des facteurs de l'Effort est un outil précieux pour observer les éventuelles modifications psycho-corporelles du sujet au travers de son engagement dans le mouvement.

C'est pourquoi la grille d'analyse du mouvement de l'Effort, de par la précision de la description du mouvement qu'elle permet, est un outil fondamental utilisé par les danse-thérapeutes.¹⁶⁷

En définissant les dynamiques visibles du mouvement, R. Laban permet d'établir une "carte d'identité corporelle" du sujet en relevant ses affinités et ses manques. Pour Laban, "(...) la danse *est* un moyen d'introspection profonde : elle révèle à l'homme ses tendances fondamentales (...)."¹⁶⁸

R. Laban redéfinit la notion d'espace jusqu'alors utilisée par la danse classique comme une donnée extérieure au danseur "(...) en faisant du corps même le référent principal à l'organisation des espaces."¹⁶⁹ C'est la motivation intérieure du danseur (*inner Effort*¹⁷⁰) qui génère son rapport à l'espace.

Laban et ses collaborateurs se penchent sur la manière dont les corps en mouvement créent de l'espace, qui deviendra plus tard l'étude de l'espace nommée *choreutique*.

Il crée alors la notion de kinesphère, une sphère dont les limites sont les extrémités du danseur et dont le centre est le corps du danseur lui-même.

La kinesphère évolue entre centre et périphérie. Elle est une figure plastique et malléable : elle se modifie en fonction de la situation dans laquelle se situe le corps. La kinesphère ne sera pas la même si le sujet est dans une foule ou s'il est au sommet d'une montagne dans la solitude la plus totale.

¹⁶⁶ Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.95.

¹⁶⁷ voir les travaux de recherche de Sabine Koch : Koch S, Bender S, 2008, *Bewegungsanalyse - Movement Analysis. The Legacy of Laban, Lamb, Bartenieff and Kestenber*, Berlin, Logos.

¹⁶⁸ Bourcier, P., 1978, 10 - L'école germanique et sa lignée américaine, dans : Bourcier P., *Histoire de la danse en Occident*, Paris, Le Seuil, pp. 271-286.

¹⁶⁹ Perrin, J., 2006, L'espace en question, *Repères, cahier de danse*, 18(2), pp. 3-6, alinéa 5.

¹⁷⁰ Laban R., 1994, *La Maîtrise du mouvement*, Arles, Actes Sud

Laban s'intéresse moins à l'orientation du mouvement dans l'espace qu'à la direction du mouvement. Il découpe l'espace en trois dimensions, les plans vertical, horizontal et sagittal et six directions fondamentales que sont haut, bas, gauche, droite, avant et arrière : "Cette décomposition de l'espace en 26 directions élémentaires donne lieu à la figure géométrique de l'icosaèdre."¹⁷¹ Cette vision novatrice de l'espace dont le danseur est le centre amène un outil de lecture corporelle personnalisé et personnalisable.

L'étude de la forme est un troisième domaine des études labaniennes et interroge la manière dont le corps se transforme. Il en va de la plasticité de la forme dans le mouvement : forme large, étroite, tassée, agrandie, etc. Comment le corps est en permanence en train de changer de forme (pour des raisons émotionnelles, physiologiques, etc) ?

Enfin l'étude du corps, dernier domaine des études labaniennes, qui a largement été repris par le travail de la danse-thérapeute Irmgard Bartenieff, désigne les liens entre geste et posture. L'étude du corps renseigne sur les connexions du corps et son architecture, avec l'idée de *patterns* (schèmes) qui définissent le corps en mouvement : ainsi naissent les schèmes de mouvement centre-périphérie, tête-coccyx, mouvements latéraux, contre-latéraux, haut-bas. Ces schèmes de mouvement sont présents dès la première année de l'enfant et interrogent la manière dont la posture est reliée au geste. Ce questionnement se retrouve au centre des recherches de Warren Lamb, dont le travail sera évoqué par la suite.

Dès 1926, R. Laban met au point un système de notation du mouvement, la Cinétographie, réelle partition chorégraphique qui "(...) s'intéresse à la façon dont un danseur s'oriente à partir de son propre corps, et le prend pour référent."¹⁷² Du grec *kinêma* : mouvement, et *graphein* : écrire, la cinétographie permet la transcription du mouvement dans ses formes simples et complexes.¹⁷³

Les collaborateur.trice.s de Rudolf Laban expérimentent et développent l'analyse du mouvement dans l'objectif d'une application thérapeutique. Le travail de Rudolf Laban est transmis par un collectif de thérapeutes et danseur.euse.s. Parmi eux.elles, nous pouvons évoquer les apports de Veronica Sherborne, Marion North, Warren Lamb et Irmgard Bartenieff.

¹⁷¹ Perrin, J., 2006, L'espace en question, *Repères, cahier de danse*, 18(2), pp. 3-6, alinéa 5.

¹⁷² Perrin, J., 2006, L'espace en question, *Repères, cahier de danse*, vol. 18, no. 2, pp. 3-6., alinéa 6.

¹⁷³ Challet-Haas J., 1999, *Grammaire de la notation Laban (vol. 1 et 2) : Cinétographie Laban*, Pantin, CND.

Veronica Sherborne (1922-1990), élève de Rudolf Laban, reprend les théories labaniennes et les applique aux besoins des enfants qu'elle accompagne en tant que physiothérapeute.

Elle décrit l'importance pour les enfants de se sentir bien dans leurs corps, de manière à pouvoir s'ouvrir à la relation.¹⁷⁴

Marion North (1925-2012) oeuvre à transmettre l'héritage labanien : enseignement, recherche, création du premier Master en danse-thérapie en Angleterre au *Laban Center* de Londres.

Warren Lamb (1923-2014) s'inspire de l'héritage labanien qu'il approfondit en étudiant comment les dynamiques de mouvement et le langage non-verbal indiquent la motivation intérieure du sujet et sous-tend la prise de décision. Il crée le *Movement Pattern Analysis* (Analyse des schémas de mouvement) pour étudier l'analyse du comportement.¹⁷⁵

Il élabore une technique d'évaluation qu'il nomme *Action Profiling*, "(...) qui relie la prise de décision à des styles comportementaux."¹⁷⁶

Il amène le concept du *shaping* qui se traduit par "mise en forme, structuration" du corps dans l'espace.¹⁷⁷ Il porte une attention particulière à la manière dont le mouvement se structure, se met en forme. Le *shaping* est utilisé par certain.e.s danse-thérapeutes comme outil d'évaluation d'un diagnostic ou intervention thérapeutique : "(...) son modèle de profil d'action relie le mouvement à la personnalité d'une manière qui peut être utilisée à la fois pour le diagnostic et les interventions thérapeutiques."¹⁷⁸

W. Lamb développe principalement son activité auprès des entreprises et du gouvernement américain dans le domaine du conseil en gestion ainsi que dans le champ du développement personnel. Il collabore avec Irmgard Bartenieff et Judith Kestenberg dans le contexte thérapeutique.

¹⁷⁴ Sherborne, V., 2001 (2nd edition), *Developmental Movement for Children: Mainstream, Special Needs and Pre-School*, London, Worth Polishing.

¹⁷⁵ <https://www.surrey.ac.uk/national-resource-centre-dance/projects/warren-lamb-archive>, consulté le 19/08/2021.

¹⁷⁶ Lovell, S.M, 1993, An interview with Warren Lamb, *American Journal Dance Therapy* 15, pp.19-34.

¹⁷⁷ Lamb, W., 1965, *Posture and Gesture : An Introduction to the Study of Physical Behavior*, London, Gerald Duckworth.

¹⁷⁸ Lovell, S.M, 1993, An interview with Warren Lamb, *American Journal Dance Therapy* 15, pp.19-34.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "(...) his Action Profile model relates movement with personality in ways that can be used both diagnostically and in therapeutic interventions."

Irmgard Bartenieff (1900–1981), danseuse, kinésithérapeute, enseignante en éducation somatique, notatrice du mouvement Laban et pionnière en danse-thérapie, s'inspire de l'analyse du mouvement *Effort Shape* de Laban pour créer, sa propre vision de l'analyse du mouvement : l'*Effort-Shape analysis*.

Elle développe l'héritage labanien aux Etats-Unis en y approfondissant les thématiques de la spatialité, les qualités temporelles et énergétiques du geste.¹⁷⁹ Elle crée une approche d'entraînement corporel autour de la structure et l'expressivité du mouvement : les Fondamentaux Bartenieff (*Bartenieff Fundamentals*).

La méthode Bartenieff est utilisée pour développer la structuration corporelle : "Bartenieff est connue pour son utilisation de la conscience de l'architecture osseuse de notre forme anatomique dans l'optimisation du potentiel fonctionnel et expressif du mouvement humain."¹⁸⁰

Irmgard Bartenieff voit le mouvement comme un moyen d'observer l'intégration des émotions, des sensations et la relation à l'environnement et aux autres.¹⁸¹

Le mouvement est lié à l'expression du sujet. L'espace, le rythme, l'émotion sont autant de facteurs expressifs : "Le mouvement du corps n'est pas un symbole pour l'expression, il est l'expression. Les relations anatomiques et spatiales créent des séquences de rythmes d'Effort avec des concomitants émotionnels. Le fonctionnel et l'expressif ne font qu'un chez l'être humain."¹⁸²

I. Bartenieff développe une méthode thérapeutique qui s'inscrit dans une vision du mouvement "comme un tout" qui s'écarte de la mobilisation isolée de certaines parties du corps. D'après elle, c'est le processus corporel et non pas la force musculaire qui détermine

¹⁷⁹ Bartenieff, I., 1979, *Body/Space/Effort : The Art of Body Movement as a Key Perception*, Unpublished Manuscript in Hackney P., 2002, *Making Connections, Total Body Integration through Bartenieff Fundamentals*, New York, Gordon and Breach Science Publishers.

¹⁸⁰ <https://www.emoveinstitute.com/home-lbms/rudolf-von-laban-irmgard-bartenieff/>, consultée le 22/08/19.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Bartenieff is noted for her utilization of awareness of the bony architecture of our anatomical form in optimizing the functional and expressive potential of human movement".

¹⁸¹ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or.

¹⁸² Bartenieff, I., 1979, *Body/Space/Effort : The Art of Body Movement as a Key Perception*, Unpublished Manuscript in Hackney P., 2002, *Making Connections, Total Body Integration through Bartenieff Fundamentals*, New York, Gordon and Breach Science Publishers. Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Body movement is not a symbol for expression, it is the expression. Anatomical and spatial relationships create sequences of Effort rhythms with emotional concomitants. The functional and the expressive are one in the human being."

l'efficacité et l'expressivité du mouvement. Elle expérimente cette méthode de restauration physique notamment en 1968 avec les patient.e.s atteints de polio au *Bellevue Hospital Center de New York (USA)*.¹⁸³ Bartenieff ré-affirme le lien psycho-corporel et s'ancre dans une vision holistique du soin : "Il n'existe pas de thérapie physique pure ou de thérapie mentale pure. Elles sont continuellement reliées."¹⁸⁴

Son approche met en lien la configuration spatiale avec les schèmes moteurs : "(...) la respiration, la relation entre la tête et le coccyx, la relation entre le centre et la périphérie, entre le haut et le bas du corps, entre les deux côtés, entre les diagonales du corps. Chacune de ces organisations motrices apporte quelque chose de spécifique au niveau fonctionnel et expressif."¹⁸⁵

Elle travaille en tant que danse-thérapeute au *Day Hospital Unit of Albert Einstein College of Medicine* à New York en collaboration avec le Dr. Israel Zwerling, psychiatre particulièrement réceptif à la danse comme outil de prise en charge thérapeutique, pour réduire les phénomènes d'anxiété et d'agressivité. La démarche précise de l'analyse du mouvement mise en place par Bartenieff est efficace dans l'observation quotidienne des patient.e.s. La danse-thérapeute élabore des outils pour déterminer quel cheminement (configuration spatiale, nuances de qualités de mouvement, gamme expressive, schèmes moteurs, etc) sera le plus approprié en fonction de l'observation du.de la patient.e.

Ses recherches vont jusqu'à investir divers domaines et place la danse-thérapeute dans une démarche transculturelle. Sont étudiés les relations mère-enfant, le comportement social des peuples primitifs, le travail en psychiatrie, l'étude du comportement animal¹⁸⁶, la formation du danseur et du comédien, etc.¹⁸⁷

¹⁸³ Bartenieff, I., Lewis, D., 1980, 2002, *Body movement - Coping with the environment*, New York, Routledge.

¹⁸⁴ Bartenieff, I., Lewis, D., 1980, 2002, *Body movement - Coping with the environment*, New York, Routledge, p.3.
Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "There is no such thing as pure 'physical therapy' or pure 'mental' therapy. They are continuously interrelated."

¹⁸⁵ Loureiro, A., 2006, *Sens, volumes et tracés : Une perspective sur la relation entre le corps et l'espace*, *Enfances & Psy*, n° 33(4), pp.140-146, alinéa 35.

¹⁸⁶ Mead M. dans <https://labaninstitute.org/about/irmgard-bartenieff/>, consultée le 22/08/19

¹⁸⁷ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, *Coeuvres-et-Valsery*, éditions Ressouvenances, p.79.

L'analyse du mouvement d'I. Bartenieff est actuellement employée par les danse-thérapeutes car le vocabulaire utilisé pour décrire le mouvement est adapté spécifiquement au domaine de la danse-thérapie.

Judith Kestenberg (1910-1999), pédopsychiatre, met en relation l'analyse du mouvement et les stades du développement psycho-affectif de l'enfant. Elle se base sur l'analyse du mouvement de Laban et la théorie psychanalytique du développement d'Anna Freud. Elle lie ces deux approches afin de créer une nouvelle méthode d'analyse du mouvement basée sur une longue observation des enfants dans le cadre clinique.

Elle crée le *Kestenberg Movement Profile*, un système d'observation et d'analyse du mouvement pour mesurer le développement comportemental et relationnel des enfants dans une optique de prévention et de traitement des problématiques développementales.¹⁸⁸

La version actuelle du KMP s'est développée et s'adresse aux individus de tout âge.¹⁸⁹

Parmi les nombreuses données figurant la base du matériel d'analyse KMP, on peut désigner les qualités de mouvement (*the tension-flow system*), les formes du mouvement (*the shape-flow system*) et les variations de tensions corporelles dans le temps (*rhythms*).

J. Kestenberg observe les mouvements répétitifs et les motifs corporels singuliers de chaque patient.e. (*movement patterns*). Ces motifs renseignent entre autres sur le développement de l'affect, la mise en place des mécanismes de défense, les caractéristiques de la personnalité et l'entrée en relation avec autrui.¹⁹⁰¹⁹¹ Le KMP est particulièrement utilisé pour décrire, évaluer et intervenir auprès des patient.e.s et enrichit le panel de compétences des danse-thérapeutes.

¹⁸⁸ Kestenberg, J. S., 1995, *Sexuality, Body Movement, and the Rhythms of Development*, NJ, USA, Jason Aronson, Northvale.

¹⁸⁹ Kestenberg-Amighi, J.; Loman, S.; Lewis, P.; Sossin, K. M. , 1999, *The Meaning of Movement: Developmental and Clinical Perspectives of the Kestenberg Movement Profile*, New York, NY, USA, Routledge.

¹⁹⁰ Loman, S., & Foley, L., 1996, Models for understanding the nonverbal process in relationships, *The Arts in Psychotherapy*, 23, pp.341–350.

¹⁹¹ Sossin, K. M. , 2007, History and future of the Kestenberg Movement Profile, in Koch S.C. & Bender S., *Movement analysis – Bewegungsanalyse : The legacy of Laban, Bartenieff, Lamb and Kestenberg*, Berlin, LogosVerlag, pp. 103–118.

Plus tard, des danse-thérapeutes comme Kestenberg Amighi, Loman, Lewis, Sossin¹⁹² Merman¹⁹³, Goldman¹⁹⁴ perpétuent l'héritage de J. Kestenberg dans des centres d'étude du mouvement, des universités, des hôpitaux, des structures médico-sociales ou à travers divers ouvrages de référence aux USA et à l'étranger.

Après avoir étudié les origines de la danse-thérapie à travers un panorama américain et européen, nous vous proposons d'observer l'avènement de la danse-thérapie en France.

5.4 La filiation académique classique et l'héritage freudien.

En France, la danse-thérapie éclôt grâce à la contribution de Rose Gaetner. Cette psychomotricienne et danseuse amatrice, propose dès 1956 des ateliers auprès d'enfants psychotiques à l'hôpital de jour *Santos Dumont* à Paris dont elle est la directrice. De même, à l'hôpital psychiatrique de *Saint-Anne*, elle propose la mise en place de groupes où s'articulent danse et pensée freudienne à destination de l'équipe hospitalière. Elle intervient également auprès de groupes d'adultes psychotiques.¹⁹⁵

Rose Gaetner s'appuie sur les théories du psychologue Henri Wallon (1879-1962) et étudie particulièrement le lien entre tonus musculaire, réactions émotionnelles et développement de la pensée. Elle s'inspire aussi de la pensée du neuropsychiatre et psychanalyste J. de Ajuriaguerra (1911-1993) qui théorise le dialogue tonique mère-enfant comme prélude au dialogue verbal.¹⁹⁶

L'influence du psychiatre et psychanalyste S. Lebovici (1915-2000) amène Rose Gaetner à se pencher sur la valeur thérapeutique du stade du miroir par l'imitation des mouvements, les processus de fusion et de dé-fusion et le dialogue tonique¹⁹⁷ qui en découle : "(...) le

¹⁹² Kestenberg-Amighi, J.; Loman, S.; Lewis, P.; Sossin, K. M. , 1999, *The Meaning of Movement: Developmental and Clinical Perspectives of the Kestenberg Movement Profile*, New York, NY, USA, Routledge.

¹⁹³ Loman S., Merman H., 1996, The KMP: A tool for dance/movement therapy. *American Journal of Dance Therapy* 18, 29–52.

¹⁹⁴ Goldman E., 1999, *The geometry of Movement, A study in the structure of communication*, Auto-édition Copyright E. Goldman.

¹⁹⁵ Discussion privée avec Vaysse J. à propos de Rose Gaetner.

¹⁹⁶ Hallepee-Djian L., 2013, *Danse-thérapie et empathie : étude préliminaire auprès d'enfants en CMPP*, thèse sous la direction du Pr. Jean-Philippe Raynaud, Université Toulouse III – Paul Sabatier, Faculté de médecine.

¹⁹⁷ Ajuriaguerra, J. de., 1977, *Manuel de psychiatrie de l'enfant*, Paris, Masson.

processus d'imitation qui s'inscrit en deux termes contraires comme le soulignent ces auteurs (*Wallon et Ajuriaguerra*) : fusion, aliénation du patient à l'animatrice et participation de celui-ci, ce qui lui permet d'anticiper la naissance de son Moi ; la prise de conscience du corps propre intervenant chez les patients au moment de la défusion, défusion inhérente à l'activité de danse en raison des déplacements du corps dans l'espace."¹⁹⁸ D'après elle, l'imitation et son détachement progressif marque le développement de la différenciation et favorise l'accès à l'individuation.¹⁹⁹

Passionnée de ballet, Rose Gaetner s'appuie sur la technique de la danse classique, pour fonder son approche danse-thérapeutique, séduite par la dimension esthétique qui s'en dégage et le rôle prégnant de la musique. D'après elle, l'idée de "beau" est fondamentale dans la restauration narcissique et fait écho aux concepts freudiens, de même que l'idée de sublimation par la production artistique. Pour Rose Gaetner, la danse est une "élaboration directe de la pensée" au sein d'un "corps global".²⁰⁰

5.5 L'influence primitiviste.

Un autre courant de la danse-thérapie émerge en France sous l'influence du danseur haïtien HERNIS DUPLAN (1937-).

L'Expression Primitive²⁰¹ s'inspire de la culture afro-américaine, des rites primitifs et trouve ses fondements dans les danses traditionnelles et tribales. Fondée en 1969 par HERNIS DUPLAN, danseur haïtien issu de la compagnie de l'anthropologue et danseuse KATHERINE DUNHAM (1909-2006), ce courant se propage en Europe et notamment en France.

HERNIS DUPLAN qualifie l'Expression Primitive comme "(...) une démarche anthropologique conduisant l'individu à une recherche, en soi et à travers le groupe, de sa propre genèse [...] sans passer par les moules contraignants de techniques trop élaborées."²⁰²

¹⁹⁸ Gaetner, R., 2000, Chapitre I. La danse et la musique, alinéa 186, Dans : Gaetner R., *De l'imitation à la création: Les activités artistiques dans le traitement des psychoses et de l'autisme*, Paris, Presses Universitaires de France, pp. 39-113.

¹⁹⁹ Gaetner, R., 2000, Chapitre I. La danse et la musique, alinéa 186, Dans : Gaetner R., *De l'imitation à la création: Les activités artistiques dans le traitement des psychoses et de l'autisme*, Paris, Presses Universitaires de France, pp. 39-113.

²⁰⁰ Vaysse, J., 2006, *La danse-thérapie : histoire, techniques, théories*, Paris, L'Harmattan.

²⁰¹ Les majuscules respectent l'écriture du terme initié par HERNIS DUPLAN.

²⁰² Duplan H., <http://hernis.duplan.free.fr/textes/hernis.html>, consultée le 25/09/2019.

Cette pratique se base sur le rythme et la pulsation primaire du vivant, comme une "matérialisation du temps qui nous transcende et première forme de communication"²⁰³, les mouvements fondamentaux (pousser, donner, reprendre, tirer, cueillir, etc) ainsi que les archétypes issus des mythes et l'esprit de socialisation (la forme du cercle, le chant collectif, le contact, le jeu avec autrui). L'expression primitive en appelle aux racines du corps et du mouvement "(...) au sens de ce qui est originel, premier, initial, basique et fondamental [...] Le sens de cet intitulé est donc de s'appuyer sur le relief premier dans la vie – le corps – s'en nourrir pour s'exprimer du zéro à l'infini, c'est-à-dire du minimum nécessaire au maximum de ses possibilités."²⁰⁴

Cette pratique se transmet via une pédagogie fondée sur le mimétisme présente dans les cultures orales. Le ou la professeure propose des gestes qui sont ensuite reproduits par le ou la danseuse. L'Expression Primitive ouvre aussi à l'improvisation : "Accompagné par la percussion, l'interprète s'engage dans une expression qui implique le corps, l'espace, la voix et l'imaginaire."²⁰⁵

La percussion est très présente dans cette approche qui convoque pulsation²⁰⁶, tempo²⁰⁷ et rythme pour explorer en mouvement. La voix accompagne le mouvement : "J'expérimente la voix comme partenaire du geste, son complément indispensable."²⁰⁸ Le rythme percussif soutient le lien entre voix, mouvement et musique.

Meriem Brachet, danse-thérapeute, écrit que, lors des stages proposés par HERN Duplan, la pratique débute par une exploration du corps en mouvement avec "(...) des exercices

²⁰³ Duplan H., « Rencontre » La danse : incarnation, *Art et Thérapie*, 1987, n°24-25 dans Klein, J.P., 2019, Chapitre II. L'art-thérapie, avec quoi ?, *L'art-thérapie*, Paris, Presses Universitaires de France, alinéa 53, pp. 47-81.

²⁰⁴ Duplan H., « Expression primitive », *Thème d'une quête / Expériences*, dans Mustacchi C., 2001, *Nel corpo è nello sguardo*, Roma, édition Unicoli dans Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, pp. 335-344, alinéa 14, dans : Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES.

²⁰⁵ Brachet M., 2021, extrait mémoire de recherche, en cours de rédaction, Université Lyon2 - Institut de Psychologie - C.R.P.P.C.

²⁰⁶ La pulsation désigne le battement d'un temps : "La pulsation peut être matérialisée de différentes façons, à l'infini : frappements des pieds, des mains, émissions vocales, ponctuations gestuelles et bien sûr par des instruments de musique." Dans Duplan H., <http://herns.duplan.free.fr/textes/herns.html>, consultée le 5/09/2021.

²⁰⁷ Le tempo désigne la fréquence de la pulsation. Dans <https://fr.wikipedia.org/wiki/Tempo>, consultée le 5/09/2021.

²⁰⁸ Duplan H., <http://herns.duplan.free.fr/textes/herns.html>, consultée le 5/09/2021.

progressifs de placements, d'échauffements, assouplissements, étirements, rotations, basés sur une logique anatomique permettent une circulation équilibrée et canalisée de l'énergie"²⁰⁹, suivie d'une pratique de la percussion et d'un temps consacré à l'improvisation et à la création personnelle.²¹⁰

France Schott-Billmann, psychanalyste, théorise la pratique de l'Expression Primitive en s'inspirant des théories lacaniennes. Elle affirme que le rythme assure une fonction de canalisation des pulsions qui permet la construction psychique humaine et que la communication avec l'Autre (autre danseur, autre espace, autre temps) invite à la différenciation soi-autre.²¹¹

Rappelant le principe d'efficacité symbolique élaboré par Claude Lévi Strauss²¹², "(...) les gestes "primitifs" ouvrent un espace symbolique qui appelle les pulsions à s'écouler et se sublimer"²¹³, la pratique ouvre le champ à la symbolisation et à la mise en sens (par le geste) d'une émotion, d'un sentiment. Les affects sont représentés par le mouvement, contenus par le rythme et partagés avec l'autre que soi.²¹⁴

Le style primitif rappelle le courant cubiste issu du métissage entre Afrique et Occident : les mouvements sont simples, répétés, géométriques, symétriques, contrastés et puissants.²¹⁵

Il s'agit par la pulsation de "(...) réveiller la pulsion de vie, la pulsion dionysiaque."²¹⁶

La forme ludique et conviviale est une donnée intégrante de cette approche : "C'est un jeu sérieux sans se prendre au sérieux qui nous fait découvrir (...) un autre Soi plein de vitalité,

²⁰⁹ Duplan H., <http://herns.duplan.free.fr/textes/herns.html>, consultée le 5/09/2021.

²¹⁰ Brachet M., 2021, extrait mémoire de recherche, en cours de rédaction, Université Lyon2 - Institut de Psychologie - C.R.P.P.C.

²¹¹ Schott Billmann F., 2012, *Quand la danse guérit*, Le Courrier du livre.

²¹² Lévi-Strauss C., 1958, « L'efficacité symbolique », dans *Anthropologie structurale*, Paris, Plon.

²¹³ Schott-Billmann, F., 2015, Danse et psychanalyse : regards croisés. *Insistance*, 9(1), pp. 29-39, alinéa 16.

²¹⁴ Schott-Billmann, F., 2015, Danse et psychanalyse : regards croisés. *Insistance*, 9(1), pp. 29-39.

²¹⁵ Schott-Billmann, F., 2015, Danse et psychanalyse : regards croisés, *Insistance*, 9(1), pp. 29-39.

²¹⁶ France Schott Billmann dans <https://www.youtube.com/watch?v=E5f0MuUoQkl>, consultée le 25/09/2019.

d'énergie, d'optimisme (...) débarrassé de ses lourdeurs (...). Cet être allégé, plein de vie que Nietzsche appelle le danseur."²¹⁷

France Schott Billmann crée *L'Atelier du Geste Rythmé* à Paris où elle transmet sa vision de l'Expression Primitive au travers de stages, séminaires et ateliers qu'elle co-anime avec des anthropologues, des musicien.ne.s et danseur.euse.s traditionnels, des ethnologues, etc.

Herns Duplan a continué à transmettre son approche de l'Expression Primitive au travers de stages, notamment en France et en Italie. Le dernier stage qu'il a donné date de 2018 et s'est déroulé en co-animation avec trois de ses anciennes élèves dont Meriem Brachet, danse-thérapeute formée à l'Expression Primitive et psychanalyste. Meriem Brachet poursuit la recherche en Expression Primitive selon la démarche d'Herns Duplan (stages, ateliers).

5.6 Sous le prisme de la structure psycho-corporelle et de l'étayage relationnel.

Benoit Lesage, danseur, médecin, docteur en médecine et sciences humaines, danse-thérapeute et formateur, envisage la danse-thérapie d'après la structure corporelle du sujet (chaines musculaires de G.Struyf, anatomie fonctionnelle, thérapies manuelles, lecture du mouvement), sa mise en forme expressive et sa construction dans la relation à autrui.

Il s'intéresse à la danse et aux techniques somatiques (Mathias Alexander, Eutonie, Feldenkrais, Tai-Chi Chuan, etc) qui vont jalonner sa pratique corporelle.

Il entreprend une thèse en sciences humaines qui questionne la corporéité de manière transdisciplinaire en croisant les apports théoriques de l'anthropologie, la sociologie, la philosophie, la psychologie, la médecine, les neurosciences, qu'il fait résonner avec sa pratique corporelle.

Quand bien des courants danse-thérapeutiques s'inscrivent dans un héritage psychanalytique et/ou artistique, l'approche de Benoit Lesage s'appuie sur les connaissances physiologiques, l'anatomie fonctionnelle, les processus sensoriels. Ses expériences des pratiques somatiques et ses études de médecine conditionnent cette vision du corps vécu mais aussi physiologique, matière clinique et concrète. L'apport de la psychomotricité est fondamental dans sa pratique car il est question du corps qui se construit dans la relation.²¹⁸

²¹⁷ Schott-Billmann, F., 2015, Danse et psychanalyse : regards croisés, *Insistance*, 9(1), pp. 29-39.

²¹⁸ Lesage B., 2020, stage IRPECOR : Notes de stage.

Sa première expérience en tant que danse-thérapeute au CHU de Reims l'amène à façonner son approche inspirée des chaînes musculaires de Godelieve Struyf et du contact en vue de générer un processus de réorganisation psychique et physique.

Devenu formateur après plusieurs expériences en institution clinique, Benoit Lesage approfondit son approche somatique et fonctionnelle en insistant sur l'importance de l'étayage psychique et corporel comme support de l'expressivité du sujet.

Le terme étayage est ici à comprendre dans le sens défini par la psychomotricité : il désigne un réaménagement, un réajustement et un ré-accordage dans la relation afin d'inviter le sujet à entrer dans un processus d'individuation. Parmi les axes fondateurs de ses théories nous pouvons observer :

- Le Flux en référence à R.Laban qui définit le mouvement de l'énergie et met en forme le corps (tonicité, posture) ;
- Le rythme qui s'appuie sur l'organisation des pulsations.
- Le travail des limites : "la différenciation dedans/dehors" qui renvoie à ce qui fait limite corporellement, psychiquement, spatialement, temporellement, et qui inclut la dynamique de différenciation soi-autre et de mise en lien ;
- Le Poids avec "la dialectique du support, des appuis et la dynamique de verticalisation qui s'en suit" ;
- L'axialité qui évoque la manière dont se positionne le sujet anatomiquement et psychiquement autour de son axe ;
- L'expressivité : "la qualification du geste, c'est à dire les nuances expressives qui sont aussi un instaurateur psychique de premier plan, qui préside à une formalisation imaginaire et conduit au langage" ;
- L'organisation posturale et la coordination du geste (schèmes moteurs, organisations réflexes) ;
- Le dialogue tonico-émotionnel ;
- La conscience corporelle et la symbolisation qui permet d'affiner la présentation de soi au monde.^{219 220}

Ces axes de travail structuro-anatomiques et psychophysiologiques s'enrichissent des apports essentiels de la danse thérapie, tels que la relation soi-groupe, le développement de

²¹⁹ Lesage B., 2011, *Itinéraire et présentation, A corps se crée : Un parcours entre structuration psychocorporelle et danse-thérapie*, <https://www.irpecor.com/attachments/article/5/Présentation-Itinéraire-Lesage.pdf> consultée le 2/10/2019.

²²⁰ Lesage B., 2020, stage IRPECOR : Notes de cours.

l'imaginaire comme matière à symbolisation, la mise en forme du vécu émotionnel, la nécessité d'un cadre et d'un dispositif structurants.

Benoit Lesage créé l'*IRPECOR (Itinéraire et Recherche Pour l'Édification Corporelle)*, organisme de formation où il dispense des stages et une formation longue. Il s'entoure de thérapeutes (notamment Vincenzo Bellia), danse-thérapeutes, psychomotricien.nes, universitaires, danseur.se.s et de l'analyste du mouvement Angela Loureiro avec lequel.le.s il collabore dans la transmission des savoirs théorico-pratiques.

Parmi ses collaboratrices, Angela Loureiro, danseuse formée à l'analyse du mouvement Laban-Bartenieff, s'attache à faire résonner les connaissances théoriques de l'analyse du mouvement Laban-Bartenieff avec la pratique de la danse.

Danseuse native du Brésil, Angela Loureiro approche la lecture du mouvement Laban/Bartenieff en travaillant depuis 1978 avec la compagnie de danse contemporaine *Atores Bailarinos do Rio de Janeiro* auprès de la chorégraphe Regina Miranda qui a fait ses classes chez Irmgard Bartenieff. Puis, Angela Loureiro continue à préciser son intérêt pour cette approche à son arrivée en 1988 en France avec la chorégraphe et analyste du mouvement Marie-Christine Gheorghiu.

Elle décide de se former au *Laban Baternieff Institute of Movement Studies* à New York et acquiert en 1995 le diplôme d'analyste du mouvement certifiée (*Certified Movement Analyst*). Elle approfondit ses connaissances en se formant également en 1999 à la Cinétopographie Laban au *Conservatoire National Supérieur de Musique et de Danse* de Paris.

Elle s'investit alors dans plusieurs recherches et publications autour de l'analyse du mouvement et participe à des congrès.

Elle enseigne à présent dans le milieu universitaire (Master classes au CNSMD, Licence de danse à l'université Paris 8, Master de danse-thérapie à l'université Paris 5 Descartes, Master Laban/Bartenieff à l'université de danse *Angel Vianna* à Rio de Janeiro), dans des formations privées (*IRPECOR* de Benoit Lesage,) ainsi qu'auprès d'associations de psychomotricien.ne.s et de danse-thérapeutes (stages de formation continue à Lille, Pau, Grenoble, Bruxelles, Palerme). Elle donne aussi des cours et des stages à Paris et ailleurs via son association *Movimento 3D*.

Angela Loureiro inscrit son approche de l'analyse du mouvement dans une pratique du mouvement et de la danse qui lui permet de s'adresser autant aux danseur.e.s amateurs.trices et professionnel.le.s qu'aux danse-thérapeutes.

L'analyse du mouvement Laban/Bartenieff est un outil de lecture du mouvement particulièrement précis et pertinent en danse-thérapie puisqu'il lie les changements dynamiques du corps en mouvement avec la manière dont le corps est spatialisé, en vue d'analyser la manière dont le sujet "habite" son corps.

Angela Loureiro publie l'ouvrage de référence "*Effort : l'alternance dynamique*"²²¹.

Ses autres ouvrages intitulés "*Exercices fondamentaux de Bartenieff*" et "*Diagonales ? Vous avez dit Diagonales ?*", tous deux écrits en collaboration avec Jacqueline Challet - Haas, font également office d'ouvrages essentiels dans le champ de la danse-thérapie.

Ainsi, nous avons étudié les principaux courants de la danse-thérapie à l'étranger et en France. Les danse-thérapeutes cités précédemment contribuent par leurs pratiques et leurs réflexions à façonner la danse-thérapie telle qu'elle se présente aujourd'hui.

Pour conclure cette tentative de panorama non exhaustif de la danse-thérapie, rappelons qu'en France, la *Société Française de Danse-Thérapie (SFDT)* reste l'organisme de référence spécifique à cette médiation. Créée en 1984 sous l'impulsion de Jean-Claude Serre, responsable du *Cursus d'Etudes Supérieures en danse* de l'Université Paris-Sorbonne, elle regroupe les pionniers de la danse-thérapie française : l'Expression Primitive avec France Schott-Billmann (*Atelier du Geste Rythmé*) ainsi que les approches de Benoit Lesage (*IRPECOR*), Sylvie Garnerio (*Schola Cantorum*), Christiane de Rougemont (*Free Dance Song*), Jocelyne Vaysse, Catherine Yelnik pour ne citer qu'eux-elles.

La danse-thérapie encourage l'harmonisation du sujet à différents niveaux (psychique, physique, mental, spirituel) et vise au développement thérapeutique via la structuration psycho-corporelle et le processus de création.

Dans la dynamique d'une ré-écriture de soi soutenue par un cadre thérapeutique, la danse-thérapie offre la possibilité d'une relance de l'imaginaire, du droit à rêver pour (se) créer. Dans l'optique du récit de soi, la relance de l'imaginaire via une attention dédiée à l'image mentale dans l'improvisation en danse est une piste thérapeutique puisqu'elle éclaire les structures psychiques et corporelles du sujet en mouvement.

Nous vous proposons à présent une étude approfondie de l'image mentale et ses résonances avec le mouvement et la danse.

²²¹ Loureiro A., 2013, *Effort : l'alternance dynamique*, Ressouvenances.

II. Etude de l'image mentale et de l'improvisation en danse.

1. L'image mentale.

De quelle image parle-t-on ? L'image mentale comme copie de la réalité qui fait écho à la mimesis antique ? Supposant qu'une multiplicité des points de vue se rencontrent sur un même objet, il serait erroné d'affirmer qu'une image copie parfaitement la réalité. L'image que je vois est différente de celle d'autrui même si elle concerne un même objet. La subjectivité de chacun.e intervient de manière à créer une image différente selon qui se la représente.

Cette réflexion rappelle la pensée platonicienne où l'image n'est pas réelle mais est seulement "(...) l'imitation imparfaite du sensible, moins en raison d'une déformation par les sens que du caractère inconstant et temporel du sensible."²²² L'allégorie de la caverne illustre cette idée d'une image illusoire : des humain.e.s emprisonné.e.s dans une caverne, enchaîné.e.s dos à l'entrée de la caverne et face à un mur duquel ils.elles aperçoivent les ombres projetées d'humain.e.s se déplaçant derrière eux.elles. Ainsi, l'accès à la connaissance n'est que partiel, voire trompeur, tant il s'appuie sur la construction de représentations issues d'expériences subjectives et par là-même incomplètes. L'image illusoire entretient une réflexion sur les apparences.

L'image est simulacre, elle est le moteur créatif de l'imagination ainsi elle n'est que la représentation d'images perçues et déformées par nos percepts sensitifs. En ce sens, la perception modifie le traitement de l'image qui ne se porte à la conscience que de manière partielle. L'image issue du percept est lacunaire, en témoigne l'exemple du philosophe Alain (1868-1951) : il est impossible de compter les colonnes du Panthéon uniquement par l'imagination.²²³

L'image peut être corrélée à l'interprétation et revêt alors un caractère phénoménologique (Husserl, Sartre) : elle est "remplie" par la visée intentionnelle de la "conscience imageante". L'expression "conscience imageante" est précisée par Sartre²²⁴ afin d'insister sur le traitement subjectif de l'image : elle est ce que le sujet en fait.

²²² Abecassis, W. relecture.

²²³ Alain, *Système des Beaux-Arts*, Gallimard, 1920, Note 11, pp. 312-13.

²²⁴ Sartre J.P., 1986, *L'Imaginaire. Psychologie phénoménologique de l'imagination*, édition revue par Arlette Elkāim-Sartre, Paris, « Folio Essais », Gallimard.

L'image se définit-elle par la notion de symbole ? Pour reprendre l'exemple présenté par Claudine Tiercelin lors de la conférence du 6 Juillet 2004²²⁵, la trace de pas de Vendredi sur l'île de Robinson n'est pas le pied de Vendredi mais le symbole de son existence. L'image est l'une des deux facettes du symbole, l'autre étant le symbolisé auquel il renvoie et qui lui donne sens.²²⁶ Ce caractère double du symbole est défini comme "(...) l'union de deux moitiés se faisant face, et dont l'une appartient à l'univers symbolisé, et dont l'autre appartient à l'univers symbolisant, donc à l'univers de l'expression, ou de la manifestation, ou de l'émanation, ou de la représentation."²²⁷

L'image est-elle le prolongement de la perception, de l'intuition sensible ? Les empiristes, notamment le philosophe David Hume (1711-1776), entendent l'image comme la résultante du percept dont elle est issue.

L'idée d'un lien entre image et sensation est prégnante dans la pensée aristotélicienne. L'image représente le lien entre le sensible et l'intelligible. Au contraire de Platon, Aristote voit dans la sensation, non pas une illusion, mais une voie d'accès à la connaissance.

La construction des images mentales s'appuie sur les sensations.

Quelle qu'en soit l'approche de lecture, l'image mentale éclôt de la sphère psychique, marquée d'affects, "(...) traduisant bien sûr les expériences passées mais également le dynamisme évolutif du sujet."²²⁸ L'image mentale se heurte à une pluralité conceptuelle et il est nécessaire de la définir.

Le mot *image* vient du latin *imago, imaginis* et signifie "qui prend la place de". Dans la Grèce antique, le mot *image* trouve son origine dans le terme *eikôn* pour nommer "ce qui reproduit, représente, rend présent une réalité"; de là vient le terme *icône*.²²⁹

²²⁵ voir : https://www.canal-u.tv/video/universite_de_tous_les_savoirs/le_concept_d_image.1397

²²⁶ Grosbois P., « *Anthropologie de l'image et univers onirique* », Revue des sciences sociales [En ligne], 54 | 2015, mis en ligne le 30 juin 2018, consulté le 23 janvier 2021. URL : <http://journals.openedition.org/revss/2293>.

²²⁷ Guimbretière A., 1963, Quelques remarques préliminaires sur le symbole et le symbolisme, *Cahiers Internationaux de symbolisme*, 2, p. 36.

²²⁸ Grosbois P., 2015, "*Anthropologie de l'image et univers onirique*", Revue des sciences sociales [Online], 54 | p.1. URL: <http://journals.openedition.org/revss/2293>, mis en ligne le 30 juin 2018, consulté le 23 janvier 2021.

²²⁹ Dupont, L., 2013, « Esquisse d'une sémiologie de l'image au service des grandes causes en publicité sociale », *Revue française des sciences de l'information et de la communication* [En ligne], 3, mis en ligne le 01 août 2013, consulté le 29 août 2021. URL : <http://journals.openedition.org/rfsic/583>

En 1969, Alan Richardson, docteur en psychologie, propose une définition de l'image mentale. Il affirme que l'image mentale fait référence à toute expérience sensorielle ou perceptive dont nous pouvons avoir conscience.²³⁰ Cette définition conduit à penser que l'image mentale se décline dans toutes les modalités de la perception. Cette définition semble particulièrement vaste étant donné que les perceptions sont généralement conscientes (un son, une odeur, etc) et ne sont pas pour autant désignées comme des images.

Antonio Rosa Damasio, professeur de neurologie, de neurosciences et de psychologie, a beaucoup écrit sur l'image neuro-mentale. D'après lui, "Le cerveau crée des cartes, qui vont lui permettre (...) de fabriquer des images (...)".²³¹ Damasio figure l'origine de l'image mentale dans le cerveau (tronc cérébral) qui révèle un intense réseau de cartes neurales : "L'activité cartographique n'est pas cantonnée aux structures visuelles. Elle s'applique à tous les types de structures sensorielles dans la construction desquels le cerveau est impliqué."²³² Les images mentales proviennent du corps (cerveau) pour alimenter l'esprit.

Gaston Bachelard, philosophe français, cité par Serge Tisseron, affirme que l'image peut relever de qualités sensorielles autant que visuelles : "(...) le besoin de toucher, de goûter, de sentir l'image est aussi fort, si ce n'est plus que le désir de la voir."²³³

En 1989, Michel Denis, psychologue et chercheur au CNRS, définit l'image mentale comme une "(...) forme singulière de représentation permettant à l'esprit humain de conserver et de manipuler l'information extraite de son environnement."²³⁴ Les images mentales seraient donc des moyens perceptifs d'appréhension du monde dans des temporalités diverses.

Par exemple, il est possible de visualiser un objet après l'avoir vu ou perçu.

Cette visualisation ne sera jamais la copie de l'objet perçu mais la représentation psychique abstraite que le sujet s'en fait. Les facteurs spatiaux-temporels sont nécessaires quant à la formation des images. L'absence, ou l'éloignement de l'objet dans le temps et dans l'espace, sont des conditions qui varient selon les sujets et les stimuli. Un objet vu il y a des dizaines

²³⁰ Richardson A., 1969, *Mental Imagery*, New York, Springer Publishing Company.

²³¹ Damasio A.R., 04/11/2010, "Le corps fait la conscience", Interview *Le Point* par Catherine Golliau, https://www.lepoint.fr/culture/le-corps-fait-la-conscience-04-11-2010-1264099_3.php, consulté le 1/09/2021.

²³² Damasio A.R., 2010, *L'autre moi-même, Les nouvelles cartes du cerveau, de la conscience et des émotions*, Editions Odile Jacob, p.87.

²³³ Tisseron S., 1997, *Psychanalyse de l'image*, Editions Dunod, p.20.

²³⁴ Denis M., 1989, *Imagerie et cognition*, Presses universitaires de France, p.4.

d'années n'aura peut-être pas le même impact qu'un objet aperçu la veille, sauf si ce premier objet fait écho affectivement au sujet. Dans ce cas, il en gardera une trace particulièrement prégnante. C'est l'image consciente qui résulte de la perception des sens : l'image est subie ou recherchée consécutivement à des stimuli plus ou moins proches temporellement.

Une image mentale peut également résulter de l'imagination ou de la mémoire. À titre d'exemple, je peux imaginer une maison entièrement construite avec des bonbons sans n'en avoir jamais vue. Je sais toutefois que cette image de maison construite en bonbons n'existe pas dans la réalité.

Ce n'est pas comme dans le rêve où l'image est confondue avec la réalité. Dans l'élaboration d'une image mentale d'imagination ou de mémoire, le sujet a conscience que l'image est fictive même si elle s'appuie sur un objet réel. Comme l'écrit Michel Denis dans son ouvrage *Les images mentales* : "Il s'agit donc d'images qui, soumises à un certain contrôle de la part du sujet, sont susceptibles d'être intégrées dans le cours d'une activité cognitive consciente."²³⁵ Le sujet peut donc susciter des images conscientes et les inclure dans sa réflexion.

Qu'en est-il des images inconscientes ? Chez Antonio Damasio, les images sont neuro-mentales, elles appartiennent au registre de l'inconscient puisqu'elles sont fondamentalement cérébrales. Ce concept s'éloigne de la notion d'images mentales conscientes visualisées, évoquées précédemment par Michel Denis.

Les recherches de Freud réalisées en 1914 associent les images psychiques au domaine de l'inconscient par le biais du rêve et du fantasme. Les images parviennent à la conscience après avoir été produites par l'inconscient. L'image revêt alors un caractère symbolique et le statut de "(...) voie royale vers l'inconscient".²³⁶ Michel Denis nuance sa propre théorie en soutenant l'hypothèse que l'image "(...) comparée au langage rationnel, est une expression plus directe des aspects non conscients du psychisme humain."²³⁷

Des représentations mentales issues des perceptions, à l'imagination et la mémoire en passant par le rêve et le fantasme, les formes d'imagerie peuvent être nombreuses. Michel Denis tente une classification des images mentales en trois groupes : les images à caractère hallucinatoire, les images liées à la perception et les images évoquées dans l'activité mentale consciente.

²³⁵ Denis M., 1979, *Les images mentales*, Presses Universitaires de France, p.49.

²³⁶ Serge Tisseron évoque S. Freud dans Tisseron S., 1997, *Psychanalyse de l'image*, Editions Dunod, p.17.

²³⁷ Denis M., 1979, *Les images mentales*, Presses Universitaires de France, p.267.

Les images à caractère hallucinatoire correspondent à des états de vigilance faible telles que la semi-conscience, le sommeil, les états de conscience modifiée. Les substances hallucinogènes, le rêve, l'endormissement, le réveil ou encore la privation sensorielle prolongée (caisson d'isolation sensorielle, par exemple) sont autant de conditions d'apparition d'images hallucinées. Ces images échappent au contrôle conscient et émergent spontanément. Les images liées à la perception relèvent d'évènements perçus par un ou plusieurs de nos cinq sens. Certaines de ces perceptions sont subies, d'autres sont recherchées. Ces images peuvent être consécutives à des stimuli plus ou moins prégnants.

Enfin, les images mentales conscientes ou "images de pensée"²³⁸ selon la définition de Robert Holt, professeur à l'université de Floride, se réfèrent à l'élaboration psychique consciente comme les images d'imagination ou images de mémoire. Ces expériences imaginatives sont relativement indépendantes de l'évènement perceptif. C'est l'exemple de la maison construite en bonbons, jamais vue ou perçue mais imaginée.

La définition de l'image mentale est plurielle : image consciente, inconsciente, d'imagination, de mémoire, de perception, etc. Chaque type d'image s'est construit en référence à des mouvements de pensées et à des repères historiques.

À la fin du XIXe siècle en France, Alfred Binet, psychologue et pédagogue français, énonce que le raisonnement est une "organisation d'images". Selon Binet, les idées sont des images mentales qui reproduisent ou représentent des sensations.²³⁹ D'après Hyppolite Taine, philosophe et historien français, qui a largement inspiré A. Binet, l'image mentale serait une copie du réel, "(...) l'image d'une sensation visuelle ou auditive n'est que l'écho affaibli de cette sensation."²⁴⁰

En 1901, les chercheurs de Wurzburg affirment que les processus mentaux sont de nature non imagée.²⁴¹ Alfred Binet revient alors sur ses allégations et reconnaît que l'image n'a pas le

²³⁸ Holt R., 1964, Imagery: the return of the ostracized, in *American Psychologist* 19, pp. 154-264.

²³⁹ Binet A., 1887, L'intensité des images mentales - Partie 1, *Revue Philosophique de la France et de l'Etranger*, 23, avril, pp.473-497.

²⁴⁰ Taine H., 1870, *De l'intelligence, deuxième partie : Les diverses sortes de connaissances*, 6e éd., Paris, Librairie Hachette et Cie, 1892, Chapitre II. De la rectification § III p.40.

²⁴¹ Kuposov N., 2015, *De l'imagination historique*, Editions de l'école des hautes études en sciences sociales (EHESS), p.213.

rôle primordial qu'il lui avait attribué et qu'elle n'est qu'une partie du phénomène complexe que constitue la pensée.

Cependant, Edward Bradford Titchener, psychologue britannique, s'oppose à la conception d'une "pensée sans images". Il soutient que rien ne prouve qu'il existe une différence psychologique entre sensation et image.

À l'aube du behaviorisme, au début des années 1920, l'intérêt pour l'image faiblit, elle est considérée comme un "concept mentaliste" relatif à l'activité de l'esprit et difficilement observable empiriquement. L'intérêt scientifique se porte davantage sur l'activité verbale sans prendre en compte le processus de représentations : "(...) l'image se trouva pendant quelques trente années (depuis le début des années 1920 jusqu'à celui des années 1950) presque complètement exclue des recherches et publications de psychologie expérimentale."²⁴²

Dans le courant des années 1950, un retour à l'étude de l'image est favorisé par les découvertes neurologiques de l'époque, liées à l'utilisation de la technique de l'RMN (Résonance Magnétique Nucléaire) qui deviendra l'IRM (Imagerie par la Résonance Magnétique).

À partir des années 1960, le développement de la psychologie cognitive donne une nouvelle impulsion aux recherches sur l'image mentale. L'intérêt pour l'image mentale croît et vise à affirmer la présence d'évènements psychologiques constitués par les images, à observer l'organisation interne de ces images, à préciser la spécificité de cette forme de représentation dans le système cognitif humain.

Les neurosciences et la neuropsychologie s'appuient sur l'imagerie cérébrale pour observer les mécanismes psychiques. Les travaux du neuroscientifique et psychologue cognitive Stanislas Dehaene visent à mesurer l'activité cérébrale en créant des protocoles novateurs.

Récemment, le chercheur s'est penché sur l'image mentale et en a conclu que les concepts abstraits sont difficilement codables par les images.²⁴³ Comment coder le concept de liberté par exemple ? Selon lui, les représentations ne renvoient pas à des images précises mais à des vecteurs d'activité dans le cerveau. Cette contestation d'un isomorphisme de premier ordre

²⁴² Denis, M., 1979, Chapitre Premier - L'image dans l'histoire de la psychologie, dans : Denis M., *Les Images mentales* (pp. 17-29), Paris cedex 14, France : Presses Universitaires de France.

²⁴³ Dehaene S., 21 janvier 2019, « *Progrès récents en imagerie cérébrale et décodage des représentations mentales* », Cours n°3, « *Vers une cartographie de plus en plus fine des représentations mentales* », Collège de France, <https://www.college-de-france.fr/site/stanislas-dehaene/course-2019-01-21-09h30.html>, consultée le 20/10/2019.

confirme qu'il n'y a pas de correspondance directe entre les objets externes et les représentations de ces objets dans le cerveau. Les travaux de R.N Shepard et S. Chipman²⁴⁴ évoquent une correspondance entre les relations du monde extérieur et les relations des représentations du monde intérieur.

Selon Jean Piaget et Barbel Inhelder, l'image mentale n'est pas le reflet d'une perception ou la continuité d'une sensation mais participe d'un système symbolique de représentations.²⁴⁵ L'image mentale est une phase nécessaire à l'évolution du psychisme. Elle fonctionne en l'absence de l'objet par reproduction intériorisée et s'impose donc comme différente de l'objet représenté.

L'image mentale est nécessaire au développement cognitif de l'enfant : l'apparition de l'image est liée à la formation du langage et à la fonction symbolique, c'est-à-dire la capacité de nommer un objet absent en se le représentant intérieurement.²⁴⁶

D'autres auteurs tels que Jérôme Bruner, Daniel Berlyne ou Allan Paivio soutiennent eux aussi que l'imagerie assure une fonction symbolique.²⁴⁷ Dans les recherches d'Allan Paivio, l'image revêt une fonction cognitive et motivationnelle : elle est utilisée pour renforcer la confiance en soi et la maîtrise du stress en situation de performance.²⁴⁸ Les récentes recherches en psychologie du sport viennent confirmer que l'imagerie mentale serait davantage utilisée par les athlètes pour ses fonctions motivationnelles que cognitives.^{249 250}

²⁴⁴ Shepard, R. N., & Chipman, S., 1970, Second-order isomorphism of internal representations : Shapes of states, *Cognitive Psychology* Volume 1, Issue 1, January 1970, pp. 1-17.

²⁴⁵ Piaget J., Inhelder B., 1963, Les images mentales, in *Traité de psychologie expérimentale*, sous la direction de Fraisse P. et Piaget J., tome 7, chap.23 ,PUF, pp.66-107.

²⁴⁶ ²⁴⁶ Piaget J., Inhelder B., 1963, Les images mentales, in *Traité de psychologie expérimentale*, sous la direction de Fraisse P. et Piaget J., tome 7, chap.23 ,PUF, pp.66-107.

²⁴⁷ Begg I., Paivio A., 1969, Concreteness and imagery in sentence meaning, *Journal of Verbal Learning and Verbal Behaviour*, 8, pp. 821–827.

²⁴⁸ Paivio A., 1985, Cognitive and motivational functions of imagery in human performance, *Canadian journal of applied sport sciences. Journal canadien des sciences appliquées au sport*, 10(4), 22S–28S.

²⁴⁹ Lanauda E., Nicolasa M., & Jebrane A., 2006, Effets de l'imagerie sur les attentes d'efficacité personnelle, *Journées Nationales d'Etude de la Société Française de Psychologie du Sport*, Dijon.

²⁵⁰ Hall, C. R. , Mack, D.E., Paivio, A., & Hausenblas, H.A, 1998, Imagery use by athletes: development of the sport imagery questionnaire, *International Journal of Sport Psychology*, 29, pp. 73-89.

En 1968, Donald Hebb, psychologue et neuro-psychologue canadien, insiste sur le caractère actif de l'image mentale qui met en jeu des constructions physiologiques et cellulaires.²⁵¹ L'image neuro-mentale de Damasio fait partie de cette vision physiologique qu'il compare à de réelles cartographies mentales du corps vivant et vécu.²⁵² D'après les neurosciences, les activités de représentation imagées sont inhérentes au fonctionnement du cerveau.²⁵³

Au cours des années 1960 et jusqu'à aujourd'hui, les travaux de l'imagerie se sont développés, principalement autour des questions de l'apprentissage et de la mémoire.

L'image mentale reproduit moins le réel qu'elle ne le construit. Elle est davantage une construction de l'esprit qu'une copie parfaite d'un objet qui s'inscrit dans la mémoire ou qui est utilisée dans l'apprentissage. Ces constructions mentales relèvent de processus psychiques dont certains ne sont pas figuratifs mais proviennent d'autres sources d'imprégnation du monde : le sensitif par exemple. C'est à partir du postulat du lien entre sens et constructions psychiques que l'image mentale ouvre à de nombreuses approches thérapeutiques.

2. Approches thérapeutiques de l'image mentale.

Dans l'histoire de la psychothérapie, l'image mentale a souvent été utilisée à des fins thérapeutiques. Divers courants abritent cet usage de l'image mentale : l'approche psychanalytique héritée des théories jungiennes, freudiennes ou lacaniennes de l'imaginaire où l'on retrouve les techniques de "rêve éveillé analytique" ; l'approche cognitive de l'image ; et l'approche phénoménologique telle que l'onirothérapie d'intégration.²⁵⁴

La majorité de ces thérapies sont associées à un état de vigilance à ondes lentes ou ondes alpha.²⁵⁵

²⁵¹ Hebb D., 1949, *The Organization of Behavior : A Neuropsychological Theory*, New York, Wiley.

²⁵² Damasio A.R., 2010, *L'autre moi-même, Les nouvelles cartes du cerveau, de la conscience et des émotions*, Editions Odile Jacob.

²⁵³ Dehaene S., 2014, *Le Code de la conscience*, coll. « Sciences », Paris, Odile Jacob.

²⁵⁴ Grosbois P., 2015, "Anthropologie de l'image et univers onirique", *Revue des sciences sociales* [Online], 54 | p.1. URL: <http://journals.openedition.org/revss/2293>, mis en ligne le 30 juin 2018, consulté le 23 janvier 2021.

²⁵⁵ Le rythme alpha (8 à 12 cycles par seconde) est caractérisé par l'état de veille calme (yeux fermés et repos physiologique et mental) : Magnin P., 1996, *Le sommeil du 3e type, Science et Avenir*, Hors-Série Le Rêve.

Dès 1920, Sándor Ferenczi détaille dans son *Journal clinique*²⁵⁶ des propositions d'exercices de relaxation visant à contourner les blocages défensifs de certains patient.e.s. En 1926, il écrit : "J'ai appris (...) qu'il est parfois utile de conseiller des exercices de détente et que ce mode de relaxation permet souvent de venir à bout plus rapidement des tensions psychiques et des résistances à l'association."²⁵⁷

En 1945, la pratique de l'onirothérapie est élaborée par Roger Frétygny, psychiatre, et André Virel, docteur en psychologie. L'onirothérapie, comme son nom l'indique, consiste à provoquer la pensée onirique dans un but thérapeutique. L'onirothérapie est une "Psychothérapie utilisant le matériel constitué par les images mentales, et plus particulièrement le rêve éveillé."²⁵⁸ Dans l'onirothérapie d'André Virel, le sujet est invité à perdre ses repères corporels. Pour ce faire, il éprouve une isolation sensorielle : par exemple, la circulation sanguine perçue au bout des doigts de sa main modifie sa main, la grossit, la déforme.

Cette phase initiale de mise en condition physique et psychologique se nomme la décentration. Le.la participant.e doit s'abstenir de tout effort de concentration et de relaxation afin que son corps puisse s'exprimer librement. Le sujet est allongé, paupières closes et doit laisser advenir ce qui surgit : images corporelles, rêve éveillé. C'est le vécu corporel imaginaire qui va générer les images oniriques.²⁵⁹

Cette méthode fait écho à la technique du rêve éveillé élaborée par Rober Desoille en 1945 dans son ouvrage intitulé *Le rêve éveillé en psychothérapie*.²⁶⁰ Le sujet est allongé dans une pièce calme et sombre, le thérapeute énonce des mots correspondant à des images (bouquet, vase...,etc). La personne est ensuite invitée à verbaliser les sensations et émotions éprouvées à l'audition du mot.

²⁵⁶ Ferenczi S., 2007, « Principe de relaxation et néocatharsis », dans: *Psychanalyse, Œuvres complètes 1927-1933*, t. 4, Payot, Paris.

²⁵⁷ Ferenczi S., 1990, Contre-indications de la technique active, in *Psychanalyse III, Œuvres complètes 1919-1926*, Paris, Payot, pp. 362-372 dans Dreyfus, M., 2001, La relaxation à induction variable, *Champ psychosomatique*, no 23(3), pp.49-67, alinéa 10 : <https://www.cairn.info/revue-champ-psychosomatique-2001-3-page-49.htm#pa11>, consultée le 20 juin 2019.

²⁵⁸ Centre National de Ressources textuelles et lexicales, Lexicologie Ortolang : <https://www.cnrtl.fr/definition/oniroth%C3%A9rapie>, consulté le 20 juin 2019.

²⁵⁹ Frétygny R., Virel A., 1968, *L'imagerie mentale, introduction à l'onirothérapie*, Edition du Mont-Blanc.

²⁶⁰ Desoille R., 1945, *Le rêve éveillé en psychothérapie*, P.U.F.

Les recherches de Ian Begg et Allan Paivio²⁶¹ indiquent que les mots permettent d'évoquer fortement les images mentales. Les phrases trop complexes, en revanche, témoignent d'une moindre influence sur la production d'images mentales d'après l'étude de Glass, Eddy et Schwanenflugel menée en 1980.²⁶²

Selon Charles Baudouin, psychanalyste et écrivain, "La suggestion est la mise en jeu par nous-mêmes ou par autrui du pouvoir idéoréflexe qui est en chacun de nous (...)"²⁶³, c'est-à-dire le pouvoir de transformation de la suggestion en acte présent et senti chez chaque individu.

Des méthodes de relaxation comme le training autogène de Schultz inventé en 1974 ou la relaxation progressive de Jacobson créée en 1980 comportent également des séries d'exercices imagés. Par exemple, le.la patient.e est invité.e à visualiser son corps, une partie après l'autre, en imaginant des sensations de lourdeur et de chaleur.

Plus récemment, en 1993, la relaxation psychanalytique à induction variable (RIV) de Michel Sapir, psychiatre français, repose sur les suggestions de sensations et d'images évoquées par le.la thérapeute (inductions verbales mais aussi tactiles). Ces représentations devenues accessibles à la conscience favorisent la remémoration, notamment dans les cas de traumatismes. Il en déduit que "(...) la RIV est une bonne indication dans les cas de difficultés de représentation ou d'intellectualisation utilisant la métaphore comme jeu défensif voir d'absence de métaphorisation."²⁶⁴

Dans les cas où la faculté de représentation est bridée, difficile ou absente, la RIV parvient à raviver le travail d'élaboration psychique.

L'hypnose ericksonienne créée par le psychiatre américain Milton Erickson et le psychothérapeute Ernest Rossi en 1975 se caractérise par l'emploi de suggestions indirectes fondées sur les images mentales. Le.la thérapeute induit des images floues qu'il détermine

²⁶¹ Begg I., Paivio A., 1969, Concreteness and imagery in sentence meaning, *Journal of Verbal Learning and Verbal Behaviour*, 8, pp. 821–827.

²⁶² Arnold et al., Nov 1980, The verification of high and low imagery sentences, *Journal of Experimental Psychology: Human Learning and Memory*, Vol 6(6) pp. 692-704.

²⁶³ Baudouin C., 1924, réédition 1982, *Qu'est-ce que la suggestion ?*, Paris, Le hameau, p. 16.

²⁶⁴ Sapir M., 1993, *La relaxation à inductions variables*, La pensée sauvage, p. 67.

lors de la rencontre avec le.la patient.e. Les images évoquées seront donc différentes selon la personne hypnotisée.²⁶⁵

La sophrologie, fondée en 1960 par Alfonso Caycedo, médecin neuropsychiatre colombien, recoupe plusieurs techniques de visualisation et d'induction citées précédemment, telles que le training autogène de Schultz, la relaxation progressive de Jacobson et l'hypnose ericksonienne.

La sophrologie propose une relaxation dynamique avec des exercices inspirés du yoga ou d'autres techniques zen. Le.la sophrologue entraîne le.la patient.e dans un travail de suggestion mentale par l'évocation d'images.

Francine Shapiro invente la technique de l'EMDR, *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* que l'on traduit en français par "Intégration neuro-émotionnelle par les mouvements oculaires". Cette méthode de soin psychothérapeutique focalise son action sur la charge affective des images mentales liées à des événements traumatiques. Grâce au processus neurologique mis en place par la suggestion d'images et les mouvements oculaires, cette technique permet de désactiver la charge affective de traumatismes passés.

L'image inconsciente du corps de Françoise Dolto est un concept qui a favorisé le lien entre la souffrance corporelle de certaines pathologies et la nécessité de toucher le psychisme autrement que par le contact corporel. Ainsi un exemple de travail thérapeutique envisagé par Françoise Dolto consiste à "(...) imaginer et (...) décrire des gestes de réconfort pour les faire éprouver sans les avoir mis en acte."²⁶⁶ Notons tout de même que l'image inconsciente du corps de Françoise Dolto définit la représentation que le sujet a de son corps. Cette image-là n'est pas liée à l'image mentale évoquée dans ce chapitre mais l'on pourrait avancer que le travail symbolique de suggestion ou d'apparition d'images mentales lors du mouvement module l'image que le sujet se représente de son corps.

Quelle que soit la technique utilisée, la thérapie se centre autour du corps vécu en première personne par le.la patient.e à partir de l'induction du.de la thérapeute. Les approches citées précédemment sont novatrices dans le champ thérapeutique du XXème siècle.

Depuis la seconde moitié du XXème siècle, les images mentales sont davantage étudiées dans le champ psychanalytique et de plus en plus présentes dans les recherches cliniques.

²⁶⁵ Milton H. Erickson, E. Rossi, S. Rossi, 2006, *Traité pratique de l'hypnose, la suggestion indirecte en hypnose clinique*, Grancher.

²⁶⁶ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris.

Le caractère émotionnel de l'image mentale est considéré comme une voie d'accès primordiale à l'inconscient, supplantant ainsi la verbalisation.

L'image peut renvoyer à des mémoires primaires présentes chez le sujet avant l'instauration du langage. Selon le psychiatre Pierre Marchais, l'image se construit via des éléments psychosensoriels singuliers qui diffèrent selon chaque individu.²⁶⁷ Une image aura des significations différentes selon qui l'interprète et la vit. Pierre Marchais voit dans l'utilisation psychothérapeutique de l'image mentale plusieurs possibilités :

- l'image mentale peut venir symboliser des vécus traumatiques enfouis et non dicibles dans la cure verbale.²⁶⁸ C'est l'expérience cathartique de l'image ;
- l'image positive et chargée d'une émotion apaisante peut venir contrebalancer l'action négative d'une image angoissante pour le sujet ;
- La mise en pensée consciente de cette image peut distancer le sujet de la charge émotionnelle qu'elle contient.²⁶⁹

Le psychanalyste C. Jung s'attèle à envisager l'image dans sa charge thérapeutique : "Il faut citer ici le rôle du psychiatre suisse Carl-Gustav Jung (1875-1961) qui, à la fois, a "normalisé" le rôle de l'image et, le premier, a nettement pluralisé la libido. Pour lui, l'image dans sa construction même est un modèle de l'auto-construction (ou "individuation") de la psyché [...] L'image est donc passée du simple rôle de symptôme à celui d'agent thérapeutique et toute une école de chercheurs, dits du "rêve éveillé", tenteront de piloter la rêverie d'un patient afin de lui faire sécréter, pour ainsi dire, des images-anticorps contrebalançant ou même détruisant les images névrotiques obsessionnelles".²⁷⁰

Cette dernière réflexion trace les contours de l'approche psychanalytique qui se distingue des psychothérapies et onirothérapies en insistant sur l'essentialité du recours à la verbalisation de l'image vécue : "La psychanalyse nous montre une situation où l'expression verbale est

²⁶⁷ Marchais P., 2007, *La conscience humaine, des flux énergétiques réflexifs, interactifs et transcendants*, Collection : Psychanalyse et civilisations - Trouvailles et Retrouvailles, L'Harmattan.

²⁶⁸ ²⁶⁸ Marchais P., 2007, *La conscience humaine, des flux énergétiques réflexifs, interactifs et transcendants*, Collection : Psychanalyse et civilisations - Trouvailles et Retrouvailles, L'Harmattan.

²⁶⁹ Grosbois P., 2015, « Anthropologie de l'image et univers onirique », *Revue des sciences sociales*, 54, pp.58-64.

²⁷⁰ Durand G., 1994, *L'imaginaire, sciences et philosophie de l'image*, Paris, Hatier, p. 24-25.

privilegiée non seulement pour transcrire en mots l'image, comme dans le récit du rêve, mais pour obliger le sujet à se situer dans son fantasme sur le mode de l'énoncé verbal."²⁷¹

L'onirothérapie considère qu'il n'y a pas matière à verbaliser l'image, celle-ci se suffit à elle-même pour exprimer son potentiel cathartique : "(...) *les images qui surgissent dans un état subvigile* présentent un caractère thérapeutique (...) dans la mesure où elles permettent à des émotions bloquées ou refoulées de s'exprimer, réalisant une catharsis efficace, indépendamment même de la compréhension rationnelle de leur contenu."²⁷²

En onirothérapie, l'image suffit à l'efficacité thérapeutique et c'est ce que souligne le psychiatre J.C Benoit à propos du rêve éveillé : "L'image, en soi, possède une puissance particulière de coordination, de synthèse, de régulation psychique."²⁷³

La démarche psychanalytique se différencie de l'onirothérapie et des thérapies citées précédemment par l'utilisation spécifique de l'image mentale comme matière à description. Cette démarche puise ses sources dans les travaux du symbolisme des rêves de Freud qui considérait le récit de l'image rêvée comme réel vecteur de transformation thérapeutique. Le rêve est vu par Freud comme un système de symboles dont l'origine s'ancre dans les pulsions sexuelles du sujet.

Pour le psychanalyste Carl Jung, l'image correspond davantage à un signe qu'à un symbole car elle relève de la singularité du sujet, "(...) à la créativité propre de l'inconscient"²⁷⁴ de l'individu et peut revêtir des formes plurielles, c'est ce qu'il nomme les archétypes.

Les représentations archétypiques (images, sensations, émotions, pensées) sont l'expression consciente du matériau psychique du sujet. Pour Jung, les images ne sont pas innées mais proviennent des "(...) sédiments mnésiques de l'onto-phylogénèse, inscrits dans le corps (...)"²⁷⁵ c'est-à-dire, non pas d'une source sexuelle comme son prédécesseur Freud, mais de l'ensemble d'une énergie vitale et instinctive. De plus, les archétypes sont aussi à

²⁷¹Widlöcher D., 1981, Fatigue et dépression, *Encéphale*, vol.7, n°4, p.159.

²⁷² Virel A., 1977, *Vocabulaire des psychothérapies*, Fayard, p.152.

²⁷³ Benoit J.-C., Berta M., 1973. *L'activation psychothérapique*, Bruxelles, Dessart-Mardaga, p.192.

²⁷⁴ Jung C.G.,1921, *Les types psychologiques*, Traduc. française 1968, Genève, Georg editions, p.443.

²⁷⁵ Thibaudier, V., 2002, Jung et l'image, *Imaginaire & Inconscient*, n° 5(1), pp.43-51.

envisager du point de vue de l'inconscient collectif comme "images originelles archétypiques".²⁷⁶

L'approche psychanalytique envisage l'image mentale comme une porte d'entrée privilégiée de l'inconscient sans subir le même traitement de censure que les mots : "Dans le même cadre théorique (*c'est à dire les psychothérapies d'inspiration analytique – nldr*), une autre interprétation s'attache à considérer l'imagerie comme une sorte de langage privilégié de l'inconscient. Les images seraient en somme l'expression directe, éruptive, dans le champ de la conscience, des idées et sentiments refoulés. Cependant, leur contenu latent n'étant pas compris par le sujet, elles ont peu de chances de faire l'objet d'une censure. Aussi les images, comme représentations symboliques des conflits inconscients du sujet, peuvent-elles être analysées par le thérapeute et orienter son diagnostic."²⁷⁷ Il s'agit donc d'une image énoncée par le.la patient.e et analysée par le.la thérapeute, ce qui place ce.tte dernier.e dans une position interprétative.

L'image ainsi interprétée et analysée par un tiers ne perd-elle pas son caractère subjectif, et par la même, l'essence de son contenu ? Ne pourrait-on pas envisager qu'une image ne soit compréhensible que pour celui ou celle qui la produit ? L'image mentale vécue en première personne s'inscrit dans une perspective phénoménologique.

3. Approches philosophiques de l'image mentale.

Gaston Bachelard, philosophe, privilégie une approche phénoménologique de l'image et de l'imaginaire, en s'appuyant sur le vécu : "Seule la phénoménologie – c'est à dire la considération du départ de l'image dans une conscience individuelle – peut nous aider à restituer la subjectivité des images et à mesurer l'ampleur, la force, le sens de la transsubjectivité de l'image."²⁷⁸

Il s'agit de se dégager de la visée interprétative de la psychanalyse de l'image pour parvenir à une démarche husserlienne axée sur le vécu du sujet. La psychanalyse est, selon Bachelard, absorbée à conceptualiser des images-symboles qui s'appauvrissent en omettant de considérer la singularité du sujet et de son environnement : "La psychanalyse classique a souvent manié

²⁷⁶ Thibaudier, V., 2002, Jung et l'image, *Imaginaire & Inconscient*, n° 5(1), pp.43-51.

²⁷⁷ Denis, M., 1979, *Les Images mentales*, Paris, Presses Universitaires de France, p.268.

²⁷⁸ Bachelard G., 1957, *La poétique de l'espace*, Paris, Presses Universitaires de France, réédition 1981, p. 3.

la connaissance des symboles comme si les symboles étaient des concepts. On peut même dire que les symboles psychanalytiques sont les concepts fondamentaux de l'enquête psychanalytique. Une fois qu'un symbole a été interprété, une fois qu'on lui a trouvé sa signification "inconsciente", il passe au rang de simple instrument d'analyse et l'on ne croit plus avoir besoin de l'étudier dans son contexte ni dans ses variétés."²⁷⁹

Bachelard s'oppose aux conceptions freudiennes et jungiennes qui voient en la pulsion sexuelle ou instinctive les sources d'une lecture de l'image. Le philosophe François Dagognet soutient la thèse du réductionnisme psychanalytique amenée par Bachelard : "La psychologie analytique tue l'image qu'elle réfère, sinon à des conditionnements instinctuels, du moins à des situations infantiles."²⁸⁰

La phénoménologie fondée par Edmund Husserl (1859-1938) avance l'idée que nos vécus sont intentionnels : "Toute conscience est conscience de quelque chose."²⁸¹ La conscience, qui se définit comme présence à soi et au monde chez Husserl, donne sens aux objets réels (le perçu) comme irréels (l'imagination). Husserl pose l'intentionnalité de l'image comme centrale : qu'est ce que le sujet souhaite représenter avec l'image ? Quelle en est sa visée ?

Husserl crée le concept d'*analogon* qui vise l'objet figuré en image : l'image du buste de Napoléon vise non pas un buste mais la figure de Napoléon lui-même.²⁸² L'intentionnalité de la conscience qui imagine est un concept husserlien largement repris par Sartre : "L'image n'est pas un contenu inerte de conscience : c'est un *acte* et non une chose."²⁸³

Sartre complète les travaux d'Husserl en insistant sur la différence entre image et perception. L'image physique est issue de la perception d'un objet, c'est l'exemple du buste de Napoléon. L'image psychique, mentale s'affranchit du support (photo, image matérielle, etc.) et ne résulte que de l'imagination : imaginer un oiseau ne renvoie pas à la perception d'une photo d'un oiseau mais à l'oiseau en plein vol.

²⁷⁹ Bachelard G., 1943, *L'air et les songes. Essai sur l'imagination du mouvement*, Paris, José Corti, réédition 1982, p. 27.

²⁸⁰ Dagognet F., 1965, *Gaston Bachelard, sa vie, son œuvre, avec un exposé de sa philosophie*, Paris, Presses Universitaires de France, p. 32.

²⁸¹ Husserl E., 1947, *Méditations cartésiennes, "Deuxième Méditation"*, trad. G. Pfeiffer et E. Levinas, Vrin, p. 28.

²⁸² Vincent de Coorebyter, 2012, « De Husserl à Sartre. La structure intentionnelle de l'image dans L'Imagination et L'Imaginaire », *Methodos*, 12, URL : <http://journals.openedition.org/methodos/2971> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/methodos.2971> consulté le 22 février 2020.

²⁸³ Sartre J.P., 1981, *L'Imagination*, « Quadrige », Paris, PUF, p. 162.

L'imagination et la perception visent de manière différente un objet à travers un acte intentionnel. Sartre dégage le terme de conscience 'imageante' : "La conscience imageante que j'ai de Pierre n'est pas conscience de l'image de Pierre : Pierre est directement atteint, mon attention n'est pas dirigée sur une image, mais sur un objet"²⁸⁴, supposant qu'à la différence de la perception, l'imagination peut se passer de la présence ou du caractère réel de l'objet. L'objet est dans ce cas considéré par Sartre "comme un néant"²⁸⁵ Ce caractère de néantisation de l'image et de son objet s'inscrit à rebours des conceptions freudiennes et husserliennes de l'image-fantasme.

Sartre pose le néant de l'image comme central et se garde d'étudier l'image provenant du rêve et du fantasme. Sartre y revient toutefois dans la quatrième partie de *L'imaginaire* en évoquant notamment le caractère hallucinatoire de l'image : la *vie imaginaire*.²⁸⁶

La conscience imageante affiche un potentiel créatif en produisant des images fictives issues du fantasme. L'accès singulier à la *vie imaginaire* du sujet est vérifié par le caractère spontané de l'image : elle apparaît d'un coup, dans son entièreté et, à la différence de la perception, sa fugacité rend difficile d'en détailler la matière.

C'est en partant de l'observation d'une fugacité propre à l'image qu'elle soit picturale, sensorielle, olfactive ou autre, que le lien entre image et sensation s'approfondit. De cette émergence éphémère émane la nécessité de caractériser la pluralité de l'image en créant un terme approprié. C'est alors que naît le concept de *phantasia*.

4. La *phantasia*, une "image" plurielle ?

Le concept de *phantasia* élaboré par Aristote définit l'image mentale comme puisant ses sources dans la sensation et la traduit en acte. Il utilise le terme *phantasia* pour englober les images mentales, les rêves et les hallucinations. Aristote considère la *phantasia* comme le lien entre la sensation et la connaissance, entre perception et pensée. L'image mentale est inhérente à la pensée : "(...) l'âme ne pense jamais sans une image mentale."²⁸⁷

²⁸⁴ Sartre J.P., 1986, *L'Imaginaire. Psychologie phénoménologique de l'imagination*, édition revue par Arlette Elkaïm-Sartre, Paris, « Folio Essais », Gallimard, p.22.

²⁸⁵ Sartre J.P., 1986, *L'Imaginaire. Psychologie phénoménologique de l'imagination*, édition revue par Arlette Elkaïm-Sartre, Paris, « Folio Essais », Gallimard, p.30.

²⁸⁶ Sartre J.P., 1986, *L'Imaginaire. Psychologie phénoménologique de l'imagination*, édition revue par Arlette Elkaïm-Sartre, Paris, « Folio Essais », Gallimard.

²⁸⁷ Aristote, *De anima*, III, 7, 431a 16-17; 8, 432a 9-10.

Dans la philosophie hellénistique, les épicuriens et les stoïciens utilisent le terme *phantasia* en référence aux impressions en provenance des sens. Les néo-platoniciens reprennent le concept de *phantasia* d'Aristote et y ajoutent une caractérisation de l'origine du contenu des images mentales. D'après eux, les images peuvent être soit issues de la perception des sens, soit "fabriquées" intellectuellement.

En revanche, pour Platon, la *phantasia* apparaît par l'intermédiaire des sensations et ne relève pas de l'imagination. Lorsque la sensation cesse, Platon parle du terme *phantasma*, réel espace d'imagination où l'image se déploie sans origine perceptive ou sensitive.²⁸⁸

A contrario, Husserl définit la *phantasia* comme l'activité d'imagerie mentale qui ne s'ancre pas dans les perceptions pour exister mais dans l'intellect. C'est la pensée qui "fabrique" les images mentales sans avoir besoin du support des sens. Si la *phantasia* est présente, la perception s'efface : "Il est clair qu'un champ-de-phantasia ne se rapporte pas au champ perceptif comme par exemple le champ visuel au champ auditif [...]. On prétend que la *phantasia* compléterait souvent la perception mais elle ne peut jamais le faire au sens en cause ici. On ne peut jamais jeter le regard sur le champ perceptif et en même temps sur le champ-de-phantasia. Dès lors que nous faisons attention aux objets de perception, le champ-de-phantasia est parti."²⁸⁹

Nous étudierons dans la suite du corpus théorique la définition de la *phantasia* que propose l'émergiologie et qui est employée dans cette recherche.

Nous observons à présent la corrélation entre l'image et le corps afin de confirmer la thèse aristotélicienne qui avance que les images proviennent des sensations corporelles.

5. Image et résonance corporelle.

Dans *L'erreur de Descartes*, Antonio Rosa Damasio précise que la première image du cerveau est le corps lui-même. Selon lui, "(...) le corps fournit une référence de base aux processus mentaux."²⁹⁰

²⁸⁸ Collette, B., 2006, *Phantasia et phantasma chez Platon. Les Études philosophiques*, 76, pp.89-106.

²⁸⁹ Husserl E., 2002, *Phantasia, conscience d'image, souvenir. De la phénoménologie des présentifications intuitives, Textes posthumes (1898-1925)*, éditions Jérôme Millon, p. 103.

²⁹⁰ Damasio A.R., 2008, *L'erreur de Descartes, La raison des émotions*, éditions Odile Jacob, p. 281.

Dès 1942, Henri Wallon, psychologue français, évoque le concept de symbolisation "sensori-affectivo-motrice"²⁹¹ qui affirme que toute pensée ou image est d'abord corporelle.

Ce concept est repris par le psychanalyste Serge Tisseron qui indique que le mouvement précède la représentation : "Ce n'est pas la représentation qui guide le geste, c'est au contraire le geste qui permet la constitution de la représentation. Les premiers gribouillis apparaissent aux confins du corporel et du psychique comme la mise en trace de ces mouvements d'abord réalisés et recherchés pour eux-mêmes. Les premiers représentants psychiques de la pulsion émergent de ces premières traces au carrefour de deux matrices symboligènes encore fortement emboîtées : le geste et l'affect, réunis dans ce que Henri Wallon a appelé la sensori-affectivo-motricité."²⁹²

Dans *Le Monde des images*, Léon Daudet écrit à ce propos : "Nous imaginons avec la moelle, le foie, les reins et les os, aussi bien qu'avec le cerveau. Il n'y a pas acte d'imagination somatiquement isolé."²⁹³ Il présente l'activité imaginaire comme liée à l'ensemble du corps.

A.R. Damasio approfondit cette réflexion en avançant que les images du corps inconscientes agissent sur le cerveau et que l'inverse est aussi possible : le cerveau peut agir sur les images corporelles "(...) en formant une boucle de résonance qui s'apparente à une fusion corps-esprit."²⁹⁴ Il précise que les images se forment de manière inconsciente et qu'elles "sont fondées sur les modifications survenant dans le corps et le cerveau (...)."²⁹⁵

Les *Etudes* de Sigmund Freud auprès de patientes hystériques vont dans ce sens puisqu'elles témoignent d'une velléité de rompre avec le dualisme propre à la démarche cartésienne.²⁹⁶

Freud écrit : "Le moi est avant tout un moi-corporel [...], dérivé de sensations corporelles (...)."²⁹⁷ Le cerveau fabriquerait sans cesse des images du corps et des images de ce qui affecte

²⁹¹ Wallon, H., 1970, *De l'acte à la pensée*, Paris, Flammarion (1ère édition 1942).

²⁹² Tisseron S., 1997, *Psychanalyse de l'image*, Editions Dunod, p.197.

²⁹³ Daudet L., 1919, *Le monde des images : suite de l'Hérédo*, Nouvelle Librairie Nationale, p.54.

²⁹⁴ Damasio A.R., 2010, *L'autre moi-même, Les nouvelles cartes du cerveau, de la conscience et des émotions*, Editions Odile Jacob, p.244.

²⁹⁵ Damasio A.R., 2010, *L'autre moi-même, Les nouvelles cartes du cerveau, de la conscience et des émotions*, Editions Odile Jacob, p.92.

²⁹⁶ Descartes R., 1974, *Correspondance*, Volume 1 de Oeuvres de Descartes, J. Vrin.

²⁹⁷ Freud S., 2010, *Œuvres complètes - psychanalyse - vol. XVI : 1921-1923, Psychologie des masses, Le moi et le ça, Autres textes*, Collection: Oeuvres complètes de Freud, PUF, p. 270.

le corps : "Tout évènement corporel module les images, qui à leur tour sont opérationnelles et ouvrent à des cascades de réponses biologiques."²⁹⁸

Ces réponses biologiques font écho à "l'émersion des sensibles vivants"²⁹⁹ qu'évoque le philosophe Bernard Andrieu dans son concept d'émersiologie qui entend un dialogue entre le corps vivant (physiologique, biologique, sensori-moteur), le corps vécu (les sensations issues des perceptions) et le corps décrit (images, raisonnement). Cette réflexion invite à envisager le dialogue entre les différentes corporalités du sujet dans une profonde intrication : "Le fond du mouvement n'est pas une représentation associée ou liée extérieurement au mouvement lui-même, il est immanent au mouvement, il l'anime et le porte à chaque moment, (...)." ³⁰⁰

Antonio Damasio va dans le sens de ce dialogue interne en proposant une vision de l'image qui s'établit entre le corps et la représentation du corps cartographié : "(...) le cerveau peut faire plus que de simplement cartographier les états présents, (...) ; il peut aussi transformer les états du corps (...)." ³⁰¹

Partant du postulat du dialogue entre corps et processus d'imagerie, les psychologues du sport ont intégré la pratique de la visualisation afin d'accroître les performances sportives.³⁰²

Il est nécessaire de prendre en considération le tissage d'un réseau de communication entre le corps et les images mentales inconscientes qui peuvent se déployer, par exemple, lors de pratiques corporelles favorisant l'imagination, telles que la danse.

En danse contemporaine, les images mentales sont considérablement utilisées pour perfectionner un geste, improviser, approfondir un mouvement ou entrer dans un état émotionnel. Par exemple, pour s'ancrer dans le sol, l'image de "racines qui s'enfoncent dans la terre" est souvent évoquée.

²⁹⁸ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès, p.27.

²⁹⁹ Andrieu B., Burel N., 2014, La communication directe du corps vivant. Une émersiologie en première personne, *Hermès, La Revue*, 68(1), pp.46-52, p. 48.

³⁰⁰ Merleau-Ponty, 1945, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard, p. 141.

³⁰¹ Damasio A.R., 2010, *L'autre moi-même, Les nouvelles cartes du cerveau, de la conscience et des émotions*, Editions Odile Jacob, p.118.

³⁰² Schuster C, Hilfiker R, Oliver A, Scheidhauer A, Andrews B, Butler J, Kischka U, Ettl T., 2011, Best practice for motor imagery : a systematic literature review on motor imagery training elements in five different disciplines, *BMC Med*, pp.9:75. Consulté le 9/04/20 : www.biomedcentral.com/1741-7015/9/75

Dans son article *Mental Imagery and embodied activity*³⁰³, Raymond W. Gibbs indique le rapport étroit entre l'activité d'imagerie et la kinesthésie. L'image aiderait le danseur.euse à se représenter un état corporel dans une ou plusieurs parties du corps.

La thèse d'Alfonso Santarpia intitulée "*L'influence du langage métaphorique dans un contexte de relaxation*" renforce la réflexion d'une image adjuvante aux sensations du corps. Par exemple, lors d'une expérience corporelle menée sur le poids du bras, les danseur.euse.s décrivent des images mentales : "(...) j'avais l'impression d'être un pantin avec un bras en plomb (...)." ou "J'ai imaginé le squelette des bras et le plomb, l'image du plomb m'a aidé à visualiser des détails de la main."³⁰⁴

Dans les années 1900, la pratique de l'imagerie liée au mouvement dansé est déjà présente, en témoigne l'ouvrage de Mabel Ellsworth Todd qui explore l'influence de l'image sur l'alignement du corps et la posture.³⁰⁵ Au travers d'exercices de suggestion d'images, M.E. Todd examine le lien entre corps et imagerie du point de vue thérapeutique.

C'est ainsi que naît l'*ideokinés*, du grec *ideo* signifiant "idée" et *kinesis* qui se traduit par "mouvement" et dont le nom est créé par une des étudiantes de M.E.Todd, le Dr Sweigard.³⁰⁶

L'*ideokines* est une pratique visant à corriger la posture, favoriser l'alignement du corps et développer la fluidité du corps en s'appuyant sur l'imagerie. Il s'agit de visualiser un objet pour accroître les capacités motrices et participer à une rééducation neuro-musculaire, utile en cas de blessures par exemple.

Les images sont utilisées pour faciliter le mouvement et développer le contrôle des régions sous-corticales du cortex cérébral sur la musculature vertébrale. Les danseur.euse.s sont invité.e.s à imaginer des positions lorsqu'ils.elles. sont immobiles, ils.elles. conçoivent mentalement l'action d'un muscle ou d'une articulation spécifique avant d'entrer en mouvement.

En 1956, le Dr Sweigard développe cette technique dans l'une des plus prestigieuses écoles de danse moderne, *The Juilliard School of New-York*. Elle publie un ouvrage qui devient l'une

³⁰³ Gibbs, R. W., Jr., & Berg, E. A., 2002, *Mental imagery and embodied activity*, *Journal of Mental Imagery*, 26(1-2), pp.1-30.

³⁰⁴ Santarpia A., 2007, *L'influence du langage métaphorique sur le corps dans un contexte de relaxation*, Thèse Linguistique, Université Paris 8 Vincennes-Saint-Denis ; Università degli studi di Bari, p.430.

³⁰⁵ Todd M.E., 1937, *The Thinking Body*, New York & London, Paul B. Hoeber.

³⁰⁶ Sweigard L., 1978, *Human Movement Potential : Its Ideokinetic Facilitation*, New York, Dodd Mead.

des références de l'utilisation de l'imagerie dans la danse, *Human Movement Potential: Its Ideokinetic Facilitation*.³⁰⁷ Nombreux.se.s sont ses élèves (Irene Dowd, Betty Jones, etc) qui développent son travail dans les années 1970 et donnent à l'usage de l'imagerie en danse une portée mondiale. *The National Ballet School of Canada* commence à utiliser l'imagerie pour perfectionner les mouvements de ses danseur.euse.s athlètes.³⁰⁸

La célèbre danseuse et chorégraphe moderne américaine, Martha Graham, utilise l'image mentale pour ressentir "l'âme" de ses mouvements.³⁰⁹

Dans le *butoh*, l'art japonais de la danse expressive né dans les années 1960, l'image mentale est également utilisée à travers les *haikus*, ces poèmes courts d'origine japonaise.³¹⁰

Anna Halprin, pionnière de la danse moderne américaine des années 1970, se penche attentivement sur les images mentales comme sources de création à travers divers médiums tels que le mouvement, la voix, le dessin, l'écriture. Les images mentales nourrissent la forme et la recherche introspective de son travail chorégraphique et thérapeutique. Par exemple, elle utilise l'exploration des images mentales lors de ses créations chorégraphiques avec des personnes atteintes de cancer.³¹¹ Dans les années 2000, ce travail à partir de l'image mentale est poursuivi par sa fille Daria Halprin.

En danse, l'imagerie mentale est ainsi utilisée en studio, durant les auditions ou en préparation d'une représentation.

L'imagerie est également développée dans les pratiques somatiques. Le danseur suisse Eric Franklin crée la *Méthode Franklin* qui se base sur l'imagerie mentale en lien avec les travaux scientifiques traitant de la neuroplasticité dans le but d'approfondir la performance.³¹²

³⁰⁷ Sweigard L., 1978, *Human Movement Potential : Its Ideokinetic Facilitation*, New York, Dodd Mead.

³⁰⁸ Young Overby L., Dunn J., 2011, "The History and Research of Dance Imagery: Implications for Teachers," *The IADMS Bulletin for Teachers*, vol. 3, no. 2 pp.9–11.

³⁰⁹ Horosko M., 1991, *Martha Graham: The Evolution of Her Dance Theory and Training 1926–1991*, Chicago, A Capella.

³¹⁰ Horton Fraleigh S., 1999, *Dancing into Darkness: Butoh, Zen, and Japan*, Pittsburgh, University of Pittsburgh Press.

³¹¹ Halprin A., 2000, *Dance as a Healing Art: Returning to Health with Movement & Imagery*, Mendocino, CA, LifeRhythm Books.

³¹² Franklin E., 1996, *Dance Imagery for Technique and Performance*, Champaign, Illinois, Human Kinetics.

La *méthode Franklin* croise les savoirs anatomiques, l'expérience du toucher, la visualisation mentale et les exercices physiques dans l'idée de favoriser l'alignement corporel et d'utiliser le mouvement en minimisant l'effort. Eric Franklin met au point *the Dynamic Neurocognitive Imagery (DNI)* qui regroupe la *méthode Franklin* et les récentes recherches scientifiques.³¹³ Cette technique s'adresse aux danseur.euse.s, sportif.ve.s et aux praticien.ne.s des approches somatiques telles que le yoga, le Pilates, etc.

La chercheuse Theresa Heiland conduit une étude³¹⁴ en se basant sur le type d'imagerie employée dans la méthode Franklin. Elle utilise 4 images³¹⁵ pour aider les danseur.euse.s à améliorer leurs performances de hauteur de saut et à ajuster leurs alignements corporels.

Si certaines images furent plus aidantes que d'autres, les mesures indiquent que la totalité des images utilisées a participé à accroître les sauts des trente danseur.euse.s de cette recherche, en comparaison avec les mesures prises sans suggestion d'images au préalable.

Une autre étude, conduite par les chercheur.euse.s S. Sawada et al.³¹⁶, montre que les danseur.euse.s qui bénéficient de l'apport de l'imagerie mentale dansent de manière plus appliquée et précise que celles et ceux qui n'ont eu accès qu'à des consignes verbales ou qui n'ont reçu aucune instructions. L'étude porte sur un segment chorégraphique qui comprend une variété d'actions : s'accroupir, se lever, sauter, s'agenouiller, tomber.³¹⁷

Ces recherches indiquent l'influence des images sur les positions, états, gestes et mouvements du corps en mouvement. L'imagerie mentale peut être employée comme un outil d'apprentissage et de mémorisation d'une chorégraphie, de réduction du stress avant une représentation ou une audition, d'approfondissement d'une performance physique.

³¹³ voir recherche Abraham A, Gose R, Schindler R, Nelson BH, Hackney ME, 01 March 2019, Dynamic Neuro-Cognitive Imagery (DNI™) Improves Developed Performance, Kinematics, and Mental Imagery Ability in University-Level Dance Students, *Front. Psychol.*, vol.10.

³¹⁴ Heiland, T. Rovetti, R., 2010, Which images and image categories best support jump height ? In: Solomon R, Solomon J, 2010, *Abstracts of the 20th Annual Meeting of the International Association for Dance Medicine & Science*, Birmingham, UK, IADMS, pp.74-75.

³¹⁵ "whole body is a spring", "central axis is a rocket booster", "feet stretching into the sand" and "spinal curves lengthening and deepening".

³¹⁶ Sawada, M, Mori, S. Ishii M., 2002, Effect of metaphorical verbal instruction on modeling of sequential dance skills by young children, *Percept Mot Skills*, 95, pp.1097-1105.

³¹⁷ Young Overby L., Dunn J., 2011, "The History and Research of Dance Imagery: Implications for Teachers," *The IADMS Bulletin for Teachers*, vol. 3, no. 2 pp.9-11.

L'image mentale témoigne de capacités à impacter positivement le mouvement quelle que soit la technicité de l'apprenant, danseur.euse amateur.trice ou confirmé.e. Le danse-thérapeute Benoit Lesage évoque le rôle structurant de l'image mentale dans le développement moteur du corps : "Il semble que la conscience des mécanismes et leur représentation mentale favorise leur actualisation."³¹⁸

Selon les études de T. Clarkson, P. Haggith, M. Tierney, A. Kobasigawa³¹⁹ et de W. Danner et M. Taylor³²⁰, la capacité d'imagerie s'accroît lorsque le sujet produit ses propres images, élaborant ainsi ses propres associations à l'intérieur d'un cadre imposé. Dans son article *Latence d'une réponse graphique à des termes généraux et spécifiques*³²¹, Michel Denis abonde dans ce sens : la nécessité pour l'individu de créer ses propres images dans un cadre énoncé et contenant fait écho à l'élaboration associative présente en psychothérapie ou en psychanalyse. Le.la patient.e élabore sa pensée librement et symbolise verbalement ses représentations dans le cadre de la séance thérapeutique.

En danse-thérapie, l'improvisation semble répondre à ces nécessités puisqu'elle offre l'espace au sujet d'élaborer ses propres images tout en étant contenu dans des axes de recherches et un cadre thérapeutique *sécuré* qui l'encourage à faire l'expérience de son corps autrement.

Dans l'improvisation, le geste n'est pas travaillé, il émerge de lui-même. Dans cette émergence, des images voient le jour.

6. L'improvisation dansée, une pratique prompte à l'imagerie.

Le terme improviser, du latin *improvisus* qui signifie *imprévu* apparaît en 1642 dans la langue française. Il se définit par "la composition et l'exécution simultanées".³²²

³¹⁸ Lesage B., 2003, « *Dialogue corporel et danse-thérapie* », *Éléments théorico-cliniques Psychomotricité*, Université Pierre et Marie Curie, p.55. <http://www.chups.jussieu.fr/polysPSM/psychomot/danseth/danseth.pdf> consultée le 1/02/20.

³¹⁹ Clarkson T.A., Haggith P.A., Tierney M. C. et Kobasigawa A., 1973, Relative effectiveness of imagery instructions and pictorial interactions on children's paired-associate learning, *Child Develop*, 44, pp.179-181.

³²⁰ Danner F. W. et Taylor A.M., 1973, Integrated pictures and relational imagery training in children's learning, *J. exp. Child Psychol.*, 16, pp.47-54.

³²¹ Denis M., 1979, Latence d'une réponse graphique à des termes généraux et spécifiques, *Année psychol.*, 79, pp.143-155.

³²² Centre National de Ressources textuelles et lexicales, Lexicologie Ortolang, consulté le 24 septembre 2019, <https://www.cnrtl.fr/definition/>

Le mot *improvisation* apparaît plus tardivement, en 1807, et désigne "l'action, l'art d'improviser".³²³

Le.la danseur.euse peut utiliser l'improvisation comme un outil de composition d'une chorégraphie. Ce processus se retrouve dans différents types de danse au langage codé comme la danse classique, la danse africaine en passant par le hip-hop ou le tango. L'improvisation y évolue dans un langage codifié qui appartient au type de danse incarné. L'improvisation peut également être réservée à certains passages d'une chorégraphie écrite, où le.la danseur.euse a l'espace de créer personnellement, dans le respect des codes appartenant à son type de danse. Expriment leurs divergences quant à l'héritage codifié du ballet classique, dès le début du XX^{ème} siècle, de nombreux.ses chorégraphes pratiquent l'improvisation dans la recherche de nouvelles formes. La danse moderne naît par opposition au dogme des danses académiques. Les chorégraphes américaines Loïe Fuller (1862-1928), Isadora Duncan, Ruth Saint-Denis, Martha Graham, ou encore Doris Humphrey s'affranchissent des codes établis et puisent dans leur expression personnelle pour créer.

À ce propos, Chéryl Gréciet écrit : "L'improvisation était alors appréhendée comme un outil chorégraphique dans le processus d'invention du mouvement et non comme une partie intégrante du produit fini."³²⁴ L'improvisation entre dans une démarche de recherche et s'absout d'une visée purement représentative.

D'autres chorégraphes issus du courant de danse moderne tels que Rudolf Laban, Alwin Nikolais ou encore Mary Wigman considèrent l'improvisation comme un outil indispensable à la formation du.de la danseur.euse pour développer la créativité.

Jacqueline Robinson, danseuse et figure de la danse moderne, évoque l'importance des consignes de travail dans les cours d'improvisation donnés par Mary Wigman dans les années 1940.

Ces consignes peuvent porter sur la musique (univers, structure du morceau, etc), sur les mouvements techniques (tours, sauts, pas glissés, etc) ou sur les qualités de mouvement (fluide, lié, saccadé, etc). D'après Michel Bernard : "Ce retour à l'expérience vécue nous permet de constater que, bien loin de se réduire à une simple émanation sauvage et spontanée de l'être caché et imprévisible du sujet, toute tentative d'improvisation s'offre concrètement et

³²³ Le Petit Robert, 2001, Paris, Dictionnaires Le Robert / VUEF.

³²⁴ Gréciet, C., 2006, "Danser avec l'inconnu", dans *Improviser, Revue Théâtre S*, n° 24, Rennes, Presses Universitaires de Rennes, p. 69.

immédiatement à la fois comme un désir de jeu et de confrontation avec les contraintes objectives (...)."325

Dans les années 1970, Pina Bausch, chorégraphe allemande et danseuse émérite, considère l'improvisation comme partie intégrante du processus de création. Des mots, des images, des juxtapositions d'actions et d'états contraires sont proposées comme pistes de travail aux danseur.euse.s de sa compagnie, le *Tanztheater*. Lors de la pièce *Café Müller*, Pina Bausch leur transmet ce texte riche d'associations, comme matière à improvisation : "Une plainte d'amour. Se souvenir, se mouvoir, se toucher. Adopter des attitudes. Se dévêtir, se faire face, dérapier sur le corps de l'Autre. Chercher ce qui est perdu, la proximité. Ne savoir que faire pour se plaire. Courir vers les murs, s'y jeter, s'y heurter. S'effondrer et se relever. Reproduire ce qu'on a vu. S'en tenir à des modèles. Vouloir devenir un. Être dépris. S'enlacer. He is gone. Avec les yeux fermés. Aller l'un vers l'autre. Se sentir. Danser. Vouloir blesser. Protéger. Mettre de côté les obstacles. Donner aux gens de l'espace. Aimer."326

L'improvisation se nourrit ici d'expériences de la vie réelle puisque les danseurs de Pina Bausch répondent aux propositions de la chorégraphe en puisant dans leur matériau biographique. La contrainte est garante de l'expression subjective et émotionnelle.

L'improvisation peut également être une forme de spectacle en elle-même. À partir des années 1960, aux Etats-Unis, un courant artistique s'appuie sur l'improvisation comme forme spectaculaire.

Les danseur.euse.s et chorégraphes Anna Halprin, Robert Ellis Dunn et Simone Forti en sont les pionnier.e.s. Ils.elles inventent la composition instantanée où "(...) des dispositifs, des cadres (tâches, constructions, structures aléatoires, etc...) apparaissent non pas en vue de prescrire des gestes ou des actions pré-déterminées, mais en vue de générer des mouvements ou des actions imprévisibles."327 Il s'agit de mettre à l'épreuve le corps en le confrontant à des contraintes immédiates de situations insolites. Par exemple, Anna Halprin crée en 1957 la performance *Hangar* et invite les danseur.euse.s à investir un hangar d'aéroport en

³²⁵ Bernard M., 2006, « Du bon usage de l'improvisation en danse ou du mythe de l'expérience », in *Approche philosophique du geste dansé*, sous la direction d'Anne Boissière et Catherine Kintzler, Presses universitaires du Septentrion, p.131.

³²⁶ Hoghe R., Bausch P., 1987, *Histoires de théâtre dansé*, Editions L'Arche, p.69.

³²⁷ Louppe L., 1999, « Improviser: un projet pour les temps présents », in : *Improviser dans la danse*, Ales, Le Cratère Théâtre d'Ales en Cévennes, p. 8.

construction à San Francisco. La chorégraphe est intriguée par l'abstraction de la géométrie qui s'y trouve : planches en bois, échafaudages de toutes sortes. Les corps des danseur.euse.s expérimentent de nouveaux rapports à la gravité dans un espace où les axes verticaux et horizontaux se mêlent.

L'exploration de l'improvisation se développe également à la *Judson Dance Theater of New York* dans les années 1960, avec l'influence des danseur.euse.s et chorégraphes Yvonne Rainer, Steve Paxton, Trisha Brown pour ne citer qu'eux.elles. Le.la danseur.euse-improvisateur.trice ne donne pas la priorité à la forme mais à ce qui la sous-tend : l'énergie, la perception, la dramaturgie, la sensation. En 1962, Yvonne Rainer qualifie ce courant artistique de *Postmodern dance*.

Dans la lignée de la *Postmodern dance*, Merce Cunningham, chorégraphe américain, crée le concept d'*event* en 1964. Un *event* se compose de fragments d'oeuvres dont l'ordre d'apparition et le choix de l'espace sont établis en fonction du lieu et déterminés de manière aléatoire (tirage aux dés). Les contraintes y sont formelles et ne visent pas la représentation d'une intériorité, contrairement au *Tanztheater* de Pina Bausch.

Merce Cunningham invite le principe de l'aléatoire dans la danse. L'improvisation façonne un nouveau schéma corporel qui n'est pas dominé par le contrôle conscient de la perception ou la maîtrise du corps vécu.

Dans les années 1970, l'improvisation émerge des expérimentations dansées à Londres.

Julyen Hamilton, danseur et chorégraphe, est l'un des chefs de file de la composition instantanée comme performance spectaculaire. L'improvisation devient un mode d'écriture du processus de création artistique.

L'histoire de l'improvisation témoigne de la diversité des points de vue artistiques. Ce qui rassemble le parcours de ces artistes évoqué.e.s précédemment, c'est le souhait de défaire le corps de ses habitudes, d'envisager d'autres possibilités de créer, de libérer le corps des conventions et des codes établis. La danseuse Colette Mauri ajoute : "Le geste dansé est singulier d'énonciation déjouant la fixation et la fixité du code acquis qui fait censure. Il fait acte pour le sujet."³²⁸

L'improvisation est une manière de se positionner en tant qu'individu au sein d'un ensemble, en se jouant des conventions relatives à cet ensemble.

³²⁸ Mauri C., 2010, Ce qui insiste dans l'acte de danse, Le savoir inconscient et les droits de l'homme, *Insistance*, n° 4, Editions Eres, p.67.

Michel Bernard confirme cette velléité de dépasser les codes établis : "(...) l'improvisation est (...) un processus bipolaire de subversion de l'habituel ou de l'attendu, et en même temps de dévoilement d'un insolite ; l'improvisation est simultanément rejet d'un code et libération d'une pulsion. En tant que telle, elle se définit davantage par rapport à un sujet dont elle favoriserait l'expression que par rapport à un objet qu'il conviendrait de communiquer : elle conjugue ainsi paradoxalement l'irrespect de l'œuvre composée et le respect du jeu de la singularité changeante de la corporéité de l'interprète, la rupture d'un ordre artificiel, répressif, et l'essor d'un ordre naturel et libérateur."³²⁹ L'improvisation est donc centrée sur l'expression du sujet, de son intériorité dans l'instant.

Plus récemment, une autre forme de performance dansée éclôt dans les années 1990 dans le sillage de l'héritage postmoderne : la danse contemporaine improvisée en espace public.

Parmi les nombreux.es artistes qui battent le pavé en dansant, citons les exemples des compagnies *Jeanne Simone* et *Julie Desprairies* qui investissent des rues, des porches, des terrasses de restaurants et la nature pour faire vivre la danse ailleurs que dans la boîte noire de la salle de théâtre.

À travers le processus expérimental qui la fonde, la danse en espace public cherche à aiguïser une qualité de présence à l'instant, une entière disponibilité à l'environnement. Les bruits, les rencontres avec les passant.e.s, le mouvement de la vie viennent modifier l'acte dansé.

Un traçage instantané s'opère par l'improvisation, c'est l'expérience phénoménologique de la danse. Dans l'improvisation, l'environnement a un effet sur l'individu avant qu'il ne le conscientise : il s'agit de ne pas "coloniser" le lieu investi mais de se laisser porter par son énergie, ses rencontres, ses dimensions, de se mettre à l'écoute.

Ce processus d'écoute du lieu est, par exemple, rendu visible par le travail de la chorégraphe Nadia Vadori-Gauthier dans son projet "*Une minute de danse par jour*" qu'elle enregistre et diffuse quotidiennement sur une plateforme vidéo sur internet.³³⁰

La chorégraphe se plie à la contrainte d'une danse quotidienne d'une minute depuis l'attentat de *Charlie Hebdo* en Janvier 2015 : "Je voulais agir en m'assignant une action quotidienne petite mais réelle et répétée, qui œuvre pour une poésie en acte, en me mettant réellement en jeu, seule ou en relation à d'autres."³³¹

³²⁹ Bernard M., 2006, « Du bon usage de l'improvisation en danse ou du mythe de l'expérience », in : *Approche philosophique du geste dansé*, sous la direction d'Anne Boissière et Catherine Kintzler, Presses universitaires du Septentrion, p.129.

³³⁰ <http://www.uneminutededanseparjour.com>

³³¹ <http://www.uneminutededanseparjour.com/le-projet/>

Ces minutes de danse quotidiennes sont réalisées sans préparation et synthétisent un instant de vie : "Depuis le 14 janvier 2015, Je danse une minute et quelques, tous les jours, simplement, sans montage avec les moyens du bord, dans les états et les lieux dans lesquels je me trouve, sans technique, ni mise en scène, ni vêtement ou maquillage particulier, rien d'autre que ce qui est là. Et je poste la danse en ligne le jour-même."³³²

Profondément ancrés dans le paysage socio-politique, les danses de Nadia Vadori-Gauthier s'immiscent dans les différentes manifestations et événements populaires français : "Elles ont été traversées de ce que nous avons vécu collectivement (manifestations, élections, attentats, bouleversements climatiques, grèves, incendie de Notre-Dame, mouvements pour l'égalité des droits, coupe du monde de football, inondations, accueil des réfugiés, et aujourd'hui le confinement dû à l'épidémie...)." ³³³ L'improvisation est éprouvée sans fard, au plus proche de la réalité.

Outre la résonance directe avec l'environnement que propose l'acte d'improviser, c'est aussi une manière pour celui ou celle qui danse de se redécouvrir de nouveaux possibles corporels et artistiques. L'improvisation, en offrant un espace de création libre et personnel, permet au.à la danseur.euse de façonner ses propres gestes et d'en découvrir de nouveaux, venant ainsi élargir sa palette créative. Cet élargissement offre la possibilité d'intégrer de nouvelles données venant soutenir un processus d'éveil somatique et imaginaire.

Cette mise en éveil du corps somatique à travers le mouvement dansé fait écho au concept d'*awareness* qui désigne "(...) cette conscience globale et précise" de l'expérience en cours.³³⁴

En France, le concept d'*awareness* se traduit par *éveil* et prône à partir des années 1950 un état d'éveil sensoriel aboutissant à une conscience du corps en mouvement. Actuellement, les techniques de pleine conscience du corps en mouvement sont diversement appréhendées selon certains artistes. Loïc Touzé, danseur et chorégraphe, évoque un état d' "hyper-conscience" où "(...) sa pensée voyage sans arrêt entre son corps, ses sensations, ses appuis (...)." ³³⁵

Parmi l'historique des pratiques où l'improvisation est au centre de l'expérience dansée, penchons-nous sur deux exemples de dispositifs qui s'attachent à la figuration des images et des sensations dans le mouvement : le *Gaga* et le Mouvement Authentique.

³³² <http://www.uneminutededanseparjour.com/le-projet/>

³³³ <http://www.uneminutededanseparjour.com/le-projet/>

³³⁴ Couderc B., 2009, *L'improvisation en danse : une présence l'instant*, Thèse de Doctorat, Université Rennes 2, p.305.

³³⁵ Couderc B., 2009, *L'improvisation en danse : une présence l'instant*, Thèse de Doctorat, Université Rennes 2, p.303.

7. Le langage de mouvement *Gaga* et le Mouvement Authentique : deux dispositifs d'improvisation dansée en faveur de l'image mentale et de l'éveil somatique.

7.1 Le langage de mouvement "Gaga".

Ohad Naharin, chorégraphe de la *Batsheva Dance Company*, place le concept d'*awareness* au centre du langage de mouvement *Gaga* qu'il crée à la fin des années 1980. Ce langage consiste en un mouvement permanent des corps guidés par des suggestions d'images mentales, sensorielles, physiques. Le *Gaga* est une approche holistique qui ouvre à l'exploration du dialogue entre le corps, l'esprit et l'âme.

Le chorégraphe et danseur Ohad Naharin crée le langage de mouvement *Gaga* depuis ses propres explorations somatiques et les expériences de vie qui ont façonné son corps : son éducation chorégraphique, sa blessure à la jambe gauche et son intervention chirurgicale du bas du dos, puis son processus de guérison avec l'abord des disciplines du tai-chi et du Pilates³³⁶. Les diverses sources d'imprégnation des connaissances somatiques ont généré "La création d'un mode d'entraînement multifacette"³³⁷ déterminé par un besoin de re-connexion à son propre corps : "C'était le besoin de préparer mon corps, le besoin de méditer avec son corps sans lien avec un processus chorégraphique, mais [pour] entrer en contact avec les éléments. Et puis aussi le besoin de préparer d'autres personnes pour les répétitions."³³⁸

Ohad Naharin imagine un langage de mouvement, dont le cadre structure l'expérience d'écoute du corps.

Pour ce faire, la pratique du *Gaga* répond à certaines règles qui contiennent et permettent l'expérience singulière de ce langage de mouvement. Pour autant, le *Gaga* est un langage de

³³⁶ Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392.

³³⁷ Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392, p.364. Texte original : "(...) a multifaceted mode of training."

³³⁸ Ohad Naharin, interview, July 30, 2009, in Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp. 360-392, p.364.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "It was the need to prepare my body, the need to meditate with your body with no connection to a process of choreography, but [to] get in touch with the elements. And then also the need to prepare other people for rehearsal."

mouvement en constante évolution, en cela il n'est pas figé mais s'enrichit des apports continus de ses pratiquant.e.s.

Aucun miroir n'est présent dans la salle afin de développer l'écoute sensorielle du corps pour entrer dans la forme du mouvement.³³⁹ Selon Ohad Naharin, le miroir empoisonne l'âme du danseur.³⁴⁰ L'efficacité provient de la sensation : plus la sensation est claire, plus la forme le sera.³⁴¹ Le miroir agit comme une projection de soi vers l'extérieur. Or, le *Gaga* invite à rayonner depuis sa propre projection intérieure.

Lors d'une pratique de *Gaga*, tous les participant.e.s, professeur.e inclus.e³⁴², sont plongé.e.s dans la même expérience au même moment. Il n'y a pas de possibilité de s'immobiliser pour regarder ou observer. C'est une expérience où chacun.e est son.sa propre témoin. De même, il n'est pas autorisé d'enregistrer ou de filmer une *Gaga class*. Ainsi, l'absence de regard extérieur atténue la notion de jugement et annihile la notion du paraître au profit de l'être. L'expérience intérieure dépend de ce cadre privilégié.

Ceci dit, le *Gaga* reste une pratique groupale, les échanges de regards et de mouvements avec les autres danseur.euse.s alentours alimentent le mouvement du sujet. Les danseur.euse.s s'inspirent les un.e.s des autres, c'est pourquoi il est essentiel de garder les yeux ouverts. Il ne s'agit pas de se retirer "dans son monde" mais de rester connecté.e à soi tout en étant ouvert.e aux autres. Le *Gaga* s'éloigne du principe de la transe puisqu'il préconise une attention consciente aux mouvements inconscients et se pratique les yeux ouverts afin d'être en lien avec le.la *teacher* et les autres danseur.euse.s. La règle de garder les yeux ouverts répond au souhait de rester attentif.ve à son expérience intérieure tout en ayant conscience des informations provenant de l'extérieur.

Durant une *Gaga class*, chaque participant.e, professeur.e inclus.e, danse sans arrêt du début à la fin. Il n'y a pas de pause et chacun.e est encouragé.e à être à l'écoute de son corps pour varier la vitesse, l'amplitude, la texture du mouvement, en fonction de ses capacités et de son

³³⁹ Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392.

³⁴⁰ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.45.

³⁴¹ Notes du *Summer intensive Gaga + repertory*, Tel Aviv, 2015.

³⁴² Le terme professeur.e est à entendre davantage comme "guide" que comme une personne en position de savoir qui transmet pédagogiquement un contenu. Le *Gaga* s'ancre dans une recherche partagée, un échange, plutôt qu'une vision hiérarchisée de la transmission.

état physique.³⁴³ Le *Gaga* invite à prendre soin de son corps et à être attentif.ve à son contexte physique (blessures, limitations, fatigue) afin d'adapter au mieux l'expérience à soi : "La seule douleur admise en *Gaga* est la sensation de brûlure dans nos muscles."³⁴⁴

La pratique *Gaga* promulgue un état aiguisé d'attention aux sensations corporelles et une profonde connexion à la sensation de plaisir d'être en mouvement, d'être attentif.ve, "*aware*".

Le ou la *Gaga teacher* se tient au centre de l'espace et des danseur.euse.s. Les directions de l'espace ne sont pas déterminées : il n'y a pas de face ou de fond.

Il ne s'agit pas de reproduire le mouvement du.de la *teacher* mais de plonger dans une expressivité personnelle à travers la suggestion verbale d'images sensorielles : "Écoutez le flux des substances qui voyagent à l'intérieur du corps."³⁴⁵ ; physiques : "Connectez-vous aux moteurs du mouvement éloignés"³⁴⁶ ; et visuelles : "Visualisez un endroit directement entre les oreilles et commencez à écouter depuis ce point."³⁴⁷ Les images s'ajoutent les unes aux autres progressivement tout au long de la pratique. Chaque danseur.euse expérimente plusieurs informations qui se superposent en couches successives et viennent nourrir le mouvement.

Pendant la *Gaga class*, il n'y a que le ou la *Gaga teacher* qui s'exprime verbalement. L'échange verbal est permis uniquement lorsque le cours est fini. Et ce, afin de ne pas perturber l'exploration individuelle, l'expérience de l'instant.

Il est nécessaire de respecter le cadre horaire : il est demandé aux participant.e.s de venir une vingtaine de minutes avant la *Gaga class* afin de se préparer au mouvement. Les retardataires ne sont pas accepté.e.s.

³⁴³ Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392.

³⁴⁴ <https://www.gagapeople.com/en/about-gaga/#work>, consulté le 18/04/20.
Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "(...) The only pain welcome in *Gaga* is the burning sensation in our muscles".

³⁴⁵ Notes issues du *Gaga Summer intensive 2017*, d'après les suggestions verbales d'Ohad Naharin. Traduction de l'autrice. Texte original : "Listen to the flow of travelling stuff inside the body".

³⁴⁶ Notes issues du *Gaga Summer intensive 2017*, d'après les suggestions verbales d'Ohad Naharin. Traduction de l'autrice. Texte original : "Connect to your far away engines".

³⁴⁷ Notes issues du *Gaga Summer intensive 2017*, d'après les suggestions verbales d'Ohad Naharin. Traduction de l'autrice. Texte original : "Picture a spot directly between the ears and start to listen from it".

La notion de cadre, à l'image du cadre de la cure psychanalytique ou de la séance danse-thérapeutique, est à respecter afin de garantir l'expérience introspective.

Les règles de la pratique *Gaga* citées précédemment viennent contenir l'expérience, dans le sens où elles permettent d'instaurer un espace et un temps propice à l'introspection. Le cadre permet d'assurer la concentration nécessaire à l'expérience somatique. Pareil au cadre psychanalytique, les règles du *Gaga* instaure une ritualisation contenante (horaires, déroulé de la séance, permanence du lieu, etc).

Deux types de pratiques *Gaga* se distinguent : les *Gaga dancer classes* s'adressent aux danseurs confirmés, professionnel.le.s ou en formation et durent 1h15 ; les *Gaga people classes* sont adaptées à tous les publics et durent 1h. Récemment les *Gaga Families classes* ont fait leur apparition et proposent des cours d'une durée de cinquante minutes aux enfants âgés de six à dix ans accompagnés de leurs parents.

La particularité du *Gaga dancer* est l'utilisation spécifique du langage *Gaga* et l'intensité physique de l'entraînement, tel qu'il est prodigué aux danseurs de la compagnie d'Ohad Naharin, la *Batsheva Dance Company*.

Lorsqu'on revient sur les origines de la création du *Gaga*, nous apprenons que dans un premier temps, Ohad Naharin nomme sa pratique : *My movement language*.³⁴⁸

Ses danseur.euse.s l'appellent *Ohad's class*.³⁴⁹ Ce n'est qu'en 2003 que le chorégraphe opte pour le nom *Gaga* : "J'en avais vraiment assez de l'appeler "mon langage gestuel". Je voulais le dissocier un peu de moi, de mon nom et de l'expression "mon". Je voulais simplement lui donner un nom... Et puis, il n'a pas fallu longtemps pour trouver le nom de *Gaga*. C'est venu de la connexion, de la très forte connexion de *Gaga* avec la capacité de rire de nous-mêmes. Et le son, qui est un peu comme celui d'un bébé (babillages). Et en même temps, c'est quelque chose que j'aime visuellement. J'aime comment ça sonne, j'aime comment ça se présente, et

³⁴⁸ Traduction de l'autrice de la thèse : "Mon langage de mouvement".

³⁴⁹ Traduction de l'autrice de la thèse : "la classe d'Ohad".

j'aime sa légèreté."³⁵⁰ Le chorégraphe explique que le terme *Gaga* fait écho aux premiers sons du langage du bébé alors qu'il communique principalement par le corps : "Le bébé est entièrement immergé dans l'être physique, neutralisé du langage verbal ; je pense que d'une manière ou d'une autre Ohad essaie de nous ramener à cet endroit instinctif".³⁵¹

À la demande d'une des couturières de sa compagnie, Ohad Naharin pense à adapter le *Gaga* pour des danseurs amateurs.trices. De cette réflexion jaillit la nécessité d'élargir son vocabulaire imagé et de sortir du langage codifié de la danse.

C'est ainsi que le langage *Gaga* se développe à travers des images accessibles à tous.tes : "(...) flottement, disponibilité, voyage, texture, puissance explosive, dynamique, efficacité du mouvement. Je me souviens vraiment que tout cela est devenu évident et transparent à travers les besoins que j'ai de faire bouger les non-danseurs."³⁵² Dans les années 2000, la pratique nommée *Gaga people* apparaît et s'adresse au public amateur.

À mesure que le *Gaga* se développe en direction de divers publics, il devient l'entraînement de base des danseur.euse.s professionnel.le.s de la compagnie d'Ohad Naharin. Plusieurs danseur.euse.s de la compagnie demandent à remplacer l'entraînement de danse classique (ballet) par le *Gaga*, ce qui est progressivement effectif.

Lors des sessions de travail avec sa compagnie, Ohad Naharin amène progressivement un vocabulaire spécifique afin d'enrichir le mouvement de ses danseur.se.s, il crée un langage imagé qui puisse être précis mais assez libre d'interprétation pour favoriser l'imagination et la plongée dans le processus de création.

³⁵⁰ Ohad Naharin, interview, July 30, 2009, in Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp. 360-392, p.365-366.

Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "I really was tired of calling it 'my movement language'. I wanted to dissociate it a little bit from me, from my name and from saying 'my'. Just to call it a name... And then it didn't take long somehow to come (up) with Gaga. It came out from the connection, the very strong connection of gaga to the ability to laugh at (ourselves). And the sound, that it's a little bit like a baby (talks). And at the same time, it's something that visually I like. I like how it sounds, I like how it looks, and I like the lightness of it"

³⁵¹ Yudilevitch, 2003 in Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.35.

Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "(...) The baby is entirely immersed in the physical being, neutralized from verbal language; I think somehow Ohad tries to bring us back to that instinctive place".

³⁵² Ohad Naharin, interview, June 8, 2014, in Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp. 360-392, p.365.

Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "(...) floating, availability, traveling stuff, texture, explosive power, dynamics, efficiency of movement. I really remember all of this became evident and transparent through the needs I have to make nondancers move."

En investissant le *Gaga*, les danseur.euse.s d'Ohad Naharin ont accès à un matériel kinesthésique proche des chorégraphies qu'ils.elles interprètent. La pratique du *Gaga* agit comme un "fil rouge" entre l'entraînement, la répétition et la représentation : "On avait vraiment l'impression qu'il préparait toujours en classe ce qu'il voulait faire en répétition"³⁵³ se remémore Shi Pratt, une des anciennes danseuses de la Batsheva et professeure de *Gaga*. Stefan Ferry³⁵⁴, également ancien danseur et *Gaga teacher*, confirme que la recherche corporelle des entraînements *Gaga* d'Ohad Naharin est fortement liée au processus de création des pièces de la compagnie.³⁵⁵

Le *Gaga* se développe en Israël et figure dans plusieurs formations professionnelles telles que *The Jerusalem Academy of Music and Dance*, *the Mateh Asher School of the Performing Arts on Kibbutz Ga'aton*, etc. Des stages intensifs de *Gaga* et de répertoire de la compagnie d'Ohad Naharin voient le jour à Tel Aviv à partir de 2008 et se propagent en Amérique du Nord, en Europe, en Australie et au Japon.

Devant l'engouement des professionnel.le.s et amateur.trice.s, une formation de *Gaga teachers* se crée certifiant ainsi une vingtaine de professeur.e.s dès 2011-2012. En 2013, le *Gaga* est enseigné dans environ cent vingt-cinq villes dans une trentaine de pays.

³⁵³ Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "It really felt like he was always building up in class what he wanted to do in rehearsal".

³⁵⁴ Shi Pratt, Skype interview with the author, (Galili) January 28, 2014, Stefan Ferry, interview with the author (Galili), January 30, 2014, Tel Aviv. Pratt danced with Batsheva Ensemble from 2000 through 2003, and Ferry danced with Batsheva Dance Company from 1999 through 2008. Pratt, Ferry, and the other dancers cited in this article are *Gaga* teachers. Detailed biographies can be found on the *Gaga* website at <http://gagapeople.com/english/category/team/teachers/>, note provenant de Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp. 360-392, p.365.

³⁵⁵ Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392, p.365.

Actuellement, il y a environ une centaine de *Gaga teacher* qui enseignent dans le monde entier.³⁵⁶ L'intérêt pour le *Gaga* est tel, qu'il est défini selon la presse comme "l'arme secrète" d'Ohad Naharin, ou comme un "coffre au trésor infini."³⁵⁷

La force du *Gaga* réside, entre autres, dans l'utilisation prégnante de l'image dans le mouvement.

Le/la *Gaga teacher* guide les danseur.euse.s via des suggestions d'images appelant à l'éveil des sensations. Chacun.e est convié.e à expérimenter différents niveaux d'intensité et de vitesse, diverses directions et textures dans le mouvement dansé, à travers l'imprégnation d'images mentales. La suggestion d'images vise à l'investissement total du corps en mouvement : "L'image permet souvent à son utilisateur de se connecter immédiatement au mouvement total dans lequel chaque partie du corps est simultanément impliquée."³⁵⁸

Ohad Naharin met au point un lexique, pour qualifier ces images, qui se révèle être un outil singulier tout en établissant une base de recherche commune au mouvement. En 2003, le lexique de la pratique du *Gaga* est créé pour qualifier les explorations particulières du mouvement : "Nous avons besoin des mots pour créer des raccourcis et des références. Au lieu de décrire une chose, il [le mot] la devient."³⁵⁹ Ce lexique est loin de qualifier des figures ou postures comme peut le faire le ballet avec sa terminologie ("Grand plié", "Tour en l'air") mais se réfère à des images précises du corps humain.

³⁵⁶ Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392.

³⁵⁷ Kourlas G., 2007, "Movement that Rides on a Pulse of Its Own" (review of *Three*, by Ohad Naharin, BAM Howard Gilman Opera House, New York), *New York Times*, November 15, <http://www.nytimes.com/2007/11/15/arts/dance/15bats.html> (accessed June 12, 2010); Tanaka N., April 9, 2010, "Go Gaga over Israeli Troupe Batsheva," *Japan Times*, <http://search.japantimes.co.jp/cgi-bin/fq20100409a1.html> (accessed June 12, 2010); Brafman O., "Batsheva Dance Company—Sadeh21" (review of *Sadeh21*, by Ohad Naharin, Jerusalem Theater, Jerusalem), *Dancetalk/rikudibur*, May 26, 2011, <http://www.dancetalk.co.il/?p=692> (accessed October 15, 2013).

³⁵⁸ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.36.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Image often enables it user to connect immediately to the total movement in which every part of the body is simultaneously involved".

³⁵⁹ Ohad Naharin, interview, June 8, 2014, in Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp. 360-392, p.371.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "We needed the words for shortcuts, and for reference. Instead of describing something, it [the word] becomes it."

Cependant, il est évident que chacun.e des participant.e.s modifie ou adopte l'image suggérée selon sa propre subjectivité.

L'image ne décrit pas le mouvement mais suggère un état, une sensation, que chaque danseur.euse interprètera différemment. Cette possibilité d'interprétation personnelle de l'image participe à amoindrir l'esprit de compétition et le jugement souvent prégnants en danse, éloignant le sujet de son intériorité.

L'image "Avoir un bon goût dans la bouche" est par exemple assez ouverte pour nourrir l'imagination individuelle : "Quelqu'un.e peut choisir de manger du chocolat et quelqu'un.e peut manger un steak, (...) Et les deux créent une expérience de la sensation."³⁶⁰ Le *Gaga* invite à l'exploration personnelle des images en mouvement.

Les termes "découverte" et "exploration" sont souvent utilisés par Ohad Naharin pour qualifier la recherche somatique du *Gaga* qui s'accompagne d'une quête d'un vocabulaire spécifique : "Flotter, les courbes et les cercles, faire sortir les os de la chair molle, les textures épaisses et molles, se laisser aller, les tremblements et les secousses, les autres forces, les mouvements et les balles qui voyagent dans le corps, et avoir un bon goût dans la bouche."³⁶¹

Le champ lexical du *Gaga* s'attèle à désigner des états, des sensations, des qualités de mouvements et des images visuelles. L'image apporte de la clarté au mouvement mais également à la qualité du mouvement : par le biais de l'image, il s'agit de convoquer la sensation profonde qui prendra forme dans le mouvement.

Cette instantanéité s'éloigne d'une utilisation de l'image qui viendrait corriger le mouvement. Dans le *Gaga*, l'image est une des composantes de la forme du mouvement et du processus de création. L'image est instantanément liée au mouvement.

Contrairement aux pratiques d'imagerie mentale en lien avec le corps telles que l'ideokinesis, la méthode Franklin ou bien la méditation, dans le *Gaga* l'imagerie mentale s'effectue en même temps que le mouvement et ne fait pas suite à une image précédemment imaginée.

Le mouvement et les images sont continus et supportent un même *timing*.

³⁶⁰ Moses, interview in Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392, p.372.

Traduction de l'auteur de la thèse : "Someone can eat chocolate and someone can eat steak, (...) And both create an experience of sensation."

³⁶¹ Avraham, interview; Raz Avraham, interview; Moses, interview, in Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392, p.370.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "floating, curves and circles, pulling the bones out of soft flesh, thick and soft textures, letting go, quaking and shaking, other forces, traveling movement and traveling balls in the body, and finding a good taste in your mouth".

Cette notion d'instantanéité soutient les notions de mouvement spontané et d'approfondissement de l'écoute sensitive. Selon Ohad Naharin, chaque danseur.euse doit être dans une entière disponibilité à l'instant, "(...) prêt.e à casser ou à caresser. Nous pouvons être calmes et alertes à la fois."³⁶² L'éveil aux sens est total : "Il a toujours été question de se connecter à ce que l'on fait et de ne pas le faire automatiquement- sentir les choses."³⁶³

Nonobstant, le *Gaga* n'invite pas à la création de ses propres images dans la recherche d'un processus thérapeutique, comme l'a fait par exemple la danseuse et chorégraphe Anna Halprin avec des personnes atteintes de cancer.³⁶⁴

Dans une *Gaga class*, le.la *Gaga teacher* danse en même temps que ses élèves tout en les guidant verbalement à travers des images qui visent à explorer le mouvement et les sensations qui en découlent : "Augmenter le volume d'écoute du corps."³⁶⁵ Chaque participant.e devient le.la créateur.trice de son mouvement, l'expression provient de l'intériorité et n'est pas imposée par l'extérieur mais seulement suggérée pour être ensuite transformée, modifiée.³⁶⁶ Cette pratique développe l'expression personnelle et révèle l'individualité du.de la participant.e.

Le.la professeur.e se doit d'être elle.lui-même à l'écoute de son propre corps dans le mouvement, de ses sensations et plongé.e dans une exploration afin d'en partager la valeur kinesthésique avec les participant.e.s. Guy Shomroni, danseur de la *Batsheva* et *Gaga teacher* témoigne de cette nécessité de transmission de sa propre recherche aux élèves ou participant.e.s : "À mes yeux, vous êtes censé enseigner un cours où l'identification que vous

³⁶² Ohad Naharin, *Gaga, the movement language developed by Ohad Naharin*, site web <http://gagapeople.com/english/>

Texte original : "(...) ready to snap or caress. We can be calm and alert at once."

³⁶³ Noa Zuk, interview with the author, November 21, 2013, Tel Aviv, Zuk joined Batsheva Ensemble in 1997 and danced with the main company from 2000 through 2009 » in Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392, p.369.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "(...) it was always about that you need to connect to what you're doing and not do it automatically-sensing things".

³⁶⁴ Halprin A., 2000, *Dance as a Healing Art: Returning to Health with Movement and Imagery*, Mendocino, CA, LifeRhythm, p.20.

³⁶⁵ Ohad Naharin, 2017, *Summer Intensive*. Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Turning on the volume of listening to our body".

³⁶⁶ Erwin, L., 2014, *A Personal Journey Into Ohad Naharin's Gaga Technique : Discovering Pedagogical Applications for Engaging the Performer*, *Journal of Emerging Dance Scholarship*, pp.1-24, p.13.

avez avec votre corps, avec vous-même, avec vos élèves, est très importante, et il doit s'agir d'une investigation, d'une exploration authentique, d'une véritable expérience où vous vous posez des questions, physiquement ou théoriquement, et où vous essayez des choses. Donc, si ces questions flottent dans votre conscience et que vous leur accordez le temps, l'attention ou l'investigation nécessaires pour vérifier si elles sont pertinentes pour vous, alors je pense que vous avez fait une bonne utilisation de la classe Gaga. Vous avez pris la liberté d'aller de l'avant et d'explorer par vous-même, et vous pouvez [transférer] cette notion à vos étudiant.e.s ; s'ils.elles sont habitué.e.s aux cours de Gaga mais pas à cette idée, cela peut déclencher quelque chose de nouveau et les inciter à se renouveler, à chercher par eux.elles-mêmes, à être indépendant.e.s dans la recherche."³⁶⁷

Le *Gaga* permet à chacun.e un large espace d'expression personnelle et n'indique pas de pas précis à suivre. Cette pratique s'éloigne ainsi de la technique et s'apparente à un langage de mouvement, un outil d'expression corporelle qui peut être utilisé par les danseur.euse.s comme les non-danseur.euse.s : "Le Gaga essaie de me donner les outils pour être capable de faire ce que je veux à chaque horizon, plutôt comme une technologie et pas vraiment comme une technique."³⁶⁸ Cet outil promeut une ouverture et une intégration corporelle : "Nous nous connectons au sentiment de l'infinité des possibilités... Nous devenons disponibles."³⁶⁹

Plutôt que d'imposer des actions et des directives au corps, le *Gaga* invite au "laisser bouger". En ce sens le terme "technique" ne semble pas adapté, il s'agit de plonger son corps dans une "expérience" somatique.

³⁶⁷ Shomroni, interview, in Deborah Friedes Galili, 2015, *Gaga: Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392, p.374. Traduction de l'autrice : "In my eyes, you're supposed to teach a class where the identification you have with your body, with yourself, with your students, is with a lot of emphasis, and it has to be authentic, authentic investigation, exploration—a true experience of you asking questions, physically or theoretically, and trying out stuff. So if these questions float in your consciousness and you give them the proper time or the proper attention or investigation to check if they're relevant for you, then I think you've made a good practice with the facility of *Gaga* class. You've taken the liberty to go forth and explore for yourself, and you can [transfer] this notion to your students; if they're used to *Gaga* classes but not to this idea, this can spark something new and also inspire them to refresh, to look for themselves, to be independent in the research."

³⁶⁸ Nossan, interview, in Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392, p.380. Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "Gaga tries to give me the tools to be capable of whatever I want to do for every horizon, more like technology and not really like technique".

³⁶⁹ Naharin O., "About Gaga," *Gaga People*, <http://gagapeople.com/english/about-gaga/> (consultée le 20 avril 2019). Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "We connect to the sense of the endlessness of possibilities...We become available".

Le concept de "chair" merleau-pontyen fait écho à la démarche non-directive du *Gaga* puisqu'il s'agit de se laisser traverser par la sensation autant que nous la traversons. Le mot "chair" (*flesh*) est d'ailleurs utilisé dans le langage d'images du *Gaga* : "Réveillez votre chair morte."³⁷⁰ La "chair" peut s'entendre ici comme la chair de l'être au monde, de l'expérience éveillée au contact du monde.

Le "bain" d'images que propose le.la professeur.e d'une session de *Gaga* amène le.la participant.e à une perception accrue de ses propres images et sensations, au plus proche de lui.elle-même, dans un espace sensible et expressif, possible support de sa construction psychique et corporelle.

La création du *Gaga* émerge, entre autres sources détaillées précédemment, dans un contexte où ayant subi un accident, Ohad Naharin souhaite demeurer en mouvement afin de favoriser le processus de rééducation. Shi Pratt, danseuse de la *Batsheva*, confirme que lorsqu'elle s'est blessée, elle a préféré poursuivre les *Gaga class* au détriment des cours de danse classique.³⁷¹³⁷²

Ohad Naharin déclare que le *Gaga* vise à dépasser ses propres limites en connectant la notion d'effort à celle de plaisir tout en restant à l'écoute de son propre corps.³⁷³

La notion de développement des capacités intervient dans le processus psychique et corporel. Le *Gaga* invite à la conscience corporelle, place l'imaginaire comme moteur du mouvement et pousse au dépassement de soi tout en incluant le concept d'*awareness* au coeur de la

³⁷⁰ Notes issues du *Gaga Summer intensive 2017*, d'après les suggestions verbales d'Ohad Naharin. Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "Awaken your dead flesh".

³⁷¹ Pratt, interview, in Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392, p.384.

³⁷² Ce choix de poursuivre la pratique du *Gaga* malgré la blessure est une expérience que j'ai pu vivre personnellement.

Lors du *Summer intensive 2017* de la *Batsheva Dance Company* auquel je participais, je me suis blessée. J'ai souffert d'une entorse de cheville. Yossi Naharin, le frère d'Ohad Naharin, est thérapeute holistique et s'est formé à plusieurs méthodes somatiques (Greenberg method, Trigger method, Shiatsu, etc). Il a soigné mon entorse. Lorsque je lui ai demandé si je pourrais bientôt danser, il m'a répondu que je pouvais continuer le *Gaga* mais que je devais attendre de ne plus ressentir de douleur pour danser le répertoire d'Ohad.

J'ai donc poursuivi les *Gaga classes* et, à ma grande surprise, je me suis rétablie rapidement alors que le type de blessure que j'ai subi, et qui m'est habituelle, nécessite normalement davantage de temps pour guérir.

³⁷³ Friedes Galili D., 2015, *Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century*, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392.

pratique. Il ne s'agit pas de se conformer à une technique codifiée mais de danser à partir de son corps tel qu'il est.³⁷⁴

L'attention du/de la danseur.euse est amplifiée par l'effort d'imagination qui invite à une exploration du corps et génère des mouvements non habituels. Les sensations perçues dans cette exploration en mouvement facilite l'intégration corporelle : "Je sens mon corps, je me sens moi-même."³⁷⁵ Dans la pratique du *Gaga*, une des notions clés est le fait d'"être disponible"³⁷⁶ à soi, aux changements physiques et sensoriels qui surviennent. Il s'agit de se laisser conduire par ce voyage introspectif imprévisible.³⁷⁷

Il en résulte un état de conscience de soi accrue qui peut amener la question des possibles bénéfiques thérapeutiques de la pratique du *Gaga*.

Dans son mémoire daté de 2006 et axé sur les répercussions thérapeutiques du *Gaga*, Yossi Naharin avance que cette pratique pourrait aider à sortir des fixations corporelles et mentales.³⁷⁸ D'après lui, les fixations qu'elles soient psychiques ou corporelles impactent le corps. Les tensions musculaires qui en résultent provoquent une mauvaise oxygénation du circuit sanguin et l'oxydation des cellules.³⁷⁹

Le *Gaga* travaille au relâchement des muscles inutilement mobilisés lors du mouvement, ce qui a pour effet une diminution de la fatigue corporelle et l'accès à un mouvement dans une plus grande organicité : "Par exemple, lorsqu'un danseur doit tenir dans une position difficile,

³⁷⁴ Erwin, L., 2014, A Personal Journey Into Ohad Naharin's Gaga Technique : Discovering Pedagogical Applications for Engaging the Performer, *Journal of Emerging Dance Scholarship*, pp.1-24, p.5.

³⁷⁵ Notes personnelles issues du Summer Intensive 2017 (Gaga + repertory of Naharin).

³⁷⁶ Notes personnelles issues du Summer Intensive 2017 (Gaga + repertory of Naharin). Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "*Being available*".

³⁷⁷ Erwin, L., 2014, A Personal Journey Into Ohad Naharin's Gaga Technique : Discovering Pedagogical Applications for Engaging the Performer, *Journal of Emerging Dance Scholarship*, pp.1-24, p.12.

³⁷⁸ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, pp.52-57.

³⁷⁹ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.52.

il peut, grâce aux images du Gaga, assouplir son corps, dans une sorte de "mouvement intérieur" (...)."³⁸⁰

D'après Yossi Naharin, la pratique du *Gaga* développerait la flexibilité musculaire et nerveuse, stimulerait le flux sanguin et le système immunitaire qui sont eux-mêmes induits par l'effort physique, l'activation des sensations corporelles et l'imaginaire. En développant la conscience corporelle, la pratique du *Gaga* inviterait à la prise de conscience des régions du corps atrophiées ou diminuées et offrirait la possibilité de les investir et de les développer.³⁸¹

Les fixations mentales désignent la perception individuelle des capacités ou incapacités.

Un mouvement sera réalisé avec difficulté si le sujet sent qu'il n'est pas capable de le produire.³⁸² D'où le rôle stimulant de l'image afin de sortir des habitudes et d'atténuer la barrière du jugement par le pouvoir de l'imagination.

Nous envisageons que le *Gaga* privilégierait la rencontre avec les mouvements inconscients et instinctifs, et générerait une mise en mouvement des parts inconscientes de soi. L'utilisation du langage métaphorique, l'incitation à la libre-association de l'image dans le mouvement rappelle le processus de libre-association psychanalytique. Pareil au patient.e en cure thérapeutique qui articule ses pensées spontanément, le danseur.euse *Gaga* exprimerait ses émotions, ses pensées dans le mouvement spontané : "La tâche de tous ceux qui pratiquent le *Gaga* est de chercher du sens à l'intérieur et d'affiner ainsi ses propres moyens d'expression."³⁸³ L'image agirait comme un contenant du matériel psychique inconscient qui peut émerger sans craindre d'être découvert³⁸⁴, ce qui renvoie aux réflexions de l'image-symbole de C.G. Jung.

³⁸⁰ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.33.

Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "For example when a dancer is required to hold in a difficult position, by means of *Gaga* images he can soften his body, in a kind of « inner movement » (...)"

³⁸¹ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.38.

³⁸² Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.52.

³⁸³ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.36

Traduction de l'auteurice de la thèse : "The task of everyone exercising *Gaga* is to look for the meaning inside and fine his/her own ways of expression".

³⁸⁴ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.94.

Une ancienne danseuse, précédemment atteinte de cancer, a retrouvé, grâce à la pratique quotidienne du *Gaga*, une réelle connexion avec le plaisir du corps : "(...) Je pense que ce langage (de mouvement) doit être proposé aux personnes ayant subi un traumatisme corporel. Le langage part du mouvement et pénètre à l'intérieur, il rétablit l'harmonie dans le système ; il m'a définitivement redonné le goût à la vie."³⁸⁵ La notion de plaisir est inhérente à la pratique du *Gaga* : plaisir du corps, d'être en mouvement, d'imaginer, de créer, de jouer.

La notion de plaisir somatique qui advient par le mouvement fait écho à la danse-thérapie. Benoit Lesage évoque Schilder pour qui la notion de plaisir en danse repose sur la capacité à se déployer au-delà des limites supposées du corps et à dépasser les rigidités corporelles souvent présentes dans la pathologie.³⁸⁶

La dimension du jeu parfois présente dans les images suggérées accroît cette dimension du plaisir, telle que l'image mentale "Faire l'idiot.e"³⁸⁷, qui renvoie à l'insouciance de l'enfance et invite à la création dansée dans un esprit ludique. D'après D. W. Winnicott, l'investissement du jeu est un signe de bonne santé mentale et un élément important dans le processus thérapeutique afin de dégager le moi des normes sociales pour accéder à davantage de vérité intérieure.³⁸⁸

Notons que le *Gaga* ne se revendique pas comme appartenant au champ de la danse-thérapie et ne relève d'aucune filiation psychothérapeutique ou psychanalytique mais Yossi Naharin déclare que la pratique du *Gaga* est particulièrement adaptée à un cadre danse-thérapeutique.³⁸⁹

Le *Gaga* et la danse-thérapie présentent des similitudes. L'utilisation du mouvement comme voie d'expression des émotions (ce qui était spontanément le cas dans les pratiques de

³⁸⁵ Anna Doberhean in Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.61.

Traduction de l'auteur de la thèse : "(...) I think this language has to be offered to people who experienced bodily trauma. The language starts from movement and enters inside, it returns the harmony into the system; it definitely gave me back the zest for life".

³⁸⁶ Lesage B., 1999, *Dialogue corporel et danse-thérapie, recueil de textes*, Des Aigles et Des Lunes, qui cite Schilder P., 1984, *L'image du corps*, Paris, Gallimard (TEL 53) (1^o ed 1935) p. 223.

³⁸⁷ Notes personnelles issues du Summer Intensive 2017 (*Gaga* + repertory of Naharin). Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Act foolish".

³⁸⁸ Winnicott D. W. , 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Payot, In Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.92.

³⁸⁹ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.39.

guérison païennes mais que la religion, avec la question du corps impur, et plus tard, la psychanalyse, avec la toute-puissance du verbe, ont annihilés), l'expérience des sensations comme source du développement physique et psychique du sujet, l'incitation à sortir des habitudes motrices pour développer ses capacités corporelles, l'inscription personnelle dans un processus de changement et de transformation sont des éléments communs au *Gaga* et à la danse-thérapie. Yossi Naharin écrit que "Lorsque nous prenons conscience d'un certain schéma, nous pouvons entamer un processus de changement et laisser derrière nous la forme (physique, mentale et spirituelle) qui le fixe et le limite, ce qui, à terme, peut créer une pathologie."³⁹⁰

Parmi les autres rapprochements que l'on peut observer entre la pratique du *Gaga* et la séance de danse-thérapie, notons la mise en place d'un cadre précis afin de créer un espace sécurisé qui ne tolère pas l'intrusion et qui offre l'espace nécessaire au développement des sensations et du corps³⁹¹ ainsi que l'absence de regard extérieur afin de garantir un espace d'expression libre tourné vers le sujet et dénué de jugement.

Cependant, le *Gaga* n'offre pas de cadre thérapeutique. La pratique ne se constitue pas d'après l'analyse du mouvement, l'analyse de la dynamique transférentielle et la relation thérapeutique. Dans la pratique du *Gaga*, il y a une rencontre avec différents *teacher* dans le but de découvrir plusieurs visions de la pratique et de créer un état de non-attachement.

La pratique du *Gaga* se penche sur un processus down-top où les images suggérées influencent le ressenti somatique. Mais qu'en est-il d'un dispositif qui n'utilise pas la suggestion d'images pour faciliter l'éveil du corps dansant ? Afin d'y répondre, nous vous proposons d'étudier la pratique du Mouvement Authentique.

7.2 Le Mouvement authentique.

Contrairement à la pratique du *Gaga* détaillée précédemment où il s'agit de suggérer des images, le Mouvement Authentique convoque les images mentales dans le mouvement en adoptant une posture d'attention aux images émergentes sans suggestion préalable. Le sujet en mouvement ne s'appuie pas sur la suggestion verbale d'une guide pour contacter ses propres

³⁹⁰ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.40.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "When we become aware of a certain pattern, we can start a process of change and leave behind the (physical, mental and spiritual) form that fixates and limits it, which in time may create pathology".

³⁹¹ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.50.

images et sensations. C'est en explorant sa propre psyché à travers le mouvement spontané que le contact avec les images opère. Des images intérieures prennent forme dans le mouvement, il n'y a pas de directives données : "La difficulté est alors de se laisser bouger plutôt que de bouger."³⁹²

Le Mouvement Authentique est une pratique holistique qui inclut les dimensions physiques, psychologiques, spirituelles, sociales, affectives et esthétiques du sujet.³⁹³ Le terme "authentique" renvoie à l'idée d'un mouvement singulier, personnel. Il ne s'agit pas de donner à voir des mouvements que d'aucuns qualifieraient de "vrais" ou "sincères" mais de chercher à incarner son mouvement sans intention, d'être au plus proche de soi dans le mouvement et en présence d'autrui : "(...) (le) but du Mouvement Authentique n'est pas d'apprendre à être plus authentique ou à produire des mouvements authentiques. Le but est d'apprendre à être soi-même en présence des autres (...)."³⁹⁴

En préambule, il est essentiel de signaler qu'il n'y a pas une pratique du Mouvement Authentique mais diverses sources et praticien.ne.s qui, tel un processus rhizomique, affichent une grande diversité des dispositifs et approches : "Le Mouvement Authentique peut être une discipline à part entière et peut être utilisé dans le cadre de nombreuses pratiques et enseignements différents. Les enseignant.e.s développent cette forme à leur manière.

Des pratiques telles que la méditation par le mouvement, la danse contemplative, la méthode du mouvement créatif ou la psychologie somatique utilisent le mouvement authentique dans le cadre de leur formation."³⁹⁵

³⁹² Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, dans : Lesage B., *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, pp. 335-344.

³⁹³ Stromsted T., 2009, Authentic Movement : A dance with the divine, *Body, Movement and Dance in Psychotherapy : An International Journal for Theory, Research and Practice*, 4:3, pp.201-213, p.201.

³⁹⁴ Goldhahn in Bacon, J., 2015, Authentic Movement A Field of Practices, *Journal for Dance and Somatic Practices*, 7(2), pp.205-216, p.212.
Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "(the) aim of Authentic Movement is not to learn how to be more authentic or how to produce authentic movements. The aim is to learn to be oneself in the presence of others (...)."

³⁹⁵ Reid, <http://authenticmovementcommunity.blogspot.co.uk/>, Accessed 28 September 2015 in Bacon, J., 2015, Authentic Movement: A field of practices, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.205-216, p.207.
Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "« Authentic Movement can be a discipline unto itself and can be used as a part of many different practices and teachings. Teachers develop the form in their own ways. Practices such as Movement Meditation, Contemplative Dance, Creative Movement Method, or Somatic Psychology use Authentic Movement as part of their training".

Le Mouvement Authentique peut s'envisager à l'aune de l'exploration artistique dans l'optique d'une relance de la créativité et peut s'utiliser comme un protocole du processus de création renforcé par l'absence de jugement qu'offre la pratique, à l'image des performances d'Allen and Preece³⁹⁶, MacMahon³⁹⁷, Van Sluizer³⁹⁸, etc.

D'autre part, le Mouvement Authentique peut être pratiqué dans une perspective thérapeutique, s'inscrire dans une démarche de développement personnel, soutenir les processus symboliques à l'oeuvre dans la construction identitaire et inviter au voyage spirituel comme le proposent les professeur.e.s, et / ou thérapeutes, Adler, Cahill³⁹⁹, Chodorow, Goldhahn, Halstrup⁴⁰⁰, Hartley⁴⁰¹, Stromsted.

Afin de rendre compte de cette pratique, il est nécessaire d'en parler depuis l'expérience du Mouvement Authentique et non pas comme d'une conception mentale ou d'un objet scientifique.

Ainsi, le choix de centrer ce chapitre sur l'histoire des pionnières Mary Starks Whitehouse et Janet Adler invite à observer cette pratique depuis leurs cheminements singuliers.

Dans les années 1950, Mary Starks Whitehouse, danseuse et enseignante, fonde la pratique du Mouvement Authentique, qu'elle nomme premièrement "*Movement-in-Depth*"⁴⁰² ou

³⁹⁶ Allen, J., & Preece, B., 2015, The moon as my witness, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.229-245.

³⁹⁷ Mahon, S. M., 2015, Holy dreaming—poetry and movement, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.359-363.

³⁹⁸ Van Sluizer, C., 2015, Art and poetry in authentic Movement, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.377-382.

³⁹⁹ Cahill, S., 2015, Tapestry of a clinician: Blending authentic movement and the internal family systems model, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp. 247-256.
Pratique du Mouvement Authentique en lien avec un modèle de psychothérapie familial (Richard Schwartz's Internal Family Systems).

⁴⁰⁰ Halstrup, I., 2015, To the bones—and through: the discipline of authentic movement and voice work, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.287-298.

Pratique de la voix dans le dispositif du Mouvement authentique : « Often sounding and moving are inseparable, inextricably linked as they unfold together through this precious process that is Authentic Movement » (Halstrup, p. 293).

Traduction de l'autrice de la thèse : "Souvent, le son et le mouvement sont inséparables, inextricablement liés lorsqu'ils se déploient ensemble à travers ce précieux processus qu'est le Mouvement Authentique".

⁴⁰¹ Hartley, L., 2015, Choice, surrender and transitions in Authentic Movement : Reflections on personal and teaching practice, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.299-312.

⁴⁰² Traduction de l'autrice de la thèse : "Mouvement en profondeur".

"*Movement Active Imagination*"⁴⁰³ en référence au concept d'Imagination Active de Carl Jung. Elle demande à ses danseur.se.s de se mouvoir les yeux fermés et d'observer ce qui émerge dans le mouvement.

La filiation avec la psychanalyse jungienne est particulièrement visible dans l'intérêt que porte M.S. Whitehouse à l'émergence des images et des sensations dans le mouvement comme dans l'immobilité. Pareil à C.G. Jung, M.S.Whitehouse avance que les images, sensations et émotions émergentes dans le mouvement sont des révélateurs de l'inconscient et ouvrent à une expérience transcendante : "Cela est lié au flux du matériel inconscient qui se révèle sous une forme physique."⁴⁰⁴

Mary S. Whitehouse écrit que le mouvement doit émerger des profondeurs du corps, en cela il s'extrait de la représentation. L'écoute profonde du corps et de la psyché favorise l'émergence du matériel personnel qui apparaît dans l'instant et ouvre les portes d'une profonde introspection : "Le Mouvement Authentique vous aide à accéder à l'expérience corporelle, aux émotions, aux images, à la vie intérieure."⁴⁰⁵ L'actualisation corporelle de l'expression profonde du monde interne, invisible, devient perceptible dans le monde externe, visible : "Pour Mary S. Whitehouse, l'expérience thérapeutique se plaçait sur la passerelle entre le mouvement interne et le mouvement externe exprimé avec authenticité."⁴⁰⁶ En contactant son "monde intérieur", le *mover* part à la rencontre de ses émotions, de ses images et de ses problématiques enfouies.⁴⁰⁷

Mary S. Whitehouse développe progressivement la pratique du Mouvement Authentique : elle se rend compte de l'importance du rôle du regard dans la relation avec ses danseur.euse.s.

Le fait de voir et d'être vu.e en mouvement prend de l'ampleur dans son approche.

⁴⁰³ Traduction de l'auteurice de la thèse : "L'imagination active en mouvement".

⁴⁰⁴ Starks Whitehouse M., 1956, « *Creative Expression in Physical Movement is Language without words* » in: Pallaro P., 1999, *Authentic Movement : Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, London, Jessica Kingsley, p. 20. Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "It has to do with the flow of the unconscious material coming out in physical form."

⁴⁰⁵ Stromsted T., *Dance/Movement Therapy: Authentic Movement*, ADTA talk : 1er novembre 2019, <https://www.youtube.com/watch?v=Zolfa6vTFqs>, consulté le 20/11/19. Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "(...) it helps giving you access, body experience, emotions, images, inner life."

⁴⁰⁶ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.91.

⁴⁰⁷ Stromsted T., 2009, *Authentic Movement : A dance with the divine, Body, Movement and Dance in Psychotherapy : An International Journal for Theory, Research and Practice*, 4:3, pp.201-213, p.202.

La danseuse et enseignante pose les bases d'une pratique invitant à l'exploration de soi en mouvement qui est ensuite développée par ses disciples, dont Janet Adler.⁴⁰⁸

Mary S. Whitehouse ne se proclame pas danse-thérapeute, elle choisit de pratiquer en studio de danse et n'investit pas les institutions de soins.

Elle s'adresse à un public de type névrosé et s'inscrit ainsi dans les champs du développement personnel, du processus de création et de la démarche spirituelle.⁴⁰⁹

Alors que Mary S. Whitehouse vieillit, elle devient malade et se déplace en fauteuil roulant. Janet Adler est alors l'une de ses élèves. Un jour que Mary S. Whitehouse est en incapacité de se mouvoir, Janet Adler la rejoint dans une petite pièce et danse avec elle, dans un échange duel.⁴¹⁰

Elles approfondissent toutes deux la pratique du Mouvement Authentique par cet échange en mouvement, inscrit dans une dimension dialogique, qui marque les prémisses des rôles de *mover* et de *witness*⁴¹¹. Cette expérience pousse Janet Adler à développer le rôle de témoin (*witness*) qui observe et accueille le mouvement de son partenaire, le/la danseur.euse (*mover*).

Dans les années 1970, Janet Adler, danse-thérapeute formée auprès de Marian Chace, confère au Mouvement Authentique une ouverture thérapeutique et pose les fondements de ce qu'elle nomme : "La Discipline du Mouvement Authentique."

Ainsi, elle approfondit le rôle du/de la *witness* : "(...) pour pouvoir se voir soi-même, l'être humain a besoin d'être vu et de pouvoir laisser voir certains aspects de son être en mouvement qu'il ignore lui-même."⁴¹²

⁴⁰⁸ Adler J., 2016, *Vers un corps conscient, La Discipline du Mouvement Authentique*, Editions Contredanse, p.12.

⁴⁰⁹ Adler J., 2016, *Vers un corps conscient, La Discipline du Mouvement Authentique*, Editions Contredanse, p.12.

⁴¹⁰ Cette histoire m'est transmise par Céline Gimbrere que je remercie sincèrement.

⁴¹¹ Les termes "*mover*", qui peut se traduire par "danseur.euse" et "*witness*", que nous pouvons désigner par "témoin", sont conservés en anglais car ils sont propres à la pratique.

⁴¹² Adler J., 2016, *Vers un corps conscient, La Discipline du Mouvement Authentique*, Editions Contredanse, p.13-14.

Témoignant d'un bagage professionnel en tant que danse-thérapeute auprès d'enfants autistes dans un cadre institutionnel⁴¹³, Janet Adler sait combien l'accompagnement, le fait d'être vu.e, de se sentir reconnu.e dans le regard de l'autre fonde la relation thérapeutique.

Elle crée alors la forme de la dyade pour pratiquer : Une personne nommée *mover*⁴¹⁴, se met en mouvement, les yeux fermés, pendant qu'une seconde personne est le *witness*⁴¹⁵ de sa danse.⁴¹⁶

L'action de fermer les yeux invite le.la *mover* à se concentrer sur son corps et à annihiler les informations extérieures pour mieux se tourner vers son monde intérieur.

Le.la *mover* ainsi centré.e sur son intériorité plonge dans un état d'écoute des images, sensations, émotions, souvenirs qui le.la traversent. Il n'y a pas de musique afin d'accueillir sa propre musicalité corporelle, ses propres rythmes émergents.

Le.la *mover* écoute et exprime corporellement en mouvement "(...) les impulsions qui émergent dans l'instant"⁴¹⁷ tandis que sa.son partenaire, le.la *witness*, la.le contient du regard, immobile.

Le rôle de *witness* s'inscrit dans un double-mouvement : il.elle est dépositaire de l'expérience du.de la *mover* tout autant que de sa propre expérience (ses sensations, images et émotions qui lui parviennent lorsqu'il.elle observe le.la *mover*).

Le développement du rôle du.de la *witness* se précise lors des échanges entre Janet Adler et le psychologue John Weir⁴¹⁸ qui s'intéresse particulièrement à la notion de responsabilité individuelle dans la cure : "(...) l'encouragement à ne parler qu'à partir de sa propre expérience, à s'exprimer à la première personne et au temps présent, ainsi que l'accent mis sur

⁴¹³ A ce propos, voir le documentaire "*Looking for me*" qui relate son travail avec les enfants autistes, Expressive Media Inc., 1968.

⁴¹⁵ "témoin", idem.

⁴¹⁶ Adler, J., 1999, *The Collective Body*, in: Pallaro P., *Authentic Movement : Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, London, Jessica Kingsley, p. 142.

⁴¹⁷ Adler J., 2016, *Vers un corps conscient, La Discipline du Mouvement Authentique*, Editions Contredanse, p.8.

⁴¹⁸ John Weir s'inscrit dans le mouvement Palo Alto et porte son intérêt sur les thérapies holistiques où psyché et corps dialoguent parmi lesquelles : la Gestalt thérapie, la bioénergie, le concept d'armure musculaire de Wilhelm Reich, l'approche non directive de Carl Rogers.

In Adler J., 2016, *Vers un corps conscient, La Discipline du Mouvement Authentique*, Editions Contredanse, p.14.

l'importance d'être témoin, de bénéficier de la présence des autres pour reconnaître et donner valeur à un vécu relaté face au groupe."⁴¹⁹

Dans la Discipline du Mouvement Authentique de Janet Adler, un temps de partage verbal peut être envisagé suite à l'expérience en mouvement. Janet Adler reprend la réflexion de John Weir qu'elle applique au Mouvement Authentique en indiquant : "Le.la danseur.euse parle en première.e."⁴²⁰ Janet Adler s'aperçoit que le *witness* peut projeter de sa propre histoire sur l'expérience du *mover* lors de l'échange verbal, aussi elle préfère circonscrire la parole au *mover* dans un premier temps. Elle crée également le rôle de témoin silencieux (*the silent witness*). Le.la *mover* exprime ce qui a pu le.la traverser (images, sensations, etc) sans que le *witness* n'émette de commentaires ou de jugements sur ce qu'il.elle a vu, celui.celle-ci restant silencieux.se.⁴²¹ La position particulière du *témoin silencieux*⁴²² vise à s'émanciper des phénomènes d'interprétation, de projection et de jugement.

Dans ce cadre, l'expérience est intériorisée et tend à l'individuation, le.la *witness* est présent "sans être envahissant ni 'agissant'."⁴²³ Le rôle du.de la *silent witness* est de garantir un espace sécurisé pour le.la *mover* afin que celui.celle-ci se laisse aller à son expérience dans le moment présent sans être gêné.e par l'environnement ou par d'éventuels jugements. Pour le témoin silencieux, c'est aussi l'opportunité de se confronter à ses propres projections et jugements qui émergent.

Ainsi, le temps d'échange permet de relier l'expérience du corps à la conscience. Le parallèle avec la cure psychothérapeutique est envisageable, il s'agit de travailler verbalement à la prise de conscience des parts immergées inconscientes de l'appareil psychique pour le témoin autant que pour le *mover*.

L'intérêt de cette pratique est la liberté offerte au.à la pratiquant.e : il n'y a pas d'attentes ni d'évaluation de la part de la professeur.e / guide ou des autres participant.e.s.⁴²⁴

⁴¹⁹ Adler J., 2016, *Vers un corps conscient, La Discipline du Mouvement Authentique*, Editions Contredanse, p.14.

⁴²⁰ Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "The mover speaks first."

⁴²¹ traduction l'autrice de la thèse : "Le.la témoin silencieux.euse."

⁴²² "the silent witness".

⁴²³ A propos de M.S. Whitehouse : Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.92.

⁴²⁴ Pallaro P.,1999, *Authentic Movement : Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, London, Jessica Kingsley.

La.le guide assure le cadre de l'expérience, peut parfois faciliter l'expression corporelle et verbale si besoin mais s'abstient d'interpréter. Le cadre vise à créer un espace sécurisé : il n'y a pas d'expectatives concernant le mouvement si ce n'est la sécurité physique et psychique des participant.e.s.

Le.la *witness* reste présent.e, est garant.e de l'espace et du temps, et s'inscrit dans un regard bienveillant et non jugeant tandis que le.la *mover* s'exprime librement dans le mouvement ou l'immobilité. Ce cadre instaure les bases sécurisées que requiert l'exploration de l'inconscient.⁴²⁵

Le rôle du.de la témoin dans la relation thérapeutique de la Discipline du Mouvement Authentique est fondamental : "Les utilisations cliniques du Mouvement Authentique permettent aux client.e.s d'être vu.e.s et accepté.es alors qu'ils.elles sont profondément plongé.e.s dans l'écoute d'eux.elles-mêmes, et qu'ils.elles prennent le risque de ressentir des sentiments, pensées et images inconnus."⁴²⁶ La nécessité d'être vu.e, écouté.e et reconnu.e par autrui fait lien avec le rapport d'attachement primaire de la mère à l'enfant : "L'attention sensible, le miroir et la présence compatissante du témoin peuvent aider à promouvoir un attachement sain et la corégulation des affects."⁴²⁷

Ainsi, des phénomènes de régression peuvent apparaître et s'inscrivent dans le processus thérapeutique : "Le Mouvement Authentique permet une régression profonde au niveau personnel, ce qui se traduit par une intégration véritablement incarnée qui conduit à une augmentation du sentiment de bien-être ressenti."⁴²⁸

⁴²⁵ Musicant, S., 2001, Authentic movement: Clinical considerations, *American Journal of Dance Therapy*, 23(1), pp.17-28, p.26.

⁴²⁶ Musicant, S., 2001, Authentic movement: Clinical considerations. *American Journal of Dance Therapy*, 23(1), pp.17-28, p.27.
Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "The clinical uses of authentic movement allow clients to be seen and accepted while they listen deeply to themselves, and while they risk experiencing unknown feelings, thoughts, and images."

⁴²⁷ Stromsted T., 2009, Authentic Movement : A dance with the divine, *Body, Movement and Dance in Psychotherapy : An International Journal for Theory, Research and Practice*, 4:3, pp.201-213, p.209.
Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "The witness's sensitive attending, mirroring and compassionate presence can assist in promoting healthy attachment and affect co-regulation."

⁴²⁸ Payne, H., 2006, p.169, The body and container and expressor: Authentic movement in the development of wellbeing in our bodymindspirit, in: Corrigan, J., Payne, H. and Wilkinson, H., *About a Body: Working with the Embodied Mind in Psychotherapy*, London/ New York, Routledge.
Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "Authentic movement enables a deep regression at a personal level resulting in a truly embodied integration which leads to an increase in the felt sense of wellbeing."

La dyade *mover-witness* permet de mettre au travail la relation contre-transférentielle à l'oeuvre dans le processus thérapeutique.⁴²⁹

Les principes de non-jugement et de regard bienveillant rappellent la notion d'acceptation inconditionnelle développée par le psychologue humaniste Carl Rogers.⁴³⁰ Il s'agit de s'inscrire dans une recherche intime de soi en mouvement : "Quand le mouvement est vrai pour soi."⁴³¹

Le.la *witness* contient l'expérience du *mover* en aiguisant un double-regard sur son *mover* et sur lui.elle-même. Le.la *witness* laisse résonner en lui.elle l'expérience du.de la danseur.euse : "Le.la témoin apprend à cultiver sa capacité à être attentif.ve à son expérience intérieure tout en étant touché.e par ce qu'il.elle voit et ressent."⁴³²

Dans le cadre de la Discipline du mouvement Authentique de Janet Adler, c'est seulement après avoir pratiqué longtemps que le *witness* est autorisé à refléter le mouvement du *mover* par une parole, une image, un mouvement, à la condition que le *mover* le demande.

Le temps d'échange verbal qui succède à l'expérience du mouvement poursuit le travail d'élaboration psychique et de conscience en favorisant une mise en mots claire et profonde : "Pour la.le danseur.euse et le.la témoin, l'intention vers la pratique d'une parole réfléchie et impeccable est essentielle au développement de la discipline, au développement de la conscience."⁴³³ La prise de parole en tant que *mover* ou *witness* dessine un chemin vers l'individuation :

⁴²⁹ Dosamantes-Beaudry, I., October 2007, Somatic Transference and Countertransference in Psychoanalytic Intersubjective Dance/Movement Therapy, *American Journal of Dance Therapy* 29(2), pp.73-89.

⁴³⁰ Payne, H., 2006, pages 162-180, p.169 In: Corrigan, J., Payne, H. and Wilkinson, H., *About a Body: Working with the Embodied Mind in Psychotherapy*, London/New York, Routledge.

⁴³¹ Comme l'évoque Janet Adler dans une de ses récentes sessions de la Discipline du Mouvement Authentique, propos rapportés par Céline Gimbrere lors de notre conversation du 10/05/21.

Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "When movement is true to yourself".

⁴³² Carroll R., 2001, *Authentic Movement : Embodying the individual and the collective psyche*, <http://www.yobeely.f2s.com/articles/authmovement.html>, consulté le 4 octobre 2019.

Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "The witness learns to cultivate their capacity to attend to the inner experience, as they are stirred by what they see and feel."

⁴³³ Adler, J., 2015, The Mandorla and the Discipline of Authentic Movement, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.217-227, p.221.

Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "For both mover and witness, the intention toward the practice of thoughtful, impeccable speech, is central to the development of the discipline, to the development of consciousness."

"Les témoins qui parlent apprennent à discerner -
ce qu'il faut contenir
Ce qu'il faut dire
comment dire
comment
se sentir connecté
en parlant
comment
avec empathie
accompagner
le.la danseur.euse
En s'asseyant
en présence
les yeux ouverts."⁴³⁴

⁴³⁴ Adler, J., 2015, The Mandorla and the Discipline of Authentic Movement, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.217–227, p.223. Ce paragraphe est restitué dans le respect de sa forme originale.

Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original :

« Speaking witnesses learn to discern –
what to contain
what to speak
how to speak
how
to feel connected
while speaking
how
to empathically
accompany
the mover
sitting
in presence
eyes open" »

La création de la notion de témoin intérieur (*inner witness*) distingue également la Discipline du Mouvement Authentique adlérienne de la pratique du Mouvement Authentique de Mary Starks Whitehouse.

D'après Janet Adler, l'éveil du témoin intérieur se construit par l'accueil méditatif des pensées, sensations, images, sentiments, émotions, mouvements et éventuels jugements qui émergent dans l'expérience du Mouvement Authentique. L'éveil du témoin intérieur participe à la mise en forme consciente du matériel émergent.⁴³⁵ Le témoin intérieur se développe autant chez le *mover* que chez le *witness*.

La notion de témoin intérieur renvoie à l'idée d'être objet et sujet dans un même instant : "C'est la capacité d'être présent.e à soi-même, de regarder et de faire, d'être non seulement en fusion ou "dans" la matière qui se présente, mais aussi d'être "avec" le mouvement que nous faisons. De cette façon, nous sommes simultanément sujet et objet de nous-mêmes."⁴³⁶

Le travail d'édification du témoin intérieur concoure au développement de l'espace interne personnel, nécessaire à l'exploration du psychisme en profondeur : "Ainsi, au fil du temps, ce témoin interne devient à la fois plus fort et s'accepte mieux, illustrant une manière particulière d'être par rapport à soi-même : observateur.trice, compatissant.e, respectueux.se et curieux.se. Toutes ces qualités permettent d'instaurer un climat de sécurité qui favorise le travail sur ces problématiques profondes."⁴³⁷ Selon Janet Adler, l'expérience du témoin intérieur invite à un niveau d'appréhension du monde profond d'où émerge une certaine clarté.⁴³⁸

Ce double-mouvement entre attention interne et externe rappelle la démarche phénoménologique où il s'agit d'être dans un état d'observation des phénomènes tout en les percevant.

⁴³⁵ Payne, H., 2006, pages 162-180 In: Corrigan, J., Payne, H. and Wilkinson, H., *About a Body: Working with the Embodied Mind in Psychotherapy*, London/New York, Routledge.

⁴³⁶ Bacon, J., 2015, Authentic Movement A Field of Practices, *Journal for Dance and Somatic Practices*, 7(2), pp.205-216, p.210.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "It is the ability to be present to oneself, to watch as well as do, to not only be merged or 'in' the material that arises but also to be 'with' the movement that we are doing. In this way we are simultaneously both subject and object to ourselves."

⁴³⁷ Musicant, S., 2001, Authentic movement: Clinical considerations. *American Journal of Dance Therapy*, 23(1), pp.17-28, p.25-26.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Thus, over time, this internal witness becomes both stronger and more self-accepting, exemplifying a particular way of being with regard to the self; observing, compassionate, respectful, and curious. All of these qualities allow for an atmosphere of safety that supports working on issues in-depth."

⁴³⁸ Adler J., 2016, *Vers un corps conscient, La Discipline du Mouvement Authentique*, Editions Contredanse.

Janet Adler témoigne des possibilités d'expérience symbiotique, où le témoin intérieur du.de la *witness* et et du.de la *mover* se rencontrent : Le.la "(...) témoin connaît consciemment l'expérience du. de la danseur.euse parce que c'est son expérience au même moment."⁴³⁹ Contrairement à l'expérience fusionnelle où deux êtres se mêlent sans distinction, Janet Adler évoque une expérience où deux individualités se rencontrent dans un même espace-temps : "Il ne s'agit pas d'un moment de fusion, mais d'une présence dans leurs deux témoins internes."⁴⁴⁰

Après avoir créé la forme de la dyade pour pratiquer, Janet Adler développe également d'autres formes groupales. Plusieurs étapes de mise en jeu du groupe dans l'expérience de la Discipline du Mouvement Authentique constituent ce qu'elle nomme "le corps collectif".

Lorsque le.la *mover* est expérimenté.e et témoigne d'un développement solide de son témoin intérieur, alors il.elle peut s'émanciper de la dyade pour faire l'expérience du "*Breathing circle*", l'une de premières étapes du "corps collectif".

Lors du *Breathing Circle*, les pratiquant.e.s décident librement s'ils.elles souhaitent être *witness* ou *mover* et le communiquent au groupe. La dimension dyadique se diffuse dans le groupe : un *mover* peut être vu par un ou plusieurs *witness*, et un *witness* peut regarder un ou plusieurs *mover*. Le regard se déplace de la dyade où il s'agit d'observer un.e partenaire pour se porter sur le groupe.

Une autre forme groupale nommée "*Long circle*" représente aussi une étape du développement du "corps collectif". Les participant.e.s choisissent d'être *mover* ou *witness* sans l'annoncer verbalement, en entrant dans le cercle de danse pour les *mover* ou en restant en périphérie pour les *witness*, avec la possibilité de passer d'un rôle à l'autre, à leur gré, durant le temps de l'expérience. Par exemple, un *mover* peut décider de se rasseoir en périphérie du cercle de danse et devient ensuite *witness*. Janet Adler découvre que cette forme groupale peut être difficile sur le plan de la concentration dans le passage d'un rôle à l'autre alors elle y met finalement un terme.

⁴³⁹ Adler, J., 2002, *Offering from the conscious body*, Vermont, Inner Traditions, p.89
Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "(...) witness consciously knows the experience of the mover because it is her experience at the same moment."

⁴⁴⁰ Payne, H., 2006, pages 162-180, p.169 In: Corrigan, J., Payne, H. and Wilkinson, H., *About a Body: Working with the Embodied Mind in Psychotherapy*, London/New York, Routledge.
Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "It is not a moment of merging; but of a presence in both their internal witnesses."

"*Declaration circle*" est la dernière forme groupale créée par Janet Adler. Chaque participant.e "déclare" au groupe s'il.elle choisit d'être *mover* en faisant un pas en avant ou *witness* en reculant d'un pas. Les participant.e.s ne se regardent pas, ne se parlent pas et commencent directement l'expérience. Chaque participant.e reste dans le même rôle tout au long du *Declaration circle*.⁴⁴¹

Les étapes groupales citées précédemment sont corrélées au développement de la conscience du sujet depuis son "expérience directe"⁴⁴² de la pratique. Ces étapes interviennent lorsque le sujet est prêt à les explorer.

Depuis quelques années, Janet Adler envisage la pratique de la Discipline du Mouvement Authentique sous l'angle de la mystique et l'inscrit dans une démarche spirituelle : "Les racines inséparables de cette discipline sont les pratiques mystiques, les traditions de guérison et la danse. Portail vers la guérison des blessures du cœur, portail vers l'expérience directe du numineux, le corps en mouvement invite à un réveil - convoquant l'âme humaine vers un retour, une réunion avec l'éternel."⁴⁴³

Janet Adler promulgue l'écoute et la compassion de soi, d'autrui et du monde dans l'idée d'une relation intra-personnelle, interpersonnelle, et transpersonnelle. Pareil au rôle du témoin intérieur qu'elle développe, elle entend poser un regard dénué de jugement sur soi, autrui et le monde.

Tina Stromsted insiste sur le caractère transpersonnel du Mouvement Authentique : la pratique corporelle invite à une approche spirituelle. Elle voit dans l'émergence des images une possible retranscription des archétypes sociétaux qui traversent les continents et les siècles : "Grâce à ce processus, nous sommes reconnectés aux ressources instinctives plus profondes et à l'intelligence spirituelle qui résident dans la structure moléculaire des cellules,

⁴⁴¹ Gimbrere C., Conversation privée.

⁴⁴² Gimbrere C., conversation privée.
Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "the direct experience".

⁴⁴³ Adler, J., 2015, The Mandorla and the Discipline of Authentic Movement, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.217–227, p.218.
Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "The inseparable root systems of the discipline are mystical practices, healing traditions, and dance. Portal to healing wounds of the heart, portal to direct experience of the numinous, the moving body invites an awakening – summoning the human soul toward a return, a reunion with the eternal."

et récupèrent les parties non vécues de notre nature aux niveaux intrapersonnel, interpersonnel et transpersonnel."⁴⁴⁴

Les images archétypiques qui émergent dans l'expérience du mouvement renvoient au concept jungien d'inconscient collectif qui lie l'expérience individuelle aux images archaïques et collectives : "(...) les fantasmes guidés par des régulateurs inconscients coïncident avec les registres de l'activité mentale de l'homme telle qu'ils nous sont connus par la tradition et les recherches ethnologiques."⁴⁴⁵ Janet Adler explore la dimension d'inconscient collectif dans la Discipline du Mouvement Authentique en se penchant sur les motifs qui émergent du groupe, du "corps collectif"⁴⁴⁶.

Dans la Discipline du Mouvement Authentique de Janet Adler, le personnel et le transpersonnel sont reliés dans une même expérience somatique : "Avec une pratique et une étude continues, les domaines personnels et transpersonnels ne sont pas vécus séparément."⁴⁴⁷

La spiritualité de la Discipline du Mouvement Authentique s'inscrit dans une recherche du sacré, de l'universalité, de la transmission. Le principe d'écologie intérieure ouvre à une prise de conscience environnementale : "Notre planète ravagée a également besoin de notre conscience et de notre compassion, car notre attitude envers notre corps reflète notre relation avec le corps de la Terre."⁴⁴⁸

⁴⁴⁴ Stromsted T., 2009, *Authentic Movement: A dance with the divine, Body, Movement and Dance in Psychotherapy: An International Journal for Theory, Research and Practice*, 4:3, pp.201-213, p.201.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Through the process we are reconnected with deeper instinctual resources and spiritual intelligence that dwell in the molecular structure of the cells, and recover un-lived parts of our nature on intrapersonal, interpersonal and transpersonal levels."

⁴⁴⁵ Jung, C. G., 1960, *Collected Works. Vol. 8. The structure and dynamics of the psyche*, Pantheon, p.203.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "(...) fantasies guided by unconscious regulators coincide with the records of man's mental activity as known to us from tradition and ethnological research."

⁴⁴⁶ Adler, J. [1987] 1994, 'The collective body,' in Pallaro P., 2009, *Authentic Movement: Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler, & Joan Chodorow*, London: Jessica Kingsley Publishers, pp. 190-209.

⁴⁴⁷ Adler, J., 2015, *The Mandorla and the Discipline of Authentic Movement, Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.217-227, p.218.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "With continued practice and study the personal realms and the transpersonal realms are not experienced as separate."

⁴⁴⁸ Stromsted T., 2009, *Authentic Movement: A dance with the divine, Body, Movement and Dance in Psychotherapy: An International Journal for Theory, Research and Practice*, 4:3, pp.201-213, p.210.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Our ravaged planet also needs our awareness and compassion, as our attitude toward our body mirrors our relationship with the Earth's Body."

Tina Stromsted raconte les sensations que lui procurait le fait de danser dans les champs lorsqu'elle était enfant : "Je pouvais ressentir les différentes formes d'intelligence que la nature exprime, et comment mon corps est une partie de ce corps plus large."⁴⁴⁹ Elle les rapproche de son expérience en Mouvement Authentique, qu'elle qualifie de voie privilégiée d'accès au divin.⁴⁵⁰

Pour plonger dans l'expérience du Mouvement Authentique, la capacité d'introspection est requise afin de faire émerger un nouvel état d'être au monde. Le Mouvement Authentique favoriserait un processus transformatif en recueillant par le mode de l'expression artistique ce que les images (rêves, souvenirs, visions) peuvent symboliser de notre fonctionnement inconscient.⁴⁵¹

La confrontation avec le matériel inconscient et sa mise en forme dans le mouvement permet l'intégration des parts invisibles de soi dans un but thérapeutique : "Le corps est la maison des sentiments, la maison de la mémoire. Pour guérir, nous devons y avoir accès."⁴⁵²

De récentes études tendent à évaluer l'efficacité thérapeutique du Mouvement Authentique. Dans sa recherche datée de 2012, J.F Tantia démontre que le Mouvement Authentique contribue à l'équilibre du système nerveux autonome (SNA) par la constante harmonisation entre système parasympathique et sympathique pendant et après la pratique.⁴⁵³

Selon l'auteure de cette recherche, le Mouvement Authentique participerait donc à la régulation émotionnelle du point de vue physiologique.

La danse-thérapeute Tina Stromfield propose une pratique de Mouvement Authentique à des femmes atteintes de cancer du sein ayant subi des mastectomies. Nombreuses sont celles qui,

⁴⁴⁹ Stromsted T., 2015, Authentic Movement and the evolution of Soul's Body® Work, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), 339–357, p.341.

Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "I could sense the different shapes of intelligence that nature expresses, and how my body is a part of that larger body".

⁴⁵⁰ Stromsted T., 2009, Authentic Movement: A dance with the divine, *Body, Movement and Dance in Psychotherapy: An International Journal for Theory, Research and Practice*, 4:3, pp.201-213.

⁴⁵¹ Adler J., 2016, *Vers un corps conscient, La Discipline du Mouvement Authentique*, Editions Contredanse, p.12.

⁴⁵² Stromsted T., *Dance/Movement Therapy: Authentic Movement*, ADTA talk : 1er novembre 2019, <https://www.youtube.com/watch?v=Zolfa6vTFqs>, consulté le 20/11/19.

Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "The body is the home of feeling ; the house of memory. To heal, we need access to it."

⁴⁵³ Tantia, J. F., 2012, Authentic movement and the autonomic nervous system: A preliminary investigation, *American Journal of Dance Therapy*, 34(1), pp.53–73.

en bloquant l'accès à leurs corps suite à leur expérience de la maladie et de la chirurgie, se sont aussi éloignées des sensations kinesthésiques de plaisir. Tina Stromsted raconte que le Mouvement Authentique les invite à ré-incarner leurs corps de femme tout en accueillant les angoisses liées à leurs traumatismes : "(...) à travers l'énaction spontanée que le Mouvement Authentique favorise, la peur, l'aliénation et la honte ont été remplacées par un sentiment d'autonomisation, de respect et d'attention."⁴⁵⁴

I. Bräuninger mène une étude⁴⁵⁵ auprès de patient.e.s souffrant de stress chronique et observe que l'utilisation du Mouvement Authentique permet de créer du lien social : "Le Mouvement Authentique est positivement corrélé à la compétence sociale."⁴⁵⁶ Cependant, elle note que la pratique rehausse la sensation d'anxiété phobique : "(...) la sensibilité interpersonnelle et l'anxiété phobique ont augmenté lorsque le Mouvement Authentique était utilisé."⁴⁵⁷

C'est pourquoi elle préconise l'usage du Mouvement Authentique auprès de personnes psychologiquement peu souffrantes : "Il peut être conseillé d'appliquer cette technique uniquement avec les clients possédant des capacités de défense personnelle et non à ceux avec des troubles de la personnalité."⁴⁵⁸

Le Mouvement Authentique est actuellement utilisé comme pratique thérapeutique auprès d'adultes anxieux, en proie à des addictions, ayant subi des abus (sexuels, physiques,

⁴⁵⁴ Stromsted T., 2009, Authentic Movement : A dance with the divine, *Body, Movement and Dance in Psychotherapy : An International Journal for Theory, Research and Practice*, 4:3, pp.201-213, p.203.

Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "(...) through the spontaneous enactment that Authentic Movement fosters, fear, alienation, and shame were replaced by a sense of empowerment, respect, and care."

⁴⁵⁵ Bräuninger, I., 2014, Specific dance movement therapy interventions – which are successful? An intervention and correlation study, *The Arts in Psychotherapy*, 41(5), pp.445–457.

⁴⁵⁶ Bräuninger, I., 2014, Specific dance movement therapy interventions – which are successful? An intervention and correlation study, *The Arts in Psychotherapy*, 41(5), pp.445–457, p.452. Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "Authentic Movement positively correlated to Social Competence".

⁴⁵⁷ Bräuninger, I., 2014, Specific dance movement therapy interventions – which are successful? An intervention and correlation study, *The Arts in Psychotherapy*, 41(5), pp.445–457, p.452. Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "(...) interpersonal Sensitivity and Phobic Anxiety increased when Authentic Movement was applied."

⁴⁵⁸ Bräuninger, I., 2014, Specific dance movement therapy interventions – which are successful? An intervention and correlation study, *The Arts in Psychotherapy*, 41(5), pp.445–457, p.452. Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "It may be advisable only to apply this technique to clients with strong self-defense and not to those with avoidant personalities".

psychologiques, etc.), souffrant de troubles du comportement ou dans le cadre d'une réhabilitation physique suite à un accident ou un traumatisme.

Or, cette pratique ne semble pas appropriée pour des patient.e.s psychotiques dont l'état de conscience peut être altéré. La "plongée dans ses profondeurs" peut venir soutenir une perte d'ancrage dans la réalité chez les patient.e.s souffrant de psychoses, souvent en proie à la confusion entre réalité et fantasme.⁴⁵⁹ D'autre part, le Mouvement Authentique requiert une capacité d'introspection et n'est de ce fait pas adapté pour des sujets ayant besoin du support psychique d'autrui.

Les exemples précédemment cités nous montrent que le Mouvement Authentique peut être convoqué dans une approche spirituelle, dans un cadre psychothérapeutique, dans des pratiques méditatives et somatiques ou comme outil d'expression artistique.⁴⁶⁰

Nous pouvons conclure la présentation de ces deux pratiques que sont le *Gaga* et le Mouvement Authentique en confirmant leur capacité à plonger le sujet dans un état de profonde écoute somatique d'où émergent des images, des sensations, des mouvements.

En cela, nous remarquons un lien avec l'émergence qui étudie le surgissement de ces émergences, que nous nommerons *phantasia*.

⁴⁵⁹ Bender S., 1990, Von innen bewegt : Authentische Bewegung (Moving from the inside : Authentic Movement), *Tant Aktuell*, 9, pp.5-37.

Pallaro P., 1999, *Authentic Movement - Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, Jessica Kingsley Publishers.

Bender S., Fiedler I., 2013a, Authentische Bewegung : Die Suche nach dem Selbst. Teil 1 : Die Methode (Authentic movement : The search for the Self. Part 1 : The method), *KÖrper - Tanz - Bewegung*, 1 (1), pp.28-34.

⁴⁶⁰ Stromsted T., 2009, Authentic Movement : A dance with the divine, *Body, Movement and Dance in Psychotherapy : An International Journal for Theory, Research and Practice*, 4:3, pp.201-213, p.201.

III. Concepts théoriques : Émersiologie et corps capacitaire en danse.

1. Emersiologie.

L'émersiologie est un concept philosophique, créé par le philosophe du corps Bernard Andrieu, qui tend à explorer l'activité du corps vivant (biologique, physique, sensori-moteur) et son prolongement dans le corps vécu (image du corps) en éveillant des sensations jusqu'à pénétrer le seuil de la conscience, le corps décrit. Le cheminement embrasse un caractère involontaire. Le corps vivant émerge spontanément, emplit les sensations et se porte jusqu'à la conscience. Ces trois dimensions du corps, en constante interaction, témoignent d'une certaine plasticité.

Le corps vivant ne se définit pas uniquement par ses données biologiques, physiologiques et motrices, il est également le siège de la vie affective dont il rend compte par l'émersion : "L'activité du corps vivant vient modifier nos états de conscience en fonction de ses humeurs, de son énergie ou de ses réactions."⁴⁶¹

Le corps vivant désigne une dense activité souterraine visible par exemple à travers les études des neurones-miroirs, les mouvements réflexes, l'inconscient, l'empathie inter-corporelle, le retard de 450 millisecondes que peut avoir la conscience sur l'activité du cerveau, les gestes involontaires, etc. Cette activité immergée, invisible à la perception et à la conscience, déclenche nos mouvements, nos émotions, nos pensées.⁴⁶²

Le corps vécu désigne la perception, la représentation du corps et de ses capacités par le sujet : "Le corps vécu est cette dimension subjective dont la parole peut dresser le récit par la conscience que le sujet peut avoir de sa situation."⁴⁶³ Les informations du corps vécu sont

⁴⁶¹ Da Nobrega P., Schirrer, M., Legendre, A. & Andrieu, B., 2017, Sentir le vivant de son corps : trois degrés d'éveil de la conscience, *Staps*, 117-118(3), pp. 39-57.

⁴⁶² Andrieu B., 2017, Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables, *Recherches & Éducatons Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.

⁴⁶³ Andrieu B., 2017, Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables, *Recherches & Éducatons Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.

conditionnées par les représentations culturelles, les croyances et orientent subjectivement le discours du sujet sur son propre vécu, sur l'image qu'il se représente de son corps. L'image du corps est intentionnelle et consciente.⁴⁶⁴

Le corps décrit désigne le corps analysé par la conscience et renvoie à l'idée du monde, de la culture et de la normativité.

L'émersiologie caractérise le dialogue entre le corps vivant, le corps vécu et le corps décrit selon les processus d'écologisation et d'éveil. L'écologisation provoque l'immersion du corps vivant dans un milieu, une technique, un état. Le principe d'écologisation fait écho à la démarche descendante, *top-down*, dont les sciences du vécu ont rendu compte (psychanalyse, phénoménologie, psychologie, anthropologie, sociologie, etc) à travers, par exemple, les études de l'inconscient : rêves, symboles, images mentales, émotions, etc.⁴⁶⁵ L'écologisation est usitée dans les pratiques d'immersion du corps telles que la "pleine conscience" (*mindfulness*) que l'on retrouve dans le yoga ou la méditation où il s'agit de porter son attention consciemment sur le corps.

L'émersiologie se distingue des sciences du corps vécu pour aborder l'activité du corps vivant ainsi que la manière dont il influe sur le corps vécu et le corps décrit. L'émergence définit un cheminement *bottom-up*, c'est l'éveil. Le terme "éveil" désigne l'activité du corps vivant en action avant la perception ou la conscience : "L'éveil est l'émergence de ce qui a été activé dans le corps vivant et qui accède à la conscience involontairement ou par un travail d'attention et de vigilance à ce qui survient."⁴⁶⁶

Le processus d'éveil, c'est-à-dire l'émergence depuis le corps vivant de mouvements incontrôlés ou inconscients, de réflexes, de phénomènes biologiques (maladie, vertige, tremblements, etc), d'émotions physiques (pleurs, rires, orgasme, etc) génère des informations sensibles dans le corps vécu jusqu'à parvenir à une transcription consciente partielle : "L'émergence est le mouvement involontaire dans notre corps des réseaux, humeurs et images dont notre conscience ne connaît que la partie émergée".⁴⁶⁷ Le passage d'une transcription des

⁴⁶⁴ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris.

⁴⁶⁵ Andrieu B., 2017, Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables, *Recherches & Éducatives Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.

⁴⁶⁶ Da Nobrega P., Schirrer, M., Legendre, A. & Andrieu, B., 2017, Sentir le vivant de son corps : trois degrés d'éveil de la conscience, *Staps*, 117-118(3), p.43.

⁴⁶⁷ Andrieu B., Burel N., 2014, La communication directe du corps vivant. Une émersiologie en première personne, *Hermès, La Revue- Cognition, communication, politique*, CNRS-Éditions, 68, pp.46-52, p.48.

données du corps vivant à la conscience souffre d'une réduction. Le récit en première personne est limité par la perception et le langage pour décrire l'expérience du vivant.⁴⁶⁸

Le recueil des données du vivant est rendu difficile par l'impossibilité de le transcrire fidèlement : "S'écrire depuis l'intérieur de sa chair (Obarrio 2014 : 34), depuis son cancer par exemple, implique donc une difficulté méthodologique et ontologique pour établir ce qui serait une transparence et une continuité entre le corps vivant et la conscience que le sujet en a, dans son corps vécu."⁴⁶⁹

L'étude émergiologique se base sur ce biais méthodologique entre l'activité de mon corps vivant et ce que je peux en raconter dans mon vécu. Les verbatim et la lecture du mouvement sont autant d'outils de mesure des modifications du corps vivant bien qu'ils restent limités. L'expérience du corps vécu étant subjective, l'interprétation des perceptions et leur inscription en mémoire dépend du sujet. Ajoutons à ce biais subjectif, la valeur temporelle qui inscrit le vivant dans un temps présent alors que le vécu repose sur des données sensorielles et imagées provenant du passé.⁴⁷⁰ La subjectivité du sujet, son appréciation du temps et sa capacité à l'estimer influencent la valeur temporelle du vivant.

Le corps vivant émerge en raison des informations internes du corps ou par l'écologisation avec son milieu, une technique, une pratique, une stimulation externe.⁴⁷¹ Des pratiques du corps peuvent éveiller le corps vivant en déconstruisant l'habitus corporel et en proposant un cadre contenant l'émergence : "Éveiller son corps vivant par des techniques du corps suppose de pouvoir l'activer en le plaçant dans des situations vivifiantes qui déconstruisent le schéma corporel habituel. Plutôt que de lâcher prise dans une situation de perte de contrôle, il s'agit de déclencher l'émergence en laissant passer l'involontaire et l'inconscient tout en ne s'en délivrant pas dans une transe mais dans une danse, un mouvement majoritairement contrôlé ou dans une image de motricité libérée."⁴⁷²

⁴⁶⁸ Da Nobrega P., Schirrer, M., Legendre, A. & Andrieu, B., 2017, Sentir le vivant de son corps : trois degrés d'éveil de la conscience, *Staps*, 117-118(3), pp. 39-57.

⁴⁶⁹ Andrieu, B., Boëtsch, G. & Chevé, D., 2016, Un corps de savoir. Vers une encyclopédie des somaticiens, *Corps*, 1(1), pp.11-23.

⁴⁷⁰ Andrieu B., Burel N., 2014, La communication directe du corps vivant. Une émergiologie en première personne, *Hermès, La Revue- Cognition, communication, politique*, CNRS-Editions, 68, pp.46-52.

⁴⁷¹ Andrieu B., 2017, Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables, *Recherches & Éducatives Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.

⁴⁷² Andrieu, B., 2015, L'adolescent séduisant son corps : une émergence sensorielle, *Enfances & Psy*, 68(4), pp.93-102.

Afin de caractériser les émergences relatives à l'éveil, nous créons le terme *phantasia*.

Nous nous inspirons du concept de *phantasia* d'Aristote qui définit le lien entre perception et pensée. Nous nous référons également à la notion de *phantasia* chez Platon qui s'inscrit inéluctablement dans l'expérience empirique des sensations. Les *phantasia* désignent, dans cette recherche, le passage du corps vivant perceptif au corps vécu conscient.

Par *phantasia*, nous entendons donc les émergences de mouvements inconscients, de sensations et d'images qui surgissent dans l'éveil émergiologique. C'est pourquoi nous choisissons d'utiliser le terme "émersion" plutôt qu'"émergence" pour qualifier la situation d'éveil des *phantasia*. Dans cette recherche, les *phantasia* émergent : elles émergent dans le processus d'éveil. Les mouvements inconscients caractérisent une expression corporelle qui surgit sans que le sujet ne la maîtrise. Les images et les sensations proviennent d'une définition plurielle de l'image mentale qui peut être autant visuelle que kinesthésique et sensorielle.

Le surgissement des *phantasia* permet l'expérimentation de mouvements, sensations et images qui s'extraient de l'habitus corporel et donnent à vivre de nouveaux modes de percevoir et de sentir. Permettre au corps d'embrasser de nouvelles expériences qui vont éveiller son vivant, c'est rendre possible l'émersion de capacités non imaginées, voir non-imaginables.

2. Eveiller un nouveau corps : le développement du capacitaire.

Le capacitaire désigne le surgissement de capacités premièrement irreprésentables qui détermine un nouveau vécu. La notion de capacitaire renvoie à la projection d'un soi possible⁴⁷³ que la conscience ne se représente pas.⁴⁷⁴ En s'immergeant dans une nouvelle expérience, le corps renouvelle ses perceptions et ses représentations : "Par son écologisation dynamique et spontanée, le vivant de notre corps est activé pour produire des ressources capacitaires jusque-là inédites et inconnues à la conscience."⁴⁷⁵

⁴⁷³ Héas, S., 2010, *Les virtuoses du corps. Enquête auprès d'êtres exceptionnels*, Paris : Max Milo.

⁴⁷⁴ Andrieu B., 2017, *Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables*, *Recherches & Éducatons Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.

⁴⁷⁵ Andrieu B., 2017, *Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables*, *Recherches & Éducatons Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.

L'activité souterraine du vivant ouvre l'éventail des possibles et permet d'envisager un autre corps que celui que sent et se représente le sujet. L'éveil se produit indépendamment de la volonté du sujet, il surgit d'une expérience interne ou stimulée de manière externe : "Le vivant peut ainsi être activé par l'intervention technique ou par l'incorporation du milieu selon l'usage du corps (Agamben, 2015)."⁴⁷⁶ L'éveil, et non la conscience du corps, détermine l'avènement de potentialités chez le sujet par une activation du corps vivant, ce qui renvoie à la notion de plasticité dont les ressources varient d'un sujet à l'autre.

L'activité du corps vivant est perçue par le vécu et la conscience dans un second temps : "Si les lois de réaction et d'adaptation du corps vivant sont connues, les effets de l'écologisation spontanée du vivant produisent des mutations dont les effets ne nous sont connus avec retard à travers le vécu de conscience. Le vécu est en retard sur son vivant."⁴⁷⁷

De plus, le corps vivant est difficilement audible dans le vécu car, comme vu précédemment, le corps vécu est contingent d'une éducation culturelle et façonné par des normes sociales. L'impact du discours sociétal peut venir freiner la possibilité de capacités renouvelées. L'écart entre le corps vécu connu, socialement repéré, et le corps vivant qui présente un contenu inconnu de manière inattendue par l'action de l'écologisation, gêne la réception de l'émersion du corps vivant dans le vécu. Le corps vivant est conditionné depuis la naissance par l'éducation et la question de la normativité culturelle et sociale, il se construit par ses référentiels induits, il est "bio-culturel."⁴⁷⁸

L'enfant se construit selon son milieu, l'édification du moi corporel est normée par un cadre culturo-social, par l'action d'une "mère suffisamment bonne"⁴⁷⁹ sans que l'enfant n'en prenne conscience.⁴⁸⁰

⁴⁷⁶ Andrieu B., 2017, *Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables*, *Recherches & Éducatons Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, p.17.

⁴⁷⁷ Andrieu B., 2017, *Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables*, *Recherches & Éducatons Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.

⁴⁷⁸ Andrieu B., 2017, *Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables*, *Recherches & Éducatons Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.

⁴⁷⁹ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot.

⁴⁸⁰ Winnicott D.W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot.

Bernard Andrieu évoque une possible "aliénation" due à une velléité de normalisation bio-culturelle qui tendrait à endormir des potentialités inconnues mais existantes, envisageant ainsi le capacitaire non pas comme une nouvelle normalisation mais comme une normativité créatrice de possibles.⁴⁸¹

À l'heure où la mesure du vivant est rendue scientifiquement possible (capteurs de mesure, imagerie in vivo, etc), les capacités ou incapacités du sujet sont évaluées par un tiers. Quand bien même une déconstruction de l'habitus corporel est envisagée afin de permettre l'éveil d'une nouvelle normativité, le sujet se voit limité par son corps vivant imprégné de ses habitudes physiologiques.⁴⁸²

Déconstruire physiquement et psychiquement son habitus corporel, que ce soit en se détournant des habitudes motrices ou en y étant forcé.e (dans le cas d'un accident par exemple), montre l'écart entre les potentialités du corps vivant et ce que je peux me représenter via mon vécu.

La déconstruction entraîne une immersion nouvelle qui bouscule les normes instituées corporellement, de là naît le potentiel du capacitaire qui réagit à son milieu : "Le capacitaire est la normativité du vivant qui réorganise sa matière en produisant de nouvelles normes. En activant ce qui est vivable, le vivant passe du capacitaire à la capacité. Le vivable pour le vivant peut être invivable pour le sujet conscient. Le vécu ne peut toujours le contenir, faute de l'avoir même imaginé dans une représentation possible."⁴⁸³ Même si du vivant surgit des potentialités, le vécu habitué à une logique discursive, nécessite un langage qui lui permette d'"entendre" cette émergence du vivant.

La réflexion d'un cadre contenant où figure l'émergence est essentiel afin de faciliter la réalisation de capacités inédites. Si le sujet s'estime capable, il pré-figure en lui ses potentialités. L'expérimentation de pratiques somatiques et sensorielles invite le sujet à nourrir son corps vivant et à entrevoir de nouveaux modes de sentir et d'être en relation : "L'idée est d'expérimenter en situation des modifications de pratiques sensorielles. Pour sentir

⁴⁸¹ Andrieu B., 2017, Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables, *Recherches & Éducatons Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.

⁴⁸² Andrieu B., 2017, Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables, *Recherches & Éducatons Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.

⁴⁸³ Andrieu B., 2017, Le Corps capacitaire, *Recherches & Éducatons Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20, p.14.

différemment son environnement, il faut consentir à se déroutiner pour faire émerger d'autres modes d'existence, de déplacement et de relation."⁴⁸⁴

Les pratiques corporelles telles que la danse pourraient influencer sur les habitudes motrices et psychiques afin de faire émerger un nouvel état d'être corporel.

3. La danse comme levier du capacitaire.

La notion d'écho-chorégraphie, à travers la pratique de la danse, retrace l'expérience du corps vivant comme matière sensorielle et expressive.⁴⁸⁵ Le mouvement produit une écologisation qui génère des perceptions sensorielles et affine le sens kinesthésique du corps.

Être en mouvement c'est faire l'expérience de l'ancrage du corps dans le temps et l'espace dans une relation au monde qui nous entoure⁴⁸⁶. Dans "*Sentir le vivant de son corps : trois degrés d'éveil de la conscience*"⁴⁸⁷, Petrucia Da Nobrega relate l'expérience de thérapie proposée par Anna Halprin qui expérimente l'écologisation dans un milieu, la nature, à travers une pratique somatique, la danse, pour parvenir à dégager un état capacitaire, prémisses du processus danse-thérapeutique : "Je me suis mise à utiliser la danse comme moyen de guérir et à travailler avec des gens atteints de maladies graves. Il m'a fallu inclure dans les formes que je créais tout le spectre des luttes humaines, la compassion, la santé, l'amour, la catharsis, la vie et la mort. Et, inlassablement, en retournant à la montagne ou à la mer, je me suis nourrie d'images, de matériaux et d'une force que j'ai réintroduite dans mon projet d'instaurer une communauté vitale."⁴⁸⁸ Le phénomène d'écologisation nature/corps décrit par Anna

⁴⁸⁴ Andrieu, B., 2014, Les fondateurs de l'écologie corporelle : immerseurs-naturiens-émerseurs. *Sociétés*, 3(3), 23-34, p.24.

⁴⁸⁵ Andrieu, B., & Nóbrega, P., 2016, A emersilogia do corpo vivo na dança contemporânea, *Revista Holos*, 3, Natal, pp. 371-384.

⁴⁸⁶ Da Nobrega P., Schirrer, M., Legendre, A. & Andrieu, B., 2017, Sentir le vivant de son corps : trois degrés d'éveil de la conscience, *Staps*, 117-118(3), pp.39-57.

⁴⁸⁷ Da Nobrega P., Schirrer, M., Legendre, A. & Andrieu, B., 2017, Sentir le vivant de son corps : trois degrés d'éveil de la conscience, *Staps*, 117-118(3), pp.39-57.

⁴⁸⁸ Halprin A., 2009, *Mouvements de vie*, Traduit par Élise Argand et Denise Luccioni. Bruxelles, Contredanse, pp. 14-15 dans Da Nobrega, T., Schirrer, M., Legendre, A. & Andrieu, B. (2017). Sentir le vivant de son corps : trois degrés d'éveil de la conscience. *Staps*, 3(3-4), 39-57.

Halprin renvoie à la phénoménologie de Merleau-Ponty : "Le corps n'est pas devant nous, nous sommes traversés par la nature et le corps exprime cette condition."⁴⁸⁹

Merleau-Ponty place la dimension corporelle comme centrale dans la perception⁴⁹⁰, "(...) c'est le corps et son schéma corporel qui perçoivent et non pas une 'conscience réflexive'."⁴⁹¹

Comme l'écrit Petrucia da Nobrega, il s'agit non pas de "descendre dans le corps" mais de sentir avec et par son corps.⁴⁹²

L'expérience du corps en mouvement, rendu sensible dans le lien à l'environnement, est en étroite corrélation avec le concept de "chair" de Merleau-Ponty : "(...) la chair du corps nous fait comprendre la chair du monde".⁴⁹³ Dans cette perspective, Merleau-Ponty fait l'étal d'une relation directe entre corps et monde et conçoit le corps en mouvement comme une "connaissance du monde et de soi-même."⁴⁹⁴ L'écologisation du corps témoigne de son lien privilégié avec le monde. Le corps écologisé par l'environnement est en constante évolution et pré-figure l'émergence expressive.

L'éveil des sensations, affects, images, sentiments, émotions du corps écologisé le libère du conditionnement dans lequel il se trouvait et fait émerger de nouveaux possibles.

Ce processus renvoie à la notion d'autosanté de Bernard Andrieu qui suppose une capacité auto-réflexive à générer des forces de guérison dans un renouvellement du vécu par le vivant.⁴⁹⁵

⁴⁸⁹ Merleau-Ponty M., 2011, *Le Monde Sensible et le Monde de l'Expression*, Cours au Collège de France, notes, 1953, édité par Emmanuel de Saint-Aubert et Stefan Kristensen, avec un avant-propos de Emmanuel de Saint-Aubert, Genève, Métis Presses.

⁴⁹⁰ Merleau-Ponty M., 1956-1960, *La nature*, Notes Cours au Collège de France, établi et annoté par Dominique Séglaud, Paris, éditions du Seuil.

⁴⁹¹ Da Nobrega P., L'esthésiologie et l'expressivité du corps dans la boue vivante, Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.324.

⁴⁹² Da Nobrega P., L'esthésiologie et l'expressivité du corps dans la boue vivante, Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.324.

⁴⁹³ Da Nobrega P., L'esthésiologie et l'expressivité du corps dans la boue vivante, Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.325.

⁴⁹⁴ Da Nobrega P., L'esthésiologie et l'expressivité du corps dans la boue vivante, Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.326.

⁴⁹⁵ Da Nobrega P., Schirrer, M., Legendre, A. & Andrieu, B., 2017, Sentir le vivant de son corps : trois degrés d'éveil de la conscience, *Staps*, 117-118(3), pp.39-57.

L'écologisation corporelle s'accompagne d'une attention du vécu : en aiguissant l'écoute de mes propres sensations, postures et habitudes corporelles, je développe ma conscience somatique. Je demeure ainsi attentive aux informations relatives à ma santé qui émergent dans l'éveil. La soma-esthésie pratique de Shusterman⁴⁹⁶ fait écho à cette capacité d'auto-écoute afin d'améliorer la connaissance de son corps vivant et sa possible transformation suite à un travail de déconstruction de l'habitus corporel : "Le dispositif expérientiel qu'il met en place doit permettre au sujet, à travers l'analyse de la sensation et sa réappropriation esthésiologique, de vivre de l'intérieur la "recalibration" sensorielle de sa chair : la contrainte d'exercice qu'impose une expérience corporelle nouvelle (modification de la posture, intensification du vécu corporel, conscience sensorielle), par exemple, entraîne un travail de déshabitude qui débouche ensuite sur la (re)construction d'une unité somato-psychique *ad hoc* ; cette dernière précipite alors le sujet dans une identité jusque-là inédite et augmente, chemin faisant, la connaissance qu'il prend de lui-même."⁴⁹⁷

L'entrelacs entre le développement de la conscience somatique dans l'écologisation et sa portée limitante dans l'interprétation des informations dans la phase d'éveil invite à imaginer des dispositifs qui visent autant l'inconscience pour "laisser le corps faire"⁴⁹⁸, comme dans le Mouvement Authentique, que le travail de conscientisation, tel que le langage de mouvement *Gaga* : "Les intentions corporelles sont inconscientes mais pas inactives car la perception met en oeuvre dans le cerveau des scénarios de décision avant que l'action n'en réalise un seul (...). La différence entre intention corporelle et conscience corporelle de l'intention est utile pour comprendre l'anticipation inconsciente par rapport à la mise en action volontaire du corps."⁴⁹⁹ Ainsi, les processus d'activation inconsciente et le travail de conscientisation participent à la motilité de l'émotion et alimentent le corps vivant. La danse viendrait corroborer cet état de motilité émotionnelle et corporelle afin de générer des capacités chez le sujet.

⁴⁹⁶ voir Shusterman R., 2007, *Conscience du corps. Pour une soma-esthétique*, trad. N. Vieillescazes, Paris, L'Éclat.

⁴⁹⁷ « Les différentes modalités de conscience », in Da Nobrega P., Schirrer, M., Legendre, A. & Andrieu, B., 2017, *Sentir le vivant de son corps : trois degrés d'éveil de la conscience*, *Staps*, 117-118(3), pp.39-57.

⁴⁹⁸ Andrieu B., 2018, *Emersion de l'émersiologie*, dans *Estesia, corps, fenomenologia e movimento*, éditeur LiberArs, Sao Paulo, p.235.

⁴⁹⁹ Andrieu B., 2018, *Emersion de l'émersiologie*, dans *Estesia, corps, fenomenologia e movimento*, éditeur LiberArs, Sao Paulo, p.235.

Nous pouvons donc conclure ce chapitre en indiquant qu'à travers le corpus théorique, nous avons défini la danse-thérapie et son contexte d'apparition.

Puis, nous avons étudié les approches historiques et thérapeutiques de l'image mentale.

Nous avons vu comment l'image entre en résonance avec le corps et avec le mouvement dansé. Le corpus théorique fait état des pratiques qui se basent sur la suggestion d'images mentales pour dégager des bénéfices thérapeutiques dans la sphère corporelle.

L'image mentale s'appuie sur diverses modalités sensorielles. Une image peut être visuelle, kinesthésique, auditive...etc. La construction d'une image mentale est souvent le résultat d'une intrication de ces diverses données sensorielles et des sensations qui en résultent.

L'improvisation dansée apparaît être un cadre approprié à la production d'images. En effet, le dispositif cadré qu'amène la consigne pour improviser et la liberté d'élaboration d'images propres à l'individu en font un outil de création particulièrement adapté à l'imagerie.

À travers le processus de représentations mentales, le sujet fait l'expérience subjective de son corps.

Le *Gaga* et le Mouvement Authentique sont des approches somatiques d'improvisation qui ont attiré à l'expérience de l'image. Le corps est écologisé par un "bain" d'images suggérées (*Gaga*) ou par une pratique à l'écoute des images (Mouvement Authentique).

Puis, nous nous sommes penchés sur le processus d'émergence qui théorise les émergences d'images, de sensations et de mouvements inconscients (*phantasia*) dans une visée capacitaire.

Nous allons, à présent, observer l'intrication entre la théorie et la pratique à travers l'expérience d'un atelier de danse-thérapie s'appuyant sur les images mentales, dans le cadre de l'improvisation dansée, dans un Institut Thérapeutique Educatif et Pédagogique (ITEP).

L'émergence de l'image mentale

Julia-Marine Chamodon, 2018

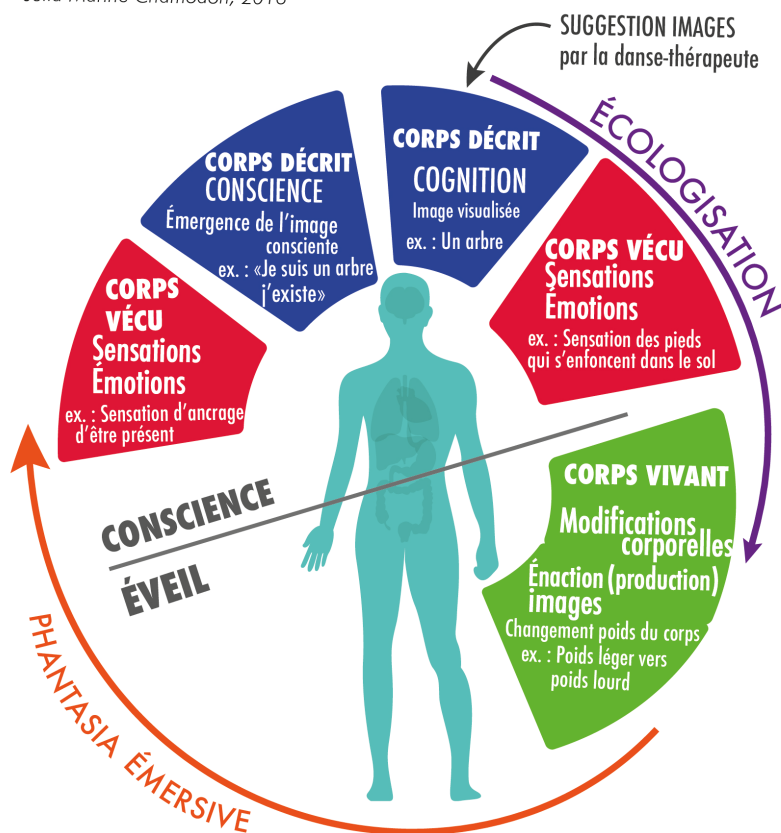


Figure 1 : L'émergence de l'image mentale.

Légende.⁵⁰⁰

⁵⁰⁰ Réalisée par la graphiste Mirela Petcu.

PARTIE PRATIQUE

IV. Méthodologie de la recherche.

1. Terrain de recherche.

Les ITEP (Institutions Thérapeutiques Educatives et Pédagogiques) sont des institutions médico-sociales placées dans le champ de compétence de l'Etat et financées par l'Assurance Maladie. L'ITEP dans lequel se déroule cette recherche est situé au centre-ville de Montpellier sur une propriété de 27000 m². La structure accueille une centaine d'enfants, adolescent.e.s et jeunes adultes mixtes, âgés de 6 à 20 ans, présentant des difficultés psychologiques dont l'intensité et la durabilité perturbent leurs apprentissages et leur intégration sociale.

L'ITEP propose un accueil de 48 places en internat, 29 places en accueil de jour et 17 places en SESSAD (Service d'Education Spéciale et de Soins à Domicile).

La prise en charge en internat permet à l'enfant ou l'adolescent.e de prendre des distances avec un environnement familial déstructuré afin de favoriser une construction personnelle positive dans un cadre préservé.

L'accueil de jour propose un accompagnement des jeunes aux heures ouvrables et dans les murs de l'institution.

Le SESSAD (Service d'Education Spéciale et de Soins à Domicile) favorise le lien avec l'extérieur en suggérant des interventions à l'ITEP, à domicile ou au sein de l'environnement du.de la jeune accompagné.e.

Les services proposés par l'ITEP s'inscrivent dans plusieurs champs : social (participation sociale, soutien aux familles, inclusion sociale), éducatif (enseignement spécialisé, activités éducatives, accès aux apprentissages scolaires et pré-professionnels, travail en lien avec les établissements d'enseignement de proximité), thérapeutique (accès au soins, mise en place d'un projet thérapeutique). Afin de diversifier les modalités d'accompagnement, cet ITEP propose des ateliers d'art-thérapie, de musicothérapie et de danse-thérapie.

Parallèlement à l'offre art-thérapeutique, des ateliers à médiations mobilisant les capacités de réflexion et de création des jeunes sont proposés : ateliers « Cré à Dire », « Défi-Débrouille », « Histoire du lundi matin », etc.

L'ITEP travaille avec les partenaires éducatifs (enseignant.e.s, professeur.e.s, directeur.trice.s d'établissement) à la mise en place, lorsque cela est possible, d'une scolarité partagée entre l'enseignement spécialisé proposé par l'ITEP et les structures scolaires publiques extérieures

via des conventions signées avec l'Education Nationale : école élémentaire, collège, lycée, SEGPA (Section d'Enseignement Général et Professionnel Adapté), ULIS (Unité Localisée pour l'Inclusion Scolaire), dispositifs professionnels (stages en entreprise). En 2018, à l'ITEP, la scolarité partagée est présente dans 22 établissements de l'Education Nationale.

La reconnaissance des arts-thérapies dans l'institution motive le choix d'y conduire un projet de recherche en danse-thérapie. Travaillant en tant que danse-thérapeute dans cette institution auprès d'un groupe du SESSAD depuis un an, l'accompagnement d'adolescentes sujettes aux troubles du comportement et accueillies en internat, m'est proposé par la médecin-psychiatre de l'établissement. Je profite de cette proposition pour soumettre mon projet de recherche à la médecin-psychiatre et la direction. Le projet est accepté et se déroule de Septembre 2018 jusqu'à Juillet 2019.

Les jeunes accueilli.e.s à l'ITEP font face à des troubles hétérogènes malgré que l'on distingue une prévalence des troubles psychiques ainsi que des troubles du comportement et de la communication.⁵⁰¹ Il en résulte, chez les jeunes accueilli.e.s, une certaine immaturité du développement neurologique avec des difficultés dans l'acquisition des fonctions motrices, langagières, cognitives ou relatives au développement psycho-affectif. Le public de l'ITEP présente souvent des troubles du comportement et du caractère qui peuvent se manifester par une violence verbale et/ou physique dirigée contre eux-mêmes et/ou les autres.

Les difficultés psychologiques auxquelles ce public fait face l'empêchent d'accéder à son potentiel et le maintiennent dans un état de fragilité psychique handicapante.

Ces difficultés perturbent la capacité à penser, agir, à se percevoir et à entrer en relation avec autrui. Concrètement, cela se traduit par un empêchement à vivre et organiser le quotidien, à se projeter, à comprendre et respecter les limites. Le caractère invisible des troubles et l'impulsivité du comportement peut générer des représentations faussées de l'enfant.

La structure familiale est impactée et souvent sujette à l'incompréhension, ce qui peut mener à la non-considération de l'enfant, à son rejet, à sa stigmatisation, à une forme de culpabilisation de la part de l'entourage familial, etc. C'est pourquoi l'accompagnement des familles est crucial dans la prise en charge de l'enfant / adolescent.e.

⁵⁰¹ Rapport d'activité 2018 de l'institution.

Les enfants et adolescent.e.s sont adressé.e.s à l'ITEP à la demande de parents démunis par les difficultés rencontrées par leur.s enfants.s et/ou par le biais de l'Education Nationale (école, collège, lycée). Les demandes d'accueil peuvent également provenir des institutions médico-sociales : Instituts Médico-éducatifs (IME), autres ITEP, Centres Médico-Psycho-Pédagogiques (CMPP), ou des services de l'Aide Sociale à l'Enfance (ASE).

L'ITEP peut être le premier organisme saisi lors de difficultés psychologiques de l'enfant. L'accueil dans cette institution peut également faire suite à la prise en charge par de multiples organismes médico-sociaux qui ne sont pas parvenus à la résolution du conflit psychologique et/ou éducatif que traverse le.la jeune.

L'enfant ou adolescent.e est ensuite orienté.e à l'ITEP sur décision de la Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées (CDAPH) du département de résidence. Cette décision est prise en charge par la Maison Départementale Des Personnes Handicapés (MDPH) qui gère l'accueil du.de la jeune dans une structure ITEP. Toute la procédure est réalisée en lien avec les parents ou tuteurs.trices légaux.ales, s'ils.elles sont disponibles, de manière à favoriser l'implication de la structure familiale dans l'accompagnement du.de la jeune.

Chaque jeune accueilli.e bénéficie d'une prise en charge personnalisée : en internat modulé (quelques soirs par semaine), en accueil de jour à temps partiel ou à domicile (Service d'Education Spéciale et de Soins À Domicile) par une équipe pluri-disciplinaire composée de thérapeutes, éducateur.trice.s, enseignant.e.s spécialisé.e.s.

2. Sujets de la recherche.

Les sujets de la recherche souffrent de troubles du comportement. Les troubles du comportements sont caractérisés par des états anxieux avec des fixations corporelles particulières (rigidités corporelles et psychiques, morcellement, etc), une difficulté à l'expression des émotions et un état d'excitation manifeste (notamment pour ceux et celles diagnostiquées TDAH) qui empêchent ces jeunes de s'inscrire dans les apprentissages ainsi que dans la sphère sociale (scolarité difficile, socialisation compromise, marginalisation, etc). L'étude des *phantasia* comme levier de développement des capacités physiques et psychiques pourrait correspondre à cette population dont les capacités ne sont pas révélées en raison des troubles vécus.

Trois adolescentes du "Pôle filles" de l'ITEP, accueillies en internat, participent à la recherche sur une période de dix mois, du mois de septembre 2018 à début juillet 2019.

L'effectif de la recherche est fixé relativement aux indications de la médecin-psychiatre, en relation avec l'équipe et la danse-thérapeute. La demande est celle d'une dynamique groupale (plus de deux patientes) et d'un groupe réduit (pas plus de cinq patientes) afin de se situer dans un cadre de thérapie et de pouvoir mener l'étude scientifique.

Dès septembre 2018, cinq adolescentes composent le groupe étudié. Puis, l'effectif évolue en fonction de l'adhésion à la séance. Deux adolescentes se révèlent en difficulté dans le groupe. Elles ne poursuivent pas l'accompagnement en danse-thérapie et de ce fait, ne peuvent pas s'inscrire dans la recherche.

Les trois jeunes filles choisies pour cette recherche témoignent d'une participation durable en séance de danse-thérapie. Elles sont âgées de treize à quinze ans et sont exclusivement de sexe féminin.

L'homogénéité du groupe est assurée par les critères d'inclusion, de non-inclusion et d'exclusion.

Critères d'inclusion

- Adolescentes âgées de 13 à 15 ans.
- Présentant des troubles du comportement.
- Accueillies à l'ITEP au Pôle Filles.

Critères de non-inclusion

- Refus de participer à l'étude de la part des adolescentes ou de leurs parents / représentant.e. légal.e.

Critères d'exclusion

- Faible participation aux séances de danse-thérapie.
- Retrait de leur consentement à la recherche.

Dans le cadre de la recherche, le choix du public d'adolescentes présentant des troubles du comportement se base sur plusieurs critères : les adolescentes possèdent des capacités cognitives permettant l'élaboration, la période de l'adolescence présente des possibilités de transformations, la virulence des troubles du comportement semble appeler à un fort désir

d'expression et de symbolisation. Les adolescentes sont sujettes à la somatisation et expriment corporellement leurs troubles : leurs corps "parlent". Elles ont subi des violences physiques et/ou verbales dans le cercle familial. Ces expériences traumatiques laissent des "traces" corporellement et psychiquement : le corps est "marqué".

3. La description des séances de danse-thérapie.

L'atelier de danse-thérapie se déroule dans la salle de psychomotricité de l'ITEP. La séance est proposée de manière hebdomadaire à raison d'1h par semaine. La danse-thérapie est présentée par l'équipe aux adolescentes comme un temps thérapeutique, marquant ainsi la différence avec un cours de danse ou un atelier occupationnel. L'indication de chaque adolescente en danse-thérapie est menée par la psychiatre et l'équipe éducative.

La rencontre avec la danse-thérapeute ne se réalise pas de manière individuelle avec chaque jeune en amont de la séance mais de manière groupale le jour même de la séance. Cette organisation me génère un questionnement : ne ferait-il pas davantage sens pour la jeune de préserver un temps en amont de la séance où la rencontre avec la danse-thérapeute permet une co-construction et une projection de soi en séance de danse-thérapie ?

Comme décrit précédemment, le groupe témoigne de quelques modifications avant de se constituer en groupe fixe. Il se compose premièrement de quatre adolescentes. Une première participante, Romane, quitte l'atelier le 20/11/2018 après la 4ème séance. Une nouvelle adolescente, Claire, arrive ensuite dans l'atelier à la 6ème séance, le 4/12/2018. Puis, une seconde jeune, Souane, ne poursuit pas l'expérience après la 14ème séance, le 12/02/2019.

Le groupe se finalise après le départ de Souane et compte trois participantes. Le départ de deux jeunes et l'arrivée d'une nouvelle participante constituent une réflexion sur le choix des indications dans un atelier de danse-thérapie et dans la recherche.⁵⁰² En définitive, l'étude s'élabore d'après l'expérience de trois adolescentes.

Celles-ci souffrent de troubles du comportement et témoignent d'un parcours familial défaillant. Les conditions énoncées par la danse-thérapeute pour participer à la séance de danse-thérapie sont les suivantes : la capacité à expérimenter un groupe thérapeutique, l'intérêt pour la danse ou plus largement l'expression corporelle, l'acceptation de la part de l'adolescente à essayer une séance.

⁵⁰² L'état de cette réflexion au sujet des indications en séance de danse-thérapie est disponible en annexes pp.486-487 : l'étude de cas de Souane est reportée à l'écrit. L'échec de l'indication de Romane est discutée plus loin dans cette étude.

De Septembre 2018 à début Juillet 2019, l'atelier se déroule tous les mardis de 17h15 à 19h15 comprenant 15 minutes de préparation de la salle, 1h d'atelier, 30 minutes de post-groupe (reprise verbale de la séance entre l'éducatrice et la danse-thérapeute), un temps de 15 minutes dédié à l'observation et à l'analyse du mouvement d'après le support vidéo, suivi du rangement de la salle.

L'atelier se déroule dans la salle de psychomotricité de l'institution. La salle est assez grande pour se mouvoir et le sol est adapté (tapis durs, pareils à des tatamis de judo).

Par ailleurs, l'espace est propice à la pratique de la danse-thérapie puisqu'il réunit les conditions de contenance (l'espace n'est pas démesurément grand), et d'intimité (il n'y a pas de possibilité d'observer la séance depuis l'extérieur).

L'atelier est encadré par la danse-thérapeute et une éducatrice du "pôle filles". La demande d'un co-encadrement a été émise par la danse-thérapeute. L'encadrement conjoint avec une éducatrice de l'institution permet de croiser les regards du soin et de l'éducatif.

L'éducatrice a un rôle déterminant dans la création de l'atelier au sein de l'institution.

Sa connaissance des jeunes et de l'institution ajuste et facilite la mise en place du dispositif. De plus, faisant partie intégrante de l'équipe, elle peut communiquer sur l'atelier de danse-thérapie avec ses collègues. Enfin, elle s'avère être un repère pour les patientes et l'équipe qui la connaissent déjà au sein de l'institution.

Le projet de recherche en danse-thérapie est présenté en réunion d'équipe. C'est la motivation de cette éducatrice au projet de recherche en danse-thérapie qui l'amène à rejoindre l'encadrement de cette expérience.

Le temps de post-groupe entre la danse-thérapeute et l'éducatrice est nécessaire à un suivi qualitatif du projet thérapeutique de chaque jeune. Ce temps intervient immédiatement après la séance avec les jeunes. Le post-groupe permet de "créer" le groupe en réfléchissant aux dynamiques relationnelles en jeu, d'adapter l'intervention à chaque jeune en fonction de ses réactions pendant la séance, de consolider la confiance de l'équipe encadrante et de réfléchir ensemble au meilleur accompagnement possible dans le croisement entre l'éducatif et le thérapeutique.

L'atelier de danse-thérapie est fermé afin d'assurer une enveloppe contenante. Les jeunes accueillies sont les mêmes du début à la fin de l'expérience. L'atelier se déroule le même jour de la semaine, aux mêmes horaires, dans le même lieu avec les mêmes professionnelles.

Ce cadre ritualisé est construit afin de créer un repère structurant pour les jeunes. L'atelier n'est pas ouvert à d'autres membres de l'équipe socio-éducative. Cette démarche vise à garantir la confidentialité de l'expression des adolescentes. Il s'agit de leur offrir un espace sans intrusions.

Parallèlement à l'atelier, la présence de la danse-thérapeute est requise lors des réunions institutionnelles afin de nourrir la recherche et d'élaborer en équipe au sujet de l'évolution des trois adolescentes. Les réunions sont inter-disciplinaires et permettent de croiser les regards des éducateur.trice.s, des thérapeutes (psychiatres, psychologues, orthophonistes, danse-thérapeutes, etc) et des enseignant.e.s spécialisé.e.s.

4. Ethique : Consentement et assentiment.

Un formulaire d'assentiment est distribué aux jeunes filles au mois de janvier 2019.

Ce formulaire explique la recherche de manière compréhensible et simplifiée (sans jargon scientifique) afin que les adolescentes puissent le lire aisément. Il est précisé que la participation est libre et qu'aucune justification ne sera demandée aux adolescentes si elles décident de quitter la recherche. Une adresse email, spécifique à la recherche, est adressée aux adolescentes afin qu'elles puissent s'exprimer autrement que dans la disposition du face-à-face.

Un formulaire de consentement est transmis aux parents ou représentant.e.s légaux.le.s, ainsi qu'un document de présentation de l'atelier de danse-thérapie et de la recherche.

Certaines jeunes ont transmis le formulaire directement à leurs parents ou représentant.e.

Pour d'autres, c'est l'éducatrice qui accompagne l'atelier de danse-thérapie, qui s'en charge lorsque les situations familiales nécessitent un.e intermédiaire. Les formulaires d'assentiment et de consentement sont présents en annexes.

Tous les documents liés à la recherche sont conservés informatiquement sur l'ordinateur personnel de la chercheuse, protégés par un mot de passe.

Les vidéos ne sont pas rendues publiques et ne sont visibles à la demande que par le directeur et la directrice de thèse, le comité de thèse et l'experte en analyse du mouvement.

Les noms des participantes ne paraîtront dans aucun rapport.

Si la recherche fait l'objet de publications dans des revues scientifiques, ou de diffusion lors de conférences, aucune participante ne pourra y être identifiée.

L'outil des dessins, ajoutés ultérieurement, n'apparaît pas dans les formulaires de consentement et d'assentiment. Cependant, leur utilisation dans la recherche est soumise à une

autorisation de la part des sujets de la recherche, délivrée à l'oral. Il en va de même pour les verbatim dont l'autorisation d'enregistrement est délivrée oralement par les sujets à chaque séance avant l'enregistrement. La danse-thérapeute indique aux adolescentes qu'elles peuvent revenir sur leur décision et ne plus autoriser l'utilisation des verbatim si elles le souhaitent.

Une restitution orale de la recherche est envisageable si les participantes et l'institution le souhaitent.

5. Problématique.

Dans la partie théorique de cette recherche, nous avons étudié la corrélation entre l'image mentale et l'improvisation dansée pour dégager la notion d'une image plurielle.

Nous avons également détaillé de nombreuses pratiques thérapeutiques qui prennent appui sur la psyché (suggestion mentale, imaginaire, etc) pour transformer le corps. Mais qu'en est-il du trajet inverse, des émanations du corps vivant jusqu'au vécu ?

Nous avons créé le terme *phantasia* afin de qualifier les émergences du corps vivant dans un processus d'éveil qui informerait le vécu par la mise au jour de mouvements inconscients, d'images et de sensations.

Cette recherche tend à observer les éventuels bénéfices thérapeutiques des *phantasia* qui émergent du corps vivant par le mouvement inconscient et leur appréhension dans le corps vécu d'adolescentes présentant des troubles du comportement.

L'étude s'ancre dans la séance de danse-thérapie car cette approche présente un cadre dédié à la thérapie tout en prenant appui sur le processus de création artistique.

Dans cette étude, l'improvisation est caractérisée par une pratique inspirée du *Gaga* et une seconde inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique. Le *Gaga* s'appuie sur la suggestion mentale pour danser, le Mouvement Authentique invite à porter son attention sur les images mentales et sensorielles qui émergent lors de la danse. Le cadre de l'improvisation paraît approprié à l'émergence des *phantasia* puisqu'il désigne un espace de liberté de création et d'expression.

N'étant pas moi-même certifiée *Gaga teacher*, je confirme que je n'emploie pas le *Gaga* dans cette recherche mais que je m'inspire de cette pratique pour construire un temps d'improvisation basé sur la suggestion mentale.

De même, je ne suis pas *Authentic Movement teacher*, je n'ai pas suivi la formation *Circle of four* de la Discipline du Mouvement Authentique de Janet Adler. En cela, la pratique que je propose dans cette étude est seulement une inspiration de la Discipline du Mouvement

Authentique. Par sentiment éthique, j'ai demandé à Françoise Broillet, inscrite dans la formation continue de *Circle of four*, si je pouvais m'inspirer de la Discipline du Mouvement Authentique dans le cadre de ma recherche et cette dernière m'a confirmé que cela était envisageable.

Le questionnement sur lequel nous nous appuyons pour fonder cette recherche est :

Comment, lors de l'improvisation dans l'atelier de danse-thérapie, les *phantasia* (émersions de sensations, images et mouvements inconscients) permettent-elles le développement de bénéfices thérapeutiques auprès d'adolescentes souffrant de troubles du comportement ?

6. Hypothèses générale et opérationnelle

Nous nous appuyons sur le terme *phantasia* qui désigne l'émersion d'images, sensations et mouvement inconscients dans l'improvisation en séance de danse-thérapie.

Le cadre danse-thérapeutique pourrait permettre aux adolescentes présentant des troubles du comportement d'exprimer leurs émotions, de s'inscrire dans un groupe vécu positivement et d'apaiser l'agitation physique et psychique dont elles semblent souffrir via un processus d'organisation des corps.

Nous avançons l'idée que les *phantasia* génèrent des capacités physiques et psychiques chez les adolescentes souffrant de troubles du comportement.

La première hypothèse opérationnelle est que, dans le cadre la séance de danse-thérapie, l'émersion des *phantasia* développerait des capacités corporelles en ouvrant la possibilité aux patientes de moduler leurs fixations corporelles et psychiques.

La seconde hypothèse concerne l'éveil des *phantasia* qui permettrait de développer l'intensité de la connection des patientes à leurs sensations.

La troisième hypothèse est que les *phantasia* encourageraient l'expression du vécu émotionnel en première personne au travers de la médiation artistique.

Afin d'observer ces hypothèses, nous choisissons des outils propices à l'analyse du corps et du vécu.

7. Outils d'évaluation

Plusieurs outils d'analyse ont été utilisés comme recueil des données de la recherche.

L'axe phénoménologique traverse la méthodologie de cette étude puisque l'évaluation des résultats alterne entre un point de vue subjectif, le récit en 1ère personne des trois adolescentes de leur corps vécu, et une perspective en 3ème personne depuis l'analyse de la

danse-thérapeute.⁵⁰³ La distinction entre deux points de vue d'observation du corps, à la première personne et à la troisième personne, permet d'obtenir des informations particulièrement différentes : "Il est fondamental de reconnaître que le même individu est catégoriquement différent s'il est observé à partir d'une perception à la première personne ou si elle se déroule à la troisième personne. L'accès sensoriel est catégoriquement différent, ainsi que les observations qui en découlent. La distinction catégorique entre ces deux points de vue établit les règles fondamentales pour toute étude de l'espèce humaine. Ne pas tenir compte de la différence catégorique entre l'observation à la première personne et l'observation à la troisième personne donne lieu à des malentendus fondamentaux dans les domaines de la physiologie, de la psychologie et de la médecine."⁵⁰⁴

Les outils de cette recherche alternent entre l'observation du *soma* (depuis un point de vue en 1ère personne) et l'étude du corps physiologique (depuis un point de vue en 3ème personne).

- La grille d'analyse du mouvement de l'Effort de Rudolf Laban est un outil qualitatif d'analyse du mouvement utilisé par la danse-thérapeute afin de qualifier l'implication de chaque sujet entrant dans le mouvement.
- Des tableaux d'observation du corps en mouvement individuels complètent les apports de la grille de l'Effort.
- Le journal de bord rapporte les observations de la danse-thérapeute à chaque séance : comportements, mouvements, contre-transfert, groupalité, positionnements, etc.
- La vidéo permet d'enregistrer les séances afin d'aiguiser l'étude du corps en mouvement et la construction des grilles d'analyse du mouvement.
- L'outil qualitatif des entretiens recueille le vécu des participantes.
- Les dessins et les verbatim sont des outils qualitatifs qui explorent le vécu subjectif du public de la recherche en 1ère personne. Les verbatim sont enregistrés via l'application "Dictaphone" d'*iPhone*.
- Les outils de la montre *Garmin Vivomart 3* et le capteur *EMwave Pro* mesurent la variabilité cardiaque de chaque participante. Ce sont des outils de mesure physiologiques quantitatifs.

⁵⁰³ Vanpouille, Y., 2013, Expérience vécue, intelligence motrice, phénoménologie et nouveaux paradigmatiques, *Movement and Sport Sciences- Science et motricité*, 81, pp. 57-66.

⁵⁰⁴ Thomas Hanna, « Qu'est-ce que la somatique ? », *Recherches en danse* [En ligne], Traductions, mis en ligne le 16 juin 2017, consulté le 30 août 2021. URL : <http://journals.openedition.org/danse/1232>

Afin de mieux comprendre le choix de ces outils d'évaluation, nous proposons de les détailler individuellement.

7.1 La grille de l'Effort de Rudolf Laban.

L'outil de la grille de l'Effort est créé par Rudolf Laban, danseur, chorégraphe, pédagogue et théoricien de la danse. La grille de l'Effort est élaborée dans les années 1940 pour déterminer la qualité expressive de l'individu.

Pour définir la notion de dynamique du mouvement, R.Laban choisit le terme *Effort*. L'étude de l'Effort (ou *eukinétique*, terme créé par Laban à partir des mots grecs *Eu*, bon et *Kinesis*, mouvement) "(...) est employée pour décrire les fluctuations dynamiques et toniques du mouvement."⁵⁰⁵ Il s'agit de déterminer la qualité du mouvement "juste" c'est-à-dire de l'adéquation entre la motivation interne du sujet et la représentation visible, externe, de son mouvement.

La façon dont le sujet entre en mouvement signe son empreinte au monde : "La modulation du mouvement s'explique par l'interaction, par le lien : entre la personne et le monde, entre l'externe et l'interne, entre l'intention et l'action, entre le mental et le physique."⁵⁰⁶ Il s'agit d'étudier comment le corps réagit en fonction des besoins internes du sujet à l'épreuve de l'environnement : "(...) selon la situation, le tempérament, l'environnement et d'autres variables, les personnes modulent différemment les facteurs du mouvement."⁵⁰⁷

La grille de R. Laban permet une lecture objective du corps car cet outil révèle les modifications du corps des adolescentes de cette étude durant les séances de danse-thérapie. Chaque grille d'analyse du mouvement d'une adolescente est réalisée d'après l'observation de chaque séance.

L'Effort présente quatre facteurs de mouvements : le Poids, le Temps, l'Espace et le Flux.

Ces facteurs témoignent d'intensités diverses. Chaque facteur est défini par un élément dit "conciliant" (*indulging*) qui accepte les conditions physiques qui nuancent le mouvement et

⁵⁰⁵ Harbonnier-Topin N., Dussault G., Ferri C., 2016, « Regards croisés sur deux pratiques d'analyse du mouvement. L'analyse du mouvement selon Laban (LMA) et l'analyse fonctionnelle du corps dans le mouvement dansé (AFCMD) », *Recherches en danse*, 5, consulté le 21 mars 2020.

⁵⁰⁶ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.18.

⁵⁰⁷ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.21.

un élément "combatif" (*fighting*) qui résiste contre ces conditions : Poids léger (conciliant), Poids Fort (combatif) ; Temps soudain (conciliant), Temps soutenu (combatif) ; Espace direct (conciliant), Espace indirect (combatif) ; Flux libre (conciliant), Flux condensé (combatif).⁵⁰⁸ Chaque facteur dispose d'un large spectre de nuances entre les deux éléments.

La combinaison facteur/élément qualifie le mouvement ainsi que l'attitude interne du sujet.

La singularité d'un mouvement résulte de la diversité des combinaisons corporelles possibles et de son exécution, relativement aux facteurs et éléments sus-cités.

L'analyse du mouvement de l'Effort permet de définir la qualité de l'expression non verbale, qui diffère selon le vécu des individus et le contexte de réalisation. D'après la danse-thérapeute Suzi Tortora, les combinaisons de l'Effort relèvent de la capacité physique, du style subjectif et unique de chaque sujet.⁵⁰⁹ Il s'agit d'étudier "l'impulsion intérieure dans laquelle le mouvement prend son origine."⁵¹⁰ Selon R. Laban, "L'Effort et l'action qui en résulte peuvent, tous deux, être involontaires et inconscients, mais ils sont toujours présents dans toute action corporelle."⁵¹¹ L'Effort retrace l'expressivité du sujet dans l'expérience du mouvement et dans l'instant. Afin de comprendre le rôle et la fonction de chaque facteur, il s'agit de les définir.

Le facteur Temps permet, non pas d'évaluer la vitesse ou la durée du mouvement, mais désigne la manière dont le mouvement s'inscrit dans le temps. Laban décrit le facteur Temps comme lié à l'intuition (*intuiting*) et à la décision (*decision making*).

Le Temps soutenu définit un mouvement qui se laisse porter par la durée. Par exemple, une course est une suite de mouvements effectués dans un Temps soutenu, alors que la vitesse est rapide. Le Temps soutenu renvoie à des états corporels tels que l'apaisement, la jouissance, la nonchalance qui ne s'effectuent pas forcément dans la lenteur. La prévalence du Temps soutenu peut se traduire par une attitude calme, réfléchie, minutieuse, prévenante ou, à l'excès, définir un comportement autocentré et un manque de considération d'autrui.⁵¹²

⁵⁰⁸ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.20.

⁵⁰⁹ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.157.

⁵¹⁰ Laban R., 1994, *La Maîtrise du mouvement*, Arles, Actes Sud, p. 49.

⁵¹¹ Laban R., 1994, *La Maîtrise du mouvement*, Arles, Actes Sud, p. 49.

⁵¹² Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.163.

Le Temps soudain se distingue par un mouvement bref et explosif qui surgit, comme le sursaut, par exemple. Investir principalement le Temps soudain peut être analysé comme une capacité à l'efficacité, la vélocité. Porté à l'extrême, le Temps soudain peut désigner l'imprudence, la négligence, le manque de soin.⁵¹³

Le facteur Flux est particulièrement lié aux sensations internes et à la réaction aux stimuli externes : "Le facteur de mouvement Flux est associé au ressenti qui varie selon notre interaction avec nous-même, avec les autres, avec l'environnement et qui agit sur la progression du mouvement."⁵¹⁴ D'ailleurs, Rudolf Laban associe le Flux au ressenti (*feeling*). Le facteur Flux se polarise en deux nuances principales : Flux libre et condensé, bien qu'une troisième nuance, le flux neutre, soit également présente.

Le Flux condensé indique un mouvement maîtrisé. Angela Loureiro précise : "Quand la progression du mouvement est contrôlée, consciencieuse, retenue, on dit que le Flux est condensé."⁵¹⁵

A l'inverse, le Flux libre se traduit par un mouvement incontrôlé et infini : "Le Flux libre caractérise une attitude d'abandon au mouvement, qui progresse selon ses propres lois. C'est pour cette raison qu'il est difficile d'arrêter le mouvement."⁵¹⁶

Le facteur Poids ne désigne pas le poids quantitatif du sujet mais la qualité d'investissement du corps. Rudolf Laban lie le facteur Poids à l'intention et à l'aptitude à sentir (*sensing*).

Le Poids léger désigne un geste non appuyé, comme par exemple le fait de manipuler un objet délicat ou l'action de caresser : "Être léger dans le mouvement signifie s'ajuster en permanence à une gravité diminuée, organiser le corps ou ses parties pour estomper l'effet de la pesanteur."⁵¹⁷

⁵¹³ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.163.

⁵¹⁴ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.33.

⁵¹⁵ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.15.

⁵¹⁶ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.34.

⁵¹⁷ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.30.

Le Poids fort est caractérisé par un appui prononcé, un mouvement affirmé et puissant traduisant une présence au corps marquée. Pousser un objet lourd, écraser quelque chose ou affirmer une opinion sont autant d'exemples où se joue le Poids fort : "Etre fort dans le mouvement signifie aller contre, résister à l'attraction de la gravité."⁵¹⁸

Le Poids léger et le Poids fort caractérisent une attitude active face au mouvement. Lorsque l'attitude est passive, il est question du Poids Mou ou du Poids Lourd.

Le Poids lourd et le Poids mou désignent des poids qui subissent la pesanteur et s'abandonnent à la gravité. Par exemple, une marche pesante ou un corps écrasé par une grosse charge, témoignent du Poids lourd. Se mouvoir "comme une poupée de chiffon" est un exemple proposé par Angela Loureiro⁵¹⁹ pour décrire le Poids mou.

Le facteur Espace ne désigne pas la dimension mais l'attention physique et mentale portée à cette dimension. D'après Rudolf Laban, le facteur Espace est lié à la pensée ou l'attention (*thinking*). Etudier l'espace d'une personne, c'est observer où son attention (ou son manque d'attention) la dirige. Cette variabilité de l'attention peut se focaliser sur un point (Espace direct) ou observer plusieurs points en même temps (Espace indirect).

L'Espace direct témoigne d'un mouvement ciblé alors que l'Espace indirect désigne un geste dispersé : "Le geste direct va droit au but, manifestant une attention concentrée sur un point, tandis que l'indirect est multifocal."⁵²⁰

L'Espace n'est pas lié au sens de la vue car il est possible d'appréhender l'Espace de manière proprioceptive : "(...) on peut ressentir avec tout le corps les proportions, les possibilités de mouvement, la localisation d'objets volumineux (...)." ⁵²¹

L'Espace direct décrit une attitude concentrée, déterminée. Suzi Tortora donne l'exemple de l'enfant en bas âge qui se relève, fixe du regard son père, se dirige vers lui et parle fort pour

⁵¹⁸ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.31.

⁵¹⁹ Conversation privée avec l'autrice de la thèse, Août 2021.

⁵²⁰ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès, p.209.

⁵²¹ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.38.

attirer son attention. A l'inverse, une utilisation de l'Espace indirect peut se traduire par de la distraction, une difficulté d'attention et de concentration.⁵²²

L'étude de l'Effort, qui comprend tous les facteurs vus précédemment, est qualitative car elle porte sur les modulations de l'intensité de l'action engagée par le sujet.

La grille de l'Effort à laquelle s'ajoute les tableaux d'observations du mouvement représentent les outils de lecture et d'analyse du mouvement de chaque adolescente de cette étude.

La construction des grilles et des tableaux d'analyse du mouvement évoluent tout au long de la recherche en fonction de la progression des adolescentes. N'étant pas moi-même analyste du mouvement, l'observation et l'analyse du mouvement ont été validées d'après l'expertise d'Angela Loureiro⁵²³, analyste du mouvement certifiée.⁵²⁴

7.1.1. Première focalisation sur le facteur Poids de l'Effort.

Afin d'élaborer la grille d'analyse de chaque participante, le choix se porte préalablement sur l'étude d'un des quatre facteurs de la grille de l'Effort : le facteur Poids. Le souhait d'établir un indicateur fixe est indispensable à une précision de l'objet d'étude, propre à la démarche scientifique.

Comme vu précédemment, le facteur Poids se caractérise par deux éléments : Poids fort et Poids léger. Le mouvement oscille souvent entre les deux polarités des éléments. Par exemple, un danseur peut effectuer des mouvements doux, puis frapper le sol vivement avec ses pieds. Il module ainsi son mouvement du facteur Poids léger au Poids fort. Certaines personnes ne parviennent pas à réaliser des mouvements dans les deux éléments du facteurs Poids et à se rendre de l'un à l'autre. Nous observons alors une cristallisation dans l'une des deux polarités. Le choix du facteur Poids dans cette recherche s'explique par l'apparente difficulté observée chez les adolescentes de cette étude à varier le type de Poids. Elles semblent subir le Poids lourd ou à l'inverse, elles s'inscrivent dans un Poids excessivement léger.

Le Poids lourd est caractéristique d'une attitude d'abandon de soi, d'une difficulté à "se porter". Un Poids léger peut autant symboliser la douceur que l'effacement de soi.

⁵²² Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.161.

⁵²³ Autrice en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2008, *Les Exercices Fondamentaux de Bartenieff*, Éd. Ressources; 2013, *Effort: l'alternance dynamique*, Éd. Ressources.

⁵²⁴ CMA : *Certified Movement Analyst*.

Si le sujet présente un investissement du Poids équilibré avec une facilité à se rendre d'une polarité à l'autre, tout en embrassant ses nuances, alors il est possible d'y voir une représentation claire des limites corporelles et une attitude de confiance⁵²⁵, ce qui ne semble pas être le cas du public de cette étude, sclérosé dans les extrêmes.

Selon R. Laban, le facteur Poids reflète l'intention et le développement de la capacité à ressentir : "Il ne s'agit pas du poids quantitatif de la personne mais d'une intention (...).

Le résultat en est une certaine qualité de présence."⁵²⁶ Le travail du facteur Poids désigne la mise en jeu de l'identité : se laisser porter, déposer son poids, etc. Travailler sur le facteur Poids c'est assumer sa présence au monde.

Le facteur Poids est très lié au tonus car pour assumer son poids ou le donner, une disponibilité tonique est nécessaire. Observer le Poids c'est étudier la manière dont le sujet utilise son corps pour répondre à l'environnement. Ainsi, posséder une certaine disponibilité tonique permet de pouvoir faire face aux situations qui se présentent.⁵²⁷: "Les aspects spécifiques du Poids que les personnes utilisent pendant leurs actions reflètent la façon dont elles se sentent en interaction avec leur environnement. La maîtrise de ce facteur de mouvement donne le sentiment que les gens ont une conscience corporelle claire, qui se manifeste par leur capacité à démontrer une intention réactive dans le contrôle de l'engagement musculaire."⁵²⁸

La primauté d'une polarité du facteur Poids par rapport à une autre permet de mieux comprendre comment la patiente investit corporellement "son monde intérieur" et comment elle engage sa tonicité musculaire. Par conséquent, le facteur Poids est considéré comme un indicateur favorable pour mesurer l'intégration psycho-corporelle.

⁵²⁵ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.162.

⁵²⁶ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, citée par Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique, fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, chapitre "Poids et expressivité", Editions Erès, p.144.

⁵²⁷ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès.

⁵²⁸ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.162.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "The specific aspects of Weight people employ during actions reflect how they sense themselves interacting with their surroundings. Mastery of this motion factor creates the feeling that people have clear body consciousness exhibited in their abilities to demonstrate responsive intent in the control of muscular engagement."

7.1.2 Changement de focalisation pour le facteur Flux de l'Effort (*Effort Flow*).

Cependant, après discussion avec Angela Loureiro et suite au visionnage des vidéos des séances de danse-thérapie, il s'avère que les participantes présentent davantage de mouvements en lien avec le facteur Flux. Le facteur Poids n'est pas au premier plan.

En effet, les adolescentes de cette recherche présentent une modulation particulière du Flux qui semble être plus marquée que leur inscription dans le Poids : Maeva et Claire montrent une alternance entre les deux extrêmes du Flux (libre et condensé), Katia s'inscrit dans un Flux particulièrement condensé.

Le travail en danse-thérapie consiste à inviter les adolescentes à nuancer leurs rapports au Flux afin de ne pas soutenir une construction sclérosée qui peut mener à des processus pathologiques tant au niveau psychique que moteur et sensoriel.

Angela Loureiro évoque un des articles que Rudolf Laban a publié en 1940⁵²⁹ où il met en avant les bénéfices thérapeutiques du mouvement face à la stagnation du sujet dans une polarité du Flux : "Il pointe spécialement l'usage restreint ou exagéré d'un élément d'Effort et des difficultés relatives au Flux comme constitutifs d'un tableau pathologique, et signale la possibilité de modifier le mouvement du patient par un entraînement des transitions entre ce qui est surdéveloppé et ce qui est négligé."⁵³⁰ Le travail consiste donc à proposer aux adolescentes de cette recherche des moyens de moduler le mouvement afin de nuancer le trajet d'un élément à l'autre.

Le Flux désigne la progression, la précision et la continuité. Il s'agit d'observer comment le Flux circule dans le mouvement. Laban donne l'image d'un cours d'eau continu qui peut s'écouler librement (cas du Flux libre), être interrompu partiellement ou se trouver complètement asséché (cas du Flux condensé).⁵³¹

Dans le mouvement, l'investissement du Flux se traduit par une variation de la tension musculaire : le Flux libre désigne des mouvements éparses et dénote une attitude de "lâcher-prise" ; le Flux condensé, dont les mouvements apparaissent contenus, désigne une certaine forme de résistance et de retenue.⁵³²

⁵²⁹ consultable dans McCaw D., 2011, *The Laban Sourcebook*, Routledge, p.213.

⁵³⁰ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressenouances, p.115.

⁵³¹ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.160.

⁵³² Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.160.

Le facteur Flux est à l'origine de la structuration psycho-corporelle et est directement en lien avec le développement moteur du bébé : "À mesure que l'enfant avance dans sa construction psychomotrice, il maîtrise ses flux qui lui assurent une plate-forme pour développer toutes sortes d'interactions. Cela aboutit à une compétence pour s'orienter, se stabiliser, se mettre dans l'attitude requise par la situation (...)."533

Le facteur Flux est particulièrement adapté à la lecture du développement de l'enfant et de l'adolescente car il est le premier facteur appréhendé par l'humain. Le nouveau-né travaille à articuler Flux libre et condensé et se sert de cette base pour explorer les autres facteurs du mouvement.

Le travail de Judith Kestenberg approfondit la recherche de l'exploration du Flux par le bébé534 : "(...) le Flux condensé, le Flux libre et le Flux neutre (mouvement qui a perdu l'élasticité et le tonus) font partie des premiers types de régulation et de défenses qu'un bébé peut utiliser."535

Le nouveau-né oscille entre trois polarités complémentaires du Flux : il jaillit, retient ou "laisse retomber". Cette capacité primaire d'alternance des Flux permet à l'enfant de construire une organisation psycho-corporelle en relation à l'environnement. Le quotidien du petit enfant est jalonné par l'expérimentation des modulations de Flux : "Dans la phase orale précoce, par exemple, la succion suppose une transition douce entre Flux libre et condensé."536

La défaillance de la capacité à articuler les modalités du Flux est le lit de la pathologie.⁵³⁷

Une personne qui se meut uniquement dans un Flux condensé peut renvoyer l'image d'un hyper-contrôle corporel et psychique que Benoit Lesage décrit comme une forme d' "autocensure", une limite dans l'échange émotionnel.

⁵³³ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès, p.78.

⁵³⁴ Kestenberg J., 1977, *The role of movement patterns in development*, New York, Dance Notation Bureau.

⁵³⁵ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.84.

⁵³⁶ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès, p.77.

⁵³⁷ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès.

À l'inverse, une personne qui se "jette" dans le mouvement sans limites⁵³⁸, qui présente un corps morcelé, "éclaté" dans l'espace, se meut dans un Flux libre.

Dans cette recherche, le travail de danse-thérapie vise à permettre aux adolescentes inscrites dans les polarités extrêmes des éléments du Flux de pouvoir éprouver des nuances par le mouvement et de sortir ainsi de leurs fixations corporelles. L'oscillation d'un Flux à l'autre construit l'équilibre du sujet et développe la capacité de différenciation.

La notion d'alternance des Flux peut également se retrouver dans les théories psychanalytiques à travers l'étude du va-et-vient entre conscient (Flux condensé) et inconscient (Flux libre). On retrouve la modulation du Flux également dans les processus de création : l'inspiration (Flux libre) où l'associationnisme est à l'oeuvre librement, et la formalisation (Flux soutenu) où il s'agit de sculpter l'élan créateur, de le mettre en forme.

Le Flux est partout et comme l'écrit Benoit Lesage : "C'est l'acceptation d'une fluctuation fondamentale de soi, de son rapport aux choses, un équilibre entre impression et expression"⁵³⁹, entre intérieur et extérieur.

Le Flux libre présente des mouvements qui partent du centre et se dirigent vers l'extérieur alors que le Flux condensé rassemble les mouvements de l'extérieur vers le centre : "(...) dans le Flux condensé, le sujet retient quelque chose, affirme sa retenue et résiste à une certaine dilution en densifiant son centre. Le Flux libre le porte davantage hors de lui, à abandonner sa réserve, ce qui s'accorde bien avec une direction centrifuge du mouvement."⁵⁴⁰

Dans cette recherche, la focalisation sur le Flux s'accompagne d'une étude des autres facteurs afin de construire une "carte d'identité corporelle" de chaque adolescente, supposant que tous les facteurs sont inter-dépendants et travaillent conjointement à l'élaboration de la dynamique de l'Effort. L'Effort permet d'établir une base analytique de lecture du sujet entrant dans le mouvement et d'en relever les manques et les fragilités, tout au long de cette étude. L'Effort module le mouvement qui s'incarne dans des formes diverses. Aussi il apparaît pertinent de se pencher sur l'étude de la Forme dans le Flux afin de préciser l'observation du mouvement dans cette étude.

⁵³⁸ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès, p.86.

⁵³⁹ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès, p.88.

⁵⁴⁰ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès, p.88.

7.1.3 Le Flux dans l'étude de la Forme (*Shape Flow*)

R. Laban évoque le lien entre Effort, Forme et psychologie.⁵⁴¹ Il distingue des postures en lien avec des émotions ou des sentiments : "Une attitude d'attention effrayée présente fréquemment des petits mouvements de tapotage, une posture plutôt vers l'arrière et fermée, des mouvements rapides suivis de mouvements fermes ; une attitude d'attention curieuse présente fréquemment des petits mouvements glissants, une posture plutôt orientée vers l'avant, à demi-fermée, avec une tension constante."⁵⁴² Plutôt que de fixer ces typologies comme modèles, R. Laban préfère parler d'affinités entre Effort et Forme. D'après lui, chaque Forme a une répercussion singulière sur l'Effort et réciproquement.

Warren Lamb, un des collaborateurs de Laban, étudie particulièrement l'alliance entre Effort et Forme : "(Ensuite) je suis devenu très attaché à la relation entre l'Effort et la Forme et je considère le mouvement comme une combinaison des deux. Personne ne fait un Effort qui ne soit pas Forme, personne ne forme son mouvement sans Effort (...)."⁵⁴³

La notion de Flux de Forme est étudiée dans les travaux de Kestenberg, Bartenieff et Lamb⁵⁴⁴ dans une perspective de développement du sujet. Ensemble, ils.elles définissent la différence entre Flux de l'Effort (*Effort Flow*) et Flux de Forme (*Shape Flow*). Ils.Elles complètent ainsi de manière significative l'héritage labanien.

Le Flux de forme apparaît comme un concept désignant la trace de l'activité du mouvement qui se dessine dans l'espace : "(...) des formes sculpturales jalonnent le mouvement, comme les formes allongées, rondes, spiralées, aplaties."⁵⁴⁵

⁵⁴¹ Laban R., Lawrence F.C, 1974 (1ère édition 1947), *Effort*, Macdonald and Evans, Plymouth.

⁵⁴² Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.76 se référant à l'ouvrage de Laban R. et Lawrence F.C., 1947, *Effort*, pp.71-72.

⁵⁴³ Lamb W., in McCaw D., 2011, *The Laban Sourcebook*, Routledge, p.213. *An eye for Movement*, 2006, Brechin Books limited, Londres, pp.100-102, traduit par Angela Loureiro de Souza.

⁵⁴⁴ En 1962, le groupe « Sands Point Group » étudie le mouvement de l'enfant et réunit différents scientifiques au sujet du Flux de forme, ce qui ouvre le champ de ce domaine d'étude à d'autres sphères (psychanalyse, danse, etc).

⁵⁴⁵ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?, Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 143.

Warren Lamb se penche tout particulièrement sur l'étude de la Forme qui désigne, selon lui, la manière dont le sujet donne une forme à son mouvement et insiste auprès de Laban pour lier Forme et Effort.⁵⁴⁶

Irmgard Bartenieff affirme également que la Forme aide à investir des éléments de l'Effort : "(...) lancer un grand filet de pêche est plus facile avec l'Espace indirect et une forme qui s'élargit."⁵⁴⁷ Elle associe les facteurs de l'Effort à des éléments de la Forme : "(...) l'Espace indirect est relié à un processus d'élargissement du corps (*widening*), l'Espace direct à un processus de rétrécissement (*narrowing*) ; le Poids léger est relié à un processus ascendant du corps (*rising*), le Poids fort à un processus descendant (*sinking*); le Temps soutenu à un processus d'avancer et de devenir plutôt convexe (*advancing*), le Temps soudain à un processus de reculer et de devenir concave (*retreating*)."⁵⁴⁸

Bartenieff développe une réflexion sur les affinités expressives en fonction de l'alliance entre Effort et Forme : le facteur Espace en lien avec la Forme d'élargissement ou de rétrécissement (*shaping*) représente la communication et la mise en relation avec l'environnement.⁵⁴⁹

Le mouvement est observé depuis son caractère adaptatif où il se modifie en fonction de l'environnement et des stimuli externes, tout en étant également l'expression des processus émotionnels et organiques internes. Ces informations externes et internes donnent "forme" au corps et plus particulièrement au mouvement. D'après les observations d'I. Bartenieff chez le nouveau-né, la respiration entraîne un mouvement qui marque les premières transformations du corps, ses premières formes.

Le Flux de Forme est lié à la respiration (se vider-se remplir) et marque le lien entre l'intérieur (les sensations, le sens du Moi, etc) et l'extérieur (l'environnement, l'autre). Les modulations toniques du Flux de l'Effort associées aux formes du Flux permettent à l'individu de se développer sur le plan moteur et façonne son être au monde.⁵⁵⁰ La danse-thérapeute Suzi Tortora rejoint cette réflexion : "Un enfant qui joue avec le mouvement par des activités de

⁵⁴⁶ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.77.

⁵⁴⁷ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.80.

⁵⁴⁸ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.80.

⁵⁴⁹ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.80.

⁵⁵⁰ Hackney P., 2002, *Making connections total body integration through Bartenieff fundamentals*, New York, Gordon and Breach.

Flux de forme renforce l'intégrité musculaire et contribue à l'évolution du soi dans le sens littéral du terme."⁵⁵¹

Suzi Tortora distingue deux manières d'interagir avec la Forme :

- Le Flux de Forme (*Shape Flow*) décrit le changement de Forme des mouvements internes du sujet en dépit de son environnement. Par exemple, un bébé plongé dans son exploration personnelle, expérimente des mouvements de bras de jambes qui jaillissent depuis son centre. Le nouveau-né fait connaissance avec son corps, expérimente des sensations nouvelles, teste la gravité, découvre la sensorialité au contact de diverses matières, sons, textures, odeurs, goûts, températures, etc. Ces informations physiques participent à l'apprentissage et à la régulation de son propre corps.⁵⁵²
- Le *Shaping* caractérise la capacité du sujet à modifier la forme de son corps pour s'adapter à ses motivations internes face à l'environnement.⁵⁵³ Cette "mise en forme" est visible chez le nouveau-né lorsqu'il adapte son corps aux mouvements de la mère. Il y a un ajustement constant entre mouvement de la mère et mouvement du bébé : les flux des corps s'articulent dans des formes qui se répondent. La mère ajuste sa posture si le bébé a davantage besoin d'espace lorsqu'elle le porte ou s'il a faim. Le bébé s'adapte s'il se trouve inconfortable : "En tant que bébé, ces expériences de Shape Flow sont notre première réponse à notre environnement interne, à notre confort, à notre sensation de plénitude, de satisfaction alimentaire ou de vide et de faim."⁵⁵⁴

C'est le monde du dedans qui donne forme au corps : forme plus ouverte, plus fermée, etc. L'environnement extérieur agit également sur la Forme. Un rayon de soleil ou une pluie fine aura des influences diverses sur le Flux de Forme.⁵⁵⁵ En fonction des formes du Flux investies

⁵⁵¹ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.175.
Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "An infant's playing with movement through shape-flow activities builds muscular integrity and contributes to the evolution of the self in a very literal sense."

⁵⁵² Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.173-175.

⁵⁵³ Traduction d'Angela Loureiro dans le cadre d'une conversation privée le 8 mai 2021.

⁵⁵⁴ Goldman E., 1999, *The geometry of Movement, A study in the structure of communication*, Auto-édition Copyright E.Goldman.
Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "These Shape Flow experiences are our first response to our internal environment as babies ; to how comfortable we feel ; whether we feel full, well-fed or empty and hungry."

⁵⁵⁵ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances.

par le sujet, il se dégage une lecture singulière de la corporéité du sujet : "Les différentes familles de Formes sont en quelque sorte une image "subliminale" qui donne une signature à un état de corps ou à une personne, (...)."556

Dans cette recherche, les adolescentes présentent des corps dont la Forme du Flux renvoie à une délimitation entre soi et autrui carencée, d'où leurs difficultés d'inscription dans le schème centre-périphérie. Aussi, il semble opportun d'ajouter l'observation du Flux de Forme dans l'analyse du mouvement.⁵⁵⁷

Le Flux de Forme fait écho aux premières modifications corporelles caractérisées par le fait de se remplir et se vider, et fait écho à la notion d'Espace⁵⁵⁸ chez Rudolf Laban : "s'allonger et se rapetisser, s'élargir et se rétrécir, se projeter en avant et se creuser (respectivement dimensions verticale, horizontale et sagittale)."559 Le Flux de Forme est donc la représentation du volume du corps qui sculpte l'Espace. L'étude de l'Espace s'intègre aux éléments d'analyse du mouvement de cette étude.

7.1.4 Le Flux dans l'étude de l'Espace (*choreutique*) : la kinesphère.

L'Espace sculpté par le Flux donne lieu à la figure de la kinesphère créée par R.Laban.

La notion de kinesphère, qui définit l'espace proche autour du sujet, est fondamentale : "C'est un espace chargé d'affectif. Et cet espace n'est jamais rigide. Petite, moyenne ou grande kinésphère, c'est l'espace que j'occupe, que j'habite, où il y a un centre et des limites.

Un espace qui peut être imperméable, qui peut être perméable, qui peut être adaptable ou non adaptable."⁵⁶⁰

La conscience de l'Espace est une donnée qui s'appréhende dès le plus jeune âge. À travers le mouvement, le nouveau-né se familiarise avec l'espace autour de lui : "Avec chaque mouvement des yeux, du nez, de la bouche et de ses membres, le bébé s'étend à travers

⁵⁵⁶ Cottin R., Loureiro A., 2012, *Réflexions sur la Forme en Analyse du Mouvement Laban (LMA) et sur sa symbolisation, rapport de recherche*, Pantin, Centre national de la danse, p. 49.

⁵⁵⁷ Le Flux de Forme est inscrit dans le tableau d'observation du mouvement de chaque adolescente.

⁵⁵⁸ Le terme Espace est écrit avec une majuscule car il est ainsi désigné par Rudolf Laban.

⁵⁵⁹ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.84.

⁵⁶⁰ Loureiro, A., 2006, Sens, volumes et tracés: Une perspective sur la relation entre le corps et l'espace, *Enfances & Psy*, n° 33(4), pp.140-146.

l'espace et s'éloigne de son centre en risquant son équilibre."⁵⁶¹ Le bébé explore son environnement spatial et, de ce fait, s'informe sur le monde.

Angela Loureiro distingue trois types de mouvements dans la kinesphère : "(...) les mouvements centraux, qui relient toujours le centre du corps à la périphérie (privilegiés par Martha Graham, par exemple), les mouvements périphériques, qui tracent et restent dans les limites de ce volume (les ports de bras, par exemple), et les mouvements transverses, qui circuleront entre le centre et la périphérie et qui induisent les rotations et les torsions."⁵⁶²

La circulation du mouvement dans des zones du corps non habitées car liées à des résistances fonctionnelles et/ou émotives permet l'accès à différents états corporels et expressifs. L'exploration de la kinesphère génère des possibilités d'adaptation à l'environnement ainsi que des capacités de réponses aux stimuli internes et externes⁵⁶³ : "On crée l'espace, l'espace nous crée."⁵⁶⁴

Dans cette étude, l'observation porte sur la kinesphère de chacune des adolescentes.⁵⁶⁵

En étudiant comment chacune d'elles investit son espace personnel en séance, il est possible de réfléchir au déploiement ou, à l'inverse, à une condensation de son espace d'expression.

Cette recherche s'axe sur l'étude du facteur Flux de l'Effort allié à la Forme et à son déploiement dans l'Espace (la kinesphère).

L'observation sur le terrain fait écho aux réflexions de Bartenieff, Lamb et Kestenberg qui, à travers leurs travaux,⁵⁶⁶ confirment l'importance majeure du Flux dans le développement du comportement de l'enfant : "L'enfant est d'abord dans le monde du Flux, et son développement est une histoire de modulation et de complexification du mouvement."⁵⁶⁷

⁵⁶¹ La Barre F., Frank R., 2012, *La première année...et le reste de la vie*, L'expresserie, p.52.

⁵⁶² Loureiro, A., 2006, Sens, volumes et tracés: Une perspective sur la relation entre le corps et l'espace, *Enfances & Psy*, n° 33(4), pp.140-146.

⁵⁶³ Loureiro, A., 2006, Sens, volumes et tracés: Une perspective sur la relation entre le corps et l'espace, *Enfances & Psy*, n° 33(4), pp.140-146.

⁵⁶⁴ Loureiro, A., 2006, Sens, volumes et tracés: Une perspective sur la relation entre le corps et l'espace, *Enfances & Psy*, n° 33(4), pp.140-146.

⁵⁶⁵ L'item "Kinesphère" figure dans le tableau d'observation du mouvement.

⁵⁶⁶ Collectif « *Sands Point Movement Study Group* » créé en 1962 et composé de spécialistes du mouvement et de la psychologie.

⁵⁶⁷ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.85.

Selon ces trois analystes du mouvement, les facteurs d'Effort et de Forme renseignent sur la capacité du sujet, au-delà de l'enfance, à interagir avec le monde qui l'entoure : "Le développement du mouvement est un facteur critique pour établir la conscience de soi de l'enfant par rapport aux autres et à l'environnement, et pour mettre en relations ses besoins émotionnels internes et les demandes externes."⁵⁶⁸

La grille d'analyse du mouvement de l'Effort, en lien avec la Forme et l'Espace, lors du mouvement dansé permet une observation du monde intérieur du sujet en relation avec l'environnement extérieur : "En étudiant les qualités inhérentes au mouvement dansé et aux postures, Laban met en avant - notamment dans *La Maîtrise du mouvement* - que tout ce qui constitue le sujet, son histoire, ses représentations, sa façon d'être en relation est en jeu dans la mise en mouvement du corps."⁵⁶⁹

L'analyse du mouvement se révèle être un outil de lecture qui permet d'induire l'exploration de mouvements et de qualités de gestes qui échappent à l'habitus. Et ce, afin d'engendrer de nouvelles manières "d'être au monde et en relation."⁵⁷⁰

Les fixations corporelles se construisent dès la petite enfance. L'enjeu thérapeutique est de proposer des outils et un accompagnement adaptés pour que les adolescentes s'extraient de leur habitus et élargissent leurs palettes d'expression : "Dans le cadre thérapeutique, le thérapeute doit s'efforcer d'aider l'enfant à créer un équilibre dans le spectre de l'Effort pour élargir ses choix de mouvements."⁵⁷¹ Il ne s'agit pas de condamner les capacités du sujet mais de travailler à leur enrichissement. En élargissant la palette de mouvement ou a contrario, en

⁵⁶⁸ Bartenieff I.& Davis M.A, 1965, *Effort-Shape Analysis of Movement, the Unity of Expression and Function*, New York, USA, A. Einstein College of Medicine, Yeshiva University, p 29.

⁵⁶⁹ Lamoine J., 2017, La danse-thérapie socio-culturelle auprès de femmes en situation de grande précarité et sans domicile fixe, dans: *Les arts-thérapies*, sous la direction de Edith Lecourt et Todd Lubart, Armand Colin, p.149.

⁵⁷⁰ Lamoine J., 2017, La danse-thérapie socio-culturelle auprès de femmes en situation de grande précarité et sans domicile fixe, dans: *Les arts-thérapies*, sous la direction de Edith Lecourt et Todd Lubart, Armand Colin, p.149.

⁵⁷¹ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.159.
Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "In the therapeutic setting, a therapist should strive to help a child create a more balanced spectrum of Efforts to broaden her movement choices."

la régulant si besoin, il s'agit d'aider l'adolescente de cette étude à répondre et interagir avec son environnement (familial, social, éducatif, etc).⁵⁷²

Dans cette recherche, l'observation des trois adolescentes porte sur la totalité des séances circonscrites au temps de recherche : de Septembre 2018 à début Juillet 2019.

Afin de renseigner l'outil de la grille de l'Effort, la lecture du mouvement se nourrit de plusieurs supports : les notes de chaque séance inscrites sur le "Journal de bord", les vidéos des séances, et l'observation active de la danse-thérapeute en séance.

Chaque grille d'analyse de l'Effort est rendue anonyme par une modification des prénoms des adolescentes. La grille de l'Effort s'enrichit du tableau d'observation du mouvement qui caractérise une lecture plus large du mouvement des trois adolescentes.

Les informations de la grille de l'Effort croisent l'observation de la Forme et de la Kinesphère qui apparaissent dans le tableau d'observation du mouvement.

7.2 Le tableau d'observation du mouvement.

Ce tableau est constitué de plusieurs items désignant des éléments de l'observation du mouvement. Nous proposons de préciser chaque élément afin de mieux comprendre son implication dans la lecture du mouvement de chacune des trois adolescentes.

7.2.1 Les schèmes de Mouvement.

Le terme "schème", du grec *skhêma*, désigne la structure et le mouvement d'un processus.

Le schème fait écho au terme anglais *pattern* qui pourrait se définir par "structure".

Les schèmes de mouvement définissent les structures fondamentales du mouvement et guident son processus du point de vue développemental.

Dès sa première année, l'enfant fait l'expérience des schèmes de mouvements qui organisent son corps, notamment sur le plan neuromusculaire⁵⁷³ : "Dans les premières années de la vie, les connexions corporelles de base se mettent en place à travers une progression du développement suivant des étapes spécifiques. Ces schèmes responsables des connexions

⁵⁷² Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.159.

⁵⁷³ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?, Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 18.

seront intégrés chez l'adulte et fonctionneront comme schèmes d'organisation du corps entier, disponibles alors au moment opportun et phrasés selon les nécessités du contexte."⁵⁷⁴

Nous distinguons cinq schèmes de mouvements fondamentaux caractérisés par des connexions qui traversent le corps : centre-périphérie, tête-coccyx (spinal), haut-bas (homologue), mouvements latéraux (homolatéral), contre-latéraux (controlatéral).

Le schème centre-périphérie, caractérisé par une ouverture (mouvement en étoile) et une fermeture (mouvement de "boule", position foetale), est la connexion primaire qui soutient tous les autres schèmes. Angela Loureiro propose les verbes d'action " se rassembler" et "se déployer" pour définir ce schème.⁵⁷⁵ C'est le premier schème qu'intègre le bébé dans sa structuration corporelle s'il bénéficie des conditions de développement adéquates.

Le terme "centre" définit la région centrale du corps, le "noyau". Le nom "périphérie" désigne les six parties du corps périphériques : la tête, les bras, les jambes, le coccyx.

La connexion centre-périphérie permet de faire l'expérience d'un corps unifié, puis d'en distinguer chaque partie : "Cette coordination permet de différencier et d'intégrer l'ensemble du corps en tant que système dynamique en mouvement et d'avoir la conscience kinesthésique que les parties du corps et les membres ne vont pas s'envoler ou tomber !"⁵⁷⁶

Selon Suzi Tortora, le nouveau-né débute l'expérimentation de ce schème *in utero* et la poursuit dans la petite enfance à travers ses explorations motrices. Cet apprentissage lui permet de construire sa proprioception et de consolider "le sens de soi": "Ces actions permettent un retour proprioceptif qui fait mûrir, stimule et apprend au système neuromusculaire à coordonner le corps et ses parties. C'est ce jeu de mouvement qui se produit dans la kinesphère du bébé qui lui permet de développer le sens de son propre corps.

⁵⁷⁴ Hackney, P., 1996, Connexité et expressivité par les Bartenieff Fundamentals, *Nouvelles de Danse*, numéro spécial "L'intelligence du corps", n°28, pp.72-85.

⁵⁷⁵ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 18.

⁵⁷⁶ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.167.

Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "Such coordination provides differentiation and integration of the whole body as a dynamic moving system and kinesthetic awareness that body parts and limbs will not fly away or fall off ! "

Le confort et les connaissances acquises grâce à ce jeu fournissent le soutien psychophysique nécessaire aux mobilisations ultérieures dans le monde extérieur."⁵⁷⁷

À partir de ce schème fondamental, le tout-petit fait l'expérience de l'Espace et s'ouvre ainsi à l'environnement extérieur, au monde.

Le défaut d'intégration entre le centre et la périphérie peut occasionner des difficultés motrices, notamment chez les enfants présentant une incapacité ou un handicap physique.

Les blocages respiratoires peuvent également résulter d'un manque de relation entre centre et périphérie du corps. Un travail de respiration en mouvement peut venir éveiller ces zones atrophiées, alléger les tensions, afin de permettre au flux respiratoire de circuler corporellement.⁵⁷⁸

À l'inverse, les enfants qui témoignent d'une bonne intégration du schème centre-périphérie présentent une fluidité corporelle, une aisance dans la mise en forme et l'appréhension de leur corps dans l'espace.

La connexion tête-coccyx (schème spinal) peut se décrire par un mouvement qui serpente et engage la mobilité de la colonne vertébrale de la tête au coccyx. Bonnie Bainbridge Cohen, ergothérapeute, thérapeute du mouvement et créatrice du *Body-Mind-centering*⁵⁷⁹, lie ce schème au mouvement du poisson.⁵⁸⁰

⁵⁷⁷ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.167.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "These actions provide proprioceptive feedback that matures, stimulates, and teaches the neuromuscular system how to coordinate the body and its parts. It is this movement play occurring within a baby's kinesphère that enables her to develop a sense of her own body. The comfort and knowledge acquired through this play provides the psychophysical support needed for later mobilizations out into the larger world."

⁵⁷⁸ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.168.

⁵⁷⁹ Le Body-mind centering "(...)" est une étude par l'expérience des principaux systèmes du corps "(...)" dans Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, 4ème de couverture.

⁵⁸⁰ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.29.

À travers le mouvement de rotation de la tête autour de l'axe de la colonne vertébrale, le schème tête-coccyx, ouvre sur le plan horizontal.⁵⁸¹ Ce schème permet la distinction entre l'avant et l'arrière du corps, et développe la capacité d'attention.⁵⁸²

L'enfant qui expérimente la relation entre tête et coccyx explore la flexion, l'enroulement, la spirale, et prépare les changements de niveaux pour passer du sol à la verticale (il prépare le schème homologue).

De la sortie de l'utérus de sa mère jusqu'à ses premiers pas, le bébé utilise le schème tête-coccyx pour expérimenter l'action de pousser, relâcher, se hisser pour quitter la surface du sol (ou du ventre de la mère !) et ainsi s'en différencier. En explorant la longueur de sa colonne vertébrale, les appuis du coccyx et du crâne, le bébé construit l'ancrage et la verticalisation.⁵⁸³

L'observation de l'intégration ou la défaillance de ce schème est primordiale pour comprendre et aider l'enfant à travailler les notions d'ancrage, de flexibilité corporelle et de stabilité.

Un enfant qui donne l'impression de flotter au-dessus du sol n'aura pas la même intégration de l'ancrage qu'un enfant qui est "arrimé" au sol.⁵⁸⁴

De la même façon, un enfant dont l'ancrage est installé peut, par exemple, montrer une certaine rigidité dans sa mobilité. Il s'agira donc de travailler à assouplir la coordination tête-coccyx pour libérer la tension amassée vers la colonne vertébrale.

La connexion haut-bas du corps (schème homologue) permet le travail des appuis, amplifie "(...) la relation fondatrice entre bassin, pieds et sol qui nous permet de marcher, de sauter, de courir, d'aller au sol et de se redresser, d'avancer et de reculer; (...) développe la capacité d'atteindre qui sous-tend fréquemment la capacité de se mouvoir ; (...) libère le haut du corps pour la gestuelle fonctionnelle et expressive, (...) développe les possibilités de flexion et

⁵⁸¹ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 18.

⁵⁸² Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.30.

⁵⁸³ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.167.

⁵⁸⁴ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.168.

d'extension de la colonne."⁵⁸⁵ Ce schème permet de distinguer la partie supérieure de la partie inférieure de notre corps et détermine la capacité à agir.⁵⁸⁶

Ce schème ouvre sur le plan sagittal puisqu'il invite au changement de niveau entre haut et bas. En explorant ce schème, le bébé explore ses possibilités musculaires en poussant sur le sol pour se hisser à la verticale et découvrir le monde : "Ces schémas d'atteinte et de traction permettent à l'enfant de s'orienter vers un objectif lorsqu'il accède à son environnement spatial, et les actions de fléchissement, de poussée, d'atteinte et de traction fournissent un soutien sous-jacent à tous les schémas de coordination ultérieurs."⁵⁸⁷

Le schème homologue caractérise le mouvement des amphibiens.⁵⁸⁸ Ce schème permet d'aborder le schème homolatéral et controlatéral avec l'intégration des actions de pousser, repousser, tirer, atteindre, fléchir.

La connexion côté droit-côté gauche du corps (schème homolatéral) invite à stabiliser une moitié du corps pour dégager la mobilité de l'autre moitié⁵⁸⁹, ou comment le bras, la jambe et le côté droit du corps se meuvent indépendamment du bras, de la jambe et du côté gauche du corps. Ce schème invite à une différenciation entre les deux côtés du corps et stimule la capacité d'intention.⁵⁹⁰

⁵⁸⁵ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?, Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 18.

⁵⁸⁶ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.30.

⁵⁸⁷ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.169.
Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "Such reach-and-pull patterns enable a child to become goal oriented as she gains access out into her spatial surroundings, and the yield, push, reach, and pull patterns provide underlying support for all of the subsequent coordination patterns."

⁵⁸⁸ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.29.

⁵⁸⁹ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?, Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 19.

⁵⁹⁰ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.30.

Le schème homolatéral est la "(...) base des déplacements latéraux et asymétriques du poids présents dans le ramper, dans les roulades et dans les tours."⁵⁹¹

La posture d'un tout-petit qui explore la verticalité est un exemple du schème homolatéral puisqu'il avance d'un côté puis de l'autre pour marcher : "Cette même coordination des moitiés du corps est à l'origine de la posture large d'un jeune enfant qui vient de se lever et qui progresse en se dandinant d'un côté à l'autre."⁵⁹²

Le schème homolatéral s'apparente au mouvement des reptiles.⁵⁹³ Ce schème invite au plan vertical car les mouvements du schème homolatéral sont souvent explorés dans la verticalité.

Enfin, le dernier schème "qui croise" (controlatéral) permet à des segments opposés du corps (bras droit-jambe gauche par exemple) de se croiser. C'est un schème qui se construit par l'intégration des autres schèmes puisqu'il permet des mouvements plus complexes, invite à la diagonale et à la torsion : "Cette connexion facilite grandement la tridimensionnalité observée dans les spirales, les torsions, les diagonales et un nombre infini d'autres formes réalisées par le corps en mouvement."⁵⁹⁴

Lorsque ce schème est intégré, nous pouvons voir que le sujet effectue des torsions au sol, non pas d'un seul bloc, mais par exemple en articulant son torse, sa cage, puis son bassin dans le mouvement. Il est possible d'observer la présence des connections controlatérales visibles dans des actions comme rouler d'un côté ou ramper lorsqu'il y a une fluidité dans le mouvement des différentes parties du corps. Ce schème correspond au mouvement des mammifères.⁵⁹⁵

⁵⁹¹ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 19.

⁵⁹² Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.169.
Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "This same body-half coordination underlies the wide stance of a newly upside toddler who progresses by waddling side to side."

⁵⁹³ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.29.

⁵⁹⁴ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.170.
Traduction de l'auteurice de la thèse. Texte original : "This connection greatly facilitates the three-dimensionality seen in the spirals, twists, diagonals, and the infinite number of other shapes made by a body-in-motion."

⁵⁹⁵ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.29.

L'intégration progressive des schèmes dans le développement est étroitement liée à l'expérience des directions à travers les plans de l'espace du corps. Cette intégration, si elle est réussie, permet une plus grande diversité des mouvements et un corps qui gagne en disponibilité : " 'Les Fondamentaux de Bartenieff' (*Bartenieff Fundamentals*) insistent sur l'importance de la tridimensionalité pour que chacun puisse jouir d'une mobilité plus ample et variée, plus adaptable et nuancée."⁵⁹⁶ D'après Bonnie Bainbridge Cohen, les schèmes fondamentaux du développement humain fondent le rapport à l'espace, la représentation du corps et les bases de l'apprentissage et de la communication.⁵⁹⁷

En ce sens, il apparaît essentiel de les intégrer au tableau d'observation du mouvement de cette recherche.

7.2.2 Les plans.

Les plans de l'espace-corps, comme le nomme si justement Angela Loureiro,⁵⁹⁸ puisqu'il s'agit des directions internes du corps et non pas de directions externalisées dans l'espace autour de soi, sont les plans vertical (ou frontal), sagittal et horizontal (ou transversal). Le point d'intersection des trois plans correspond au centre du corps "(...) qui acquiert ainsi plus de possibilités de rayonnement."⁵⁹⁹ Il est intéressant d'observer la résonance d'un plan dans le vécu subjectif du sujet : "Suis-je la même lorsque j'explore le plan sagittal ou vertical ?" questionne Angela Loureiro lors d'un séminaire.⁶⁰⁰

Le plan sagittal amène une idée d'action ; le plan horizontal est davantage marqué par la thématique du relationnel (*the communication plane*⁶⁰¹) ; le plan vertical qui désigne

⁵⁹⁶ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?, Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 19.

⁵⁹⁷ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.30.

⁵⁹⁸ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?, Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 76.

⁵⁹⁹ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?, Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 76.

⁶⁰⁰ Loureiro A., « *Les études labaniennes* », jeudi 6 février 2020, notes de séminaire d'Emersologie de B. Andrieu, Paris 5 Descartes.

⁶⁰¹ Lamb W., Watson E., 1979, *Body Code : The meaning in movement*, London, Routledge and Kegan Paul.

l'alternance entre haut et bas qualifie une certaine volonté de mettre les choses en perspective, de les hiérarchiser.

Tout comme les schèmes, Suzi Tortora raconte que l'enfant construit sa première perception des plans *in utero*. Il poursuit la construction de ses perceptions spatiales lors de l'accouchement.

Plus tard, le bébé se développe à travers la mobilité mais également les contacts prodigués par son.ses parent.s ou responsables légaux : "La plupart des enfants font progressivement l'expérience de ces positions spatiales in utero, pendant la naissance et à partir de la naissance, grâce à leur propre mobilité et aux soins que leur apportent les personnes qui s'occupent d'eux."⁶⁰²

Le bébé évolue ainsi du plan horizontal en explorant la relation au sol (rouler, ramper), au plan vertical (s'asseoir, se mettre debout) pour finir par l'abord du plan sagittal (marcher, courir) : "La succession des plans horizontaux, verticaux et sagittaux suit l'orientation du jeune enfant au cours de son exploration physique personnelle et de son développement moteur, en commençant par se déplacer sur le sol en roulant et en rampant, puis en s'élevant pour s'asseoir et se tenir debout, et enfin en marchant et en courant."⁶⁰³

L'investissement du sujet dans un plan traduit son engagement corporel d'après sa perception de l'espace : "La construction de l'espace à partir de l'engagement corporel est un thème bien développé par la phénoménologie, en particulier avec Husserl qui pose que la constitution de l'espace, la spatialité, naît de l'engagement corporel selon les différentes modalités à notre disposition. (...) La notion d'un espace propre défini à partir du corps, répond à celle de kinesphère proposée par Laban, abordée avec l'espace transitionnel dedans / dehors."⁶⁰⁴

⁶⁰² Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.154.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Most children experience these spatial placements progressively in utero, during birth, and from birth onward, due to their own mobility and to their handling by their caregivers."

⁶⁰³ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.154.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "The succession from horizontal to vertical to sagittal follows a young child's orientation during personal physical exploration through motor developmental advancement, first moving on the floor through rolling and crawling, next rising to sitting and standing, and culminating with walking and running."

⁶⁰⁴ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès, p.159.

À partir des expériences du corps dans l'espace, le sujet construit son rapport à l'environnement.

La notion de dedans/dehors, à laquelle fait précédemment référence Benoit Lesage, nous amène à comprendre comment le sujet trace les limites de son espace corporel et psychique.

Il est question de la construction de ses propres "bords" qui lui permettent de se sentir, et par la-même de s'envisager spatialement. Les plans apparaissent être un des outils de lecture qui pourrait figurer le rapport du sujet à l'espace du point de vue psychique et corporel.

L'Effort présente des affinités avec les dimensions spatiales qui sont détaillées par Rudolf Laban dans son ouvrage *Choreutique*.⁶⁰⁵

La dimension verticale est corrélée avec le facteur Poids : "Les mouvements légers (dans lesquels le corps ou des parties du corps sont portés par une tension la plus légère possible), ont des directions vers le haut ; les mouvements forts (qui accentuent fermement la résistance à la gravité), ont des directions vers le bas."⁶⁰⁶

La dimension horizontale présente une affinité avec le facteur Espace : "(...) les mouvements directs (qui cherchent à atteindre leur but directement sans déviation) ont des directions de côté (croisé) ; les mouvements indirects (dans lesquels la liberté spatiale est réalisée grâce à la flexibilité du corps) ont des directions de côté (ouvert)."⁶⁰⁷

La dimension sagittale a une affinité avec le facteur Temps : "(...) les mouvements rapides (qui effectuent soudain un changement de position) ont des directions vers l'arrière ; les mouvements lents (dans lesquels la continuité est soutenue par une période relativement longue), se dirigent vers l'avant".⁶⁰⁸

⁶⁰⁵ Laban R., 2011 (1ère édition 1966), *Choreutics*, Dance Books, Alton. Edition française : *Espace dynamique*, 2003, Nouvelles de Danse, Contredanse, Bruxelles, Traduction de Elisabeth Schwartz-Rémy.

⁶⁰⁶ Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.96 dans Laban R., 2011 (première édition 1966), *Choreutics*, Dance Books, Alton, p.31.

⁶⁰⁷ Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.96 dans Laban R., 2011 (première édition 1966), *Choreutics*, Dance Books, Alton, p.31.

⁶⁰⁸ Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.96 dans Laban R., 2011 (première édition 1966), *Choreutics*, Dance Books, Alton, p.31.

La lecture de l'inscription des adolescentes dans un plan est donc à envisager dans sa correspondance avec la grille de l'Effort.

L'étude des systèmes corporels vient compléter les données des schèmes de mouvement et des plans.

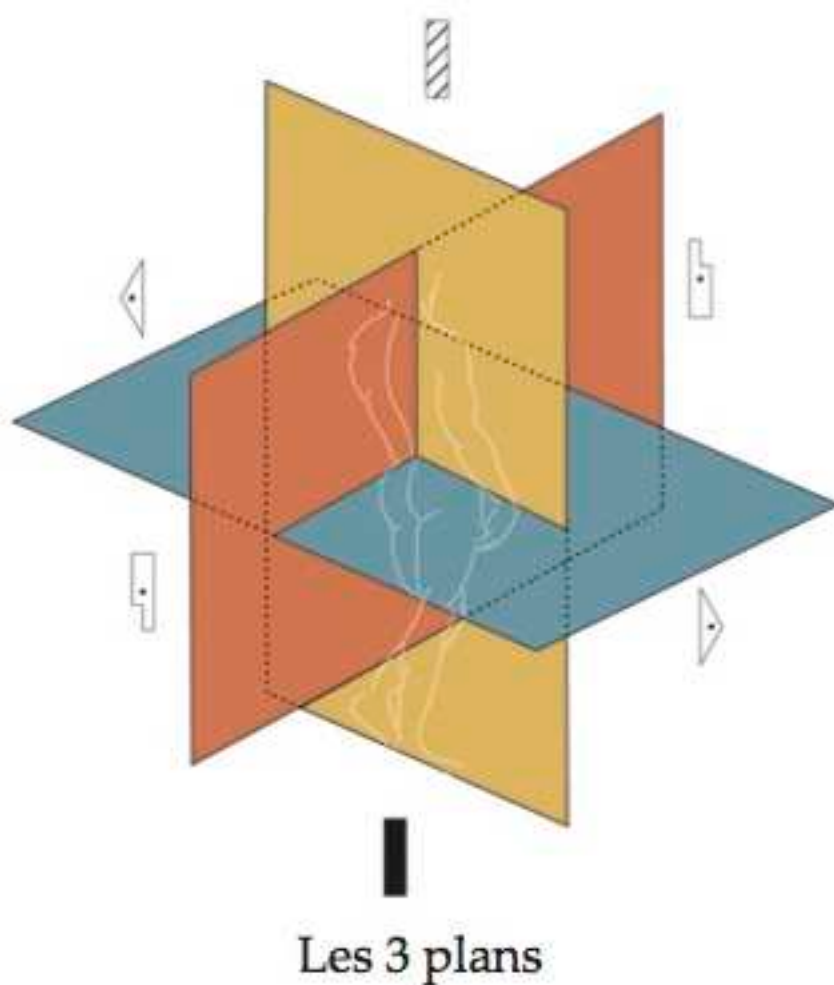
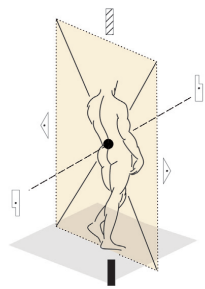


Figure 3 : Les 3 plans de l'espace-corps.

*Légende*⁶⁰⁹

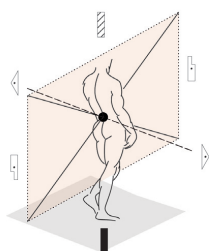
⁶⁰⁹ Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, Le point de vue Laban-Bartenieff, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.77.



Le plan vertical



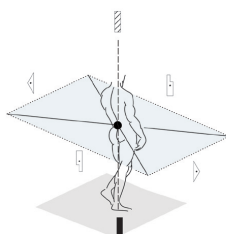
photo © David Proux



Le plan sagittal



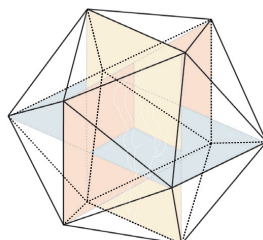
photo © David Proux



Le plan horizontal



photo © Gérard Hermand



L'icosaèdre et les 3 plans

Diagonales ? Vous avez dit diagonales ? – Angela Loureiro de Souza & Jacqueline Challet-Haas

77

Figure 4 : Représentation des différents plans du corps.

Légende.⁶¹⁰

⁶¹⁰ Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.77.

7.2.3 Les systèmes.

L'étude des systèmes qui composent le corps est introduite par le *Body Mind Centering* (BMC), une pratique d'observation et d'expérimentation du corps et du mouvement. Bonnie Bainbridge Cohen ergothérapeute, thérapeute du mouvement et professeur de yoga, crée le BMC dans les années 1960.

Le BMC étudie la connaissance anatomique et physiologique du corps en lien avec les sensations physiques et émotionnelles⁶¹¹ : "Pour moi, l'aspect le plus inestimable du BMC est cette conviction absolue que la conscience est présente dans le corps tout entier. Ceci nous amène une expérience du corps très intime, presque microscopique. Considérés sous cet angle, tous les tissus, tous les liquides et toutes les cellules un à un sont manifestement intelligents, capable de percevoir et d'agir en conséquence."⁶¹²

La démarche du BMC est holistique, il s'agit de "(...) comprendre comment l'esprit s'exprime à travers le corps en mouvement."⁶¹³ Les domaines de connaissance du BMC sont multiples et incluent les systèmes du corps, la respiration, la vocalisation, les sens, la dynamique de perception, le développement du mouvement, l'art du toucher et la réorganisation somatique.

Le BMC s'appuie sur les données scientifiques issues de l'anatomie et de la physiologie pour observer empiriquement les systèmes du corps : le squelette, les ligaments, les muscles, les fascias, la graisse, la peau, les organes, les glandes endocrines, les nerfs, les liquides.⁶¹⁴

Benoit Lesage écrit que chaque système détermine notre expérience et "colore" notre relation au monde : "Avec l'os on se sent solide, capable d'engager des directions. Avec les articulations...on s'articule, on s'ajuste, on relativise. Avec la peau, on s'enveloppe, se différencie, se protège, on exprime aussi. Avec les muscles, on construit des attitudes, des postures, on bouge, on dialogue. Avec les organes, on assimile, élimine. Avec les fascias on s'éprouve comme un tout cohérent, élastique, plastique."⁶¹⁵

⁶¹¹ Susan Aposhyan dans Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.13.

⁶¹² Susan Aposhyan dans Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.14.

⁶¹³ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.21.

⁶¹⁴ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.23.

⁶¹⁵ Lesage B., 2020, Notes de cours stage "Systèmes", p.1.

Les systèmes sont reliés à l'éprouvé du corps et racontent quelque chose de notre histoire personnelle. Par l'expérimentation des systèmes, nous ouvrons le champ de la perception et de la représentation que nous nous faisons de notre propre corps. L'exploration des systèmes en mouvement permet d'accroître la perception : "(...) sentir comment ça bouge, où ça bouge, comment le fait de se centrer sur les muscles qui s'allongent, la peau qui glisse, les os qui voyagent (...) lors du mouvement en change la matière, la qualité."⁶¹⁶

Dans le travail des systèmes que propose Benoit Lesage ou dans l'approche de Bonnie Bainbridge Cohen, la dimension relationnelle est essentielle : les systèmes nous invitent à entrer en relation avec soi mais également avec autrui. Le travail des systèmes nous renseigne sur nos modalités et nos capacités d'interaction : "(...) rencontrer l'autre par les os (percussions, vibrations entre autres), par la peau, les muscles c'est mettre au jour des qualités relationnelles diverses et nuancées."⁶¹⁷

Pour Bonnie Bainbridge Cohen, le travail des systèmes est un axe essentiel de la réorganisation somatique : "Nous travaillons avec tous ces systèmes par le mouvement, par le toucher, et par ce que nous appelons l'art de la manipulation et de la réorganisation somatique."⁶¹⁸

Le système du squelette, composé par les os, les articulations et les ligaments,⁶¹⁹ est fondamental car il représente la structure de base. Il bâtit l'espace interne du corps sur lequel s'ajoute ensuite les tissus, les muscles, etc.

Le squelette permet aussi de se projeter dans l'espace externe car il donne des directions au mouvement, des axes, des intentions : "Initier et exprimer le mouvement à travers le système squelettique font apparaître les qualités inhérentes de clarté, d'aisance et de forme."⁶²⁰

⁶¹⁶ Lesage B., 2020, Notes de cours stage "Systèmes", p.2.

⁶¹⁷ Lesage B., 2020, Notes de cours stage "Systèmes", p.2.

⁶¹⁸ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.42.

⁶¹⁹ Note de l'autrice : Chez Benoit Lesage, le squelette comprend les ligaments. Or, chez Bonnie Bainbridge Cohen, le système ligamentaire est un système part entière. Les deux auteurs s'accordent sur les fonctions principales des ligaments : ceux-ci limitent le mouvement, clarifient le passage du mouvement entre les os, alignent et maintiennent les os et les organes.

Dans : Lesage B., 2020, Notes de cours stage "Systèmes", Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse.

⁶²⁰ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.51.

En expérimentant la vibration de l'os (par exemple, à l'aide de battons rythmiques), le sentiment d'unité se développe dans une perception interne (mon corps vibre de l'intérieur, tout entier).

Enfin, le squelette représente la solidité, il est symboliquement un soutien, un appui robuste.⁶²¹

Le système musculaire est semblable à de souples élastiques qui assurent le mouvement des os dans l'espace. Les muscles "(...) apportent le contenu dynamique de l'enveloppe de chair qui entoure la structure squelettique."⁶²² Par contenu dynamique, nous pouvons entendre "tonus". Le niveau de tension que génèrent les muscles est influencé par l'environnement, le milieu, et va donc se moduler en fonction des circonstances.

Outre le fait qu'il induit l'action, le muscle réagit aux émotions provoquées par un stimuli.

On parle d'ailleurs de *dialogue* tonique induit par une triangulation entre tonus musculaire, tonus végétatif et affectivité.⁶²³ Cette dimension dialogique crée la posture, qui progressivement se forme et se transforme, en fonction des muscles sollicités.

La peau est le système de l'enveloppe. Véritable interface entre monde interne et externe, la peau est une barrière de protection autant qu'une source d'imprégnation.

Elle nous unit et nous sépare : "À travers notre peau nous touchons le monde et sommes touchés par lui. Cette frontière externe est notre première ligne de défense et de relation."⁶²⁴

La surface de la peau est en étroite relation avec les émotions : cicatrices, rougeurs, maladies, etc. Didier Anzieu a d'ailleurs créé le concept de *Moi-Peau* qui caractérise cette enveloppe comme lieu des relations primaires d'attachement, qui préfigure la représentation de Soi comme entité dé-fusionnée d'autrui : "Par Moi-peau je désigne une figuration dont le moi de l'enfant se sert au cours des phases précoces de son développement pour se représenter lui-même comme moi contenant les contenus psychiques, à partir de son expérience de la surface du corps."⁶²⁵

⁶²¹ Lesage B., 2020, Notes de cours stage "Systèmes", p.16.

⁶²² Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.26.

⁶²³ Lesage B., 2020, Notes de cours stage "Systèmes", p.38.

⁶²⁴ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.27.

⁶²⁵ Anzieu, D. 1995. *Le Moi-peau*, Paris, Dunod (2e éd.), p.39.

Par l'expérience de la peau, le tout-petit se différencie et construit son individualité.

Ces trois systèmes, le squelette, les muscles, la peau, sont abordés avec le public de cette étude car ils sont ceux qui sont les plus mobilisés par les adolescentes, mais de nombreux autres systèmes peuvent être explorés. Parmi eux, citons :

- le système des organes caractérisé par le volume interne, les dynamiques de vide et de plein (réplétion / vidange)⁶²⁶, le pulsionnel, le rythme.
- Le système endocrinien dont les sécrétions des glandes endocrines influencent les cellules du corps : "C'est le système de la tranquillité interne, des poussées ou des explosions (...)." ⁶²⁷
- Le système nerveux.
- Le système des liquides (liquide cellulaire, interstitiel, le sang, la lymphe, la synovie et le liquide céphalorachidien).
- Le système des fascias, tissu conjonctif dont le collagène assure un lien entre les autres tissus : "(...) il leur fournit une surface lubrificatrice semi-visqueuse grâce à laquelle ils possèdent leur indépendance de mouvement à l'intérieur de limites établies dans l'ensemble du corps." ⁶²⁸
- La graisse, réservoir d'énergie qui permet l'isolation thermique du corps et l'isolation électrique des nerfs. ⁶²⁹

Tous les systèmes sont inter-dépendants et fonctionnent de concert pour alimenter le dialogue entre corps et esprit. L'intégration d'un système dépend de la manière dont s'est effectué le développement de l'enfant.

Selon Bonnie Bainbridge Cohen, chaque étape du développement soutient l'intégration de l'étape suivante. Si un stade n'est pas correctement intégré, cela peut entraîner des

⁶²⁶ Lesage B., 2020, Notes de cours stage "Systèmes", p.42.

⁶²⁷ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.26.

⁶²⁸ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.27.

⁶²⁹ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.27.

déséquilibres dans les systèmes du corps, des difficultés de perception, d'alignement et de mouvement mais également d'organisation, de mémoire, de créativité.⁶³⁰

Benoit Lesage indique qu'en fonction de l'observation de l'assimilation des systèmes du corps, il est envisageable de déduire un axe de travail plus émotionnel ou psychologique : ainsi le squelette peut renvoyer à l'appui, la peau à la limite, le muscle à la contenance, les organes à l'énergétique et les membranes au lien et au flux.⁶³¹ Evidemment, ce sont des axes de travail qui ouvrent au symbolique mais qui ne sont pas figés et qui sont à observer et à mesurer en fonction du sujet et de ses manques.

Les éléments relatifs à l'analyse du mouvement cités précédemment sont étudiés en séance et grâce à l'outil de la vidéo.

7.3 Le dispositif vidéo

Le dispositif vidéo est un outil objectif présent de Septembre 2018 jusqu'à Juin 2019 à chaque séance de danse-thérapie. Le dispositif se veut discret : la caméra est intégrée à un ordinateur et s'apparente à un point noir situé en haut de l'écran. L'écran de l'ordinateur est rendu noir en baissant la luminosité jusqu'à son paroxysme. La caméra filme le groupe et n'opère pas de focus sur l'individu (pas de gros plans, etc...).

Il n'y a pas de diffusion publique des enregistrements vidéos donc pas de droit à l'image envisagé (article 226-2), mais un document certifie le consentement de chaque participante à être filmée (article 226-1).⁶³²

Le dispositif vidéo est un outil qui permet de construire et d'affiner en détail les grilles d'analyse de l'Effort ainsi que les observations du mouvement. Afin d'établir des grilles d'analyse fiables, les aspects labaniens sont discutés avec Angela Loureiro. En séance de danse-thérapie, il est compliqué d'encadrer la séance et d'observer les trois jeunes filles simultanément. La vidéo donne à voir certains mouvements non observés lors de la séance.

Cet outil permet de conserver une trace précise des mouvements, des comportements individuels et groupaux et fixe une progression dans le temps.

Afin de saisir un matériau fixe et de restreindre le recueil, il est décidé de circonscrire l'étude à une vidéo mensuelle, soit dix vidéos au total. Les vidéos sont choisies sur un critère

⁶³⁰ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.28.

⁶³¹ Lesage B., 2020, Notes de cours stage "Systèmes", p.48.

⁶³² Document de consentement, voir annexes pp.489-500.

qualitatif : il s'agit d'élire celles qui semblent les plus représentatives des modifications corporelles des adolescentes.

L'outil de la caméra est introduit aux jeunes filles comme faisant parti intégrante de la recherche. Il leur est signifié qu'il n'y a aucun gros plan ou focalisation sur l'une d'elles et que la caméra filme la salle dans son entièreté. Il leur est expliqué que la caméra est un moyen d'observer leur évolution en danse-thérapie. La présence de la caméra est stipulée dans les formulaires de consentement et d'assentiment.

À présent que nous avons précisé les principaux éléments relatifs à l'observation du mouvement, et la nécessité de l'outil de la vidéo, nous étudions les autres outils de la recherche.

7.4 Le journal de bord.

Le journal de bord correspond aux notes de la danse-thérapeute, écrites directement après la séance. Ces notes portent autant sur l'analyse du mouvement que sur la transcription du comportement des adolescentes en séance et leur répercussion sur le cadre interne de la danse-thérapeute.

Le journal de bord permet de compléter les données d'autres outils telles que la grille de l'Effort et les tableaux d'observation du mouvement, et enrichissent l'analyse en 3ème personne par la danse-thérapeute.

Le journal de bord figure des informations qui sont ensuite reprises pour rédiger les cas cliniques et assurer un suivi qualitatif de chaque adolescente d'une séance à l'autre.

Cet outil assure une continuité thérapeutique et permet de figurer des détails utiles à la rédaction de la recherche.

Le journal de bord, tout comme la grille de l'Effort et les tableaux d'observation du mouvement, propose une analyse depuis le point de vue de la danse-thérapeute.

L'axe phénoménologique qui traverse la méthodologie de cette étude implique d'interroger également le vécu des adolescentes avec des outils de recueil subjectif en 1ère personne.

7.5 Les dessins et les verbatim.

Le dessins et les verbatim sont des outils qui reposent sur un point de vue en 1ère personne. Ils apparaissent dans le protocole de recherche ajusté, à partir de Janvier 2019.

Outre le mouvement, l'idée d'introduire un second support d'expression est nécessaire afin de figurer une trace des mouvements réalisés pendant l'atelier, de proposer un support à la verbalisation de soi et d'engager un processus d'auto-réflexivité. La mise en place du support

du dessin reste effective à chaque atelier de danse-thérapie de Janvier 2019 jusqu'à la fin du mois de Juin 2019.

À chaque séance, avant le rituel de fin, une session de dessin, d'une durée de dix minutes environ, est proposée dans la salle de danse-thérapie. Des feuilles de couleurs, des crayons de couleurs, des feutres et des crayons pastels sont mis à disposition des adolescentes.

Nous rappelons aux adolescentes que ce temps est personnel, nous leur demandons de respecter l'espace et l'intimité de chacune. Ce temps de création est individuel : chaque jeune est invitée à s'isoler des autres pour mener à bien son processus. L'éducatrice et moi-même veillons au respect de l'espace de chacune et à la confidentialité des dessins produits.

L'éducatrice dessine ou se tient à distance des jeunes filles et je me tiens à l'écart, en fermant l'espace dans le but de favoriser une contenance spatiale. Cette volonté de créer un espace-cocon est mise en place afin de favoriser l'expression des jeunes filles. Je me place entre l'espace de danse investi par les adolescentes et le couloir qui donne sur la porte d'entrée afin de prévenir toute éventuelle venue d'une personne extérieure, bien que ça ne soit jamais arrivé. Je tiens un rôle de "rempart" garantissant l'enveloppe de l'expérience.

Durant le temps du dessin, une musique douce et mélodieuse est diffusée en arrière-fond.

Une phrase est suggérée comme consigne de création pour cadrer, nourrir les productions et établir le continuum thérapeutique : "Si mon corps pouvait parler, il dirait...".

Cette phrase, qui guide la création des dessins, s'inspire des travaux de Daria Halprin. Dans le protocole d'expression *Life Art Process*⁶³³, Daria Halprin propose un dialogue entre les médiums de la danse, du dessin, de la voix et de l'écriture. Cette méthode de dialogue inter-médium fait écho au processus de visualisation psychocinétique d'Anna Halprin qu'elle crée à la fin des années 1960 et qui entend des interactions entre mouvement, dessins et dialogues poétiques.⁶³⁴

Anna et Daria Halprin expérimentent le lien entre différents médiums dans un but thérapeutique : "En travaillant de façon systématique et répétitive sur les relations entre chacun de ces moyens d'expressions, nous recréons et renforçons constamment l'interaction

⁶³³ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p. 174.

⁶³⁴ Halprin A., 2009, *Mouvements de vie*, Traduit par Élise Argand et Denise Luccioni. Bruxelles, Contredanse.

entre le corps, l'émotion et l'imaginaire. Chaque médium s'adresse avec une résonance particulière aux niveaux physique, émotionnel et mental de notre *être là*.⁶³⁵

L'alliance des médiums s'envisage, non pas dans l'ajout de l'un sur l'autre, mais dans une véritable complémentarité du processus de création : "Le dessin engage notre sens visuel et, lorsqu'il est relié au mouvement et à l'imaginaire, il entre en résonance avec le corps, les émotions et le mental."⁶³⁶ Le support d'expression pictural vient compléter le support expressif du mouvement : c'est une transposition d'un médium à un autre. Le chemin thérapeutique se poursuit d'une médiation éphémère qu'est la danse à la médiation du dessin qui s'inscrit comme une trace constante. Le dessin invite à la continuité de l'expression non-verbale.

Nous portons notre attention sur les mouvements des jeunes filles pendant qu'elles dessinent. L'observation de leur langage non-verbal est noté dans le journal de bord, après la séance, pendant le temps de post-groupe.

Lorsque les adolescentes ont terminé leurs dessins, nous nous rassemblons en cercle rapproché, en position assise. Si elles le souhaitent, les adolescentes peuvent partager leurs dessins avec le groupe. Elles ont le choix de le présenter ou de le garder pour elles. Lorsqu'elles choisissent de le montrer, je les invite à en parler en minorant mes interventions verbales pour faciliter leur libre expression et leur libre-association.

Le recueil des verbatim est un outil subjectif. L'approche est phénoménologique car les verbatim sont la transcription d'une parole du corps vécu en première personne. Il s'agit de dépasser une attitude objectivante pour prendre en compte le vécu comme phénomène et réel marqueur scientifique.

Chaque adolescente a la possibilité de s'exprimer sur son dessin si elle le souhaite mais il n'y a aucune obligation explicite ou implicite qui sous-tend cette expression. Le partage ancre la parole dans une enveloppe groupale.

Dans l'optique d'une recherche exploratoire, il est décidé avec l'éducatrice que nous nous gardons d'induire leur expression verbale. Une règle est posée dans le groupe concernant le non-jugement esthétique et l'absence de commentaires à propos des dessins des autres.

⁶³⁵ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.182.

⁶³⁶ Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or, p.182 d'après l'ouvrage de Knill P., Barba H.N., Fuchs M.N., 1995, *Minstrels of the Soul : Intermodal Expressive Therapy*, Toronto, Palmerston.

La tendance au jugement étant très présente dans ce groupe, cette règle est essentielle pour libérer la parole des jeunes. À ce sujet, nous adoptons une position très ferme et reprenons chaque jeune qui outrepassé cette règle.

Nous veillons également à créer un échange respectueux afin de construire un groupe dans lequel chaque adolescente puisse se sentir en confiance. La seconde règle communiquée désigne l'interdiction de couper la parole à autrui. C'est une règle fondamentale car la capacité d'écoute du groupe est faible. Les jeunes ont l'habitude de réagir vivement sans écouter l'autre.

Les verbatim sont enregistrés via l'application "Dictaphone" d'*iPhone*, dont l'écran est posé face contre sol, afin que les adolescentes ne voient pas l'enregistrement qui s'affiche, ce qui pourrait être vécu comme inhibant. Le dispositif est discret et permet de ne pas générer une sensation similaire à l'entretien.

Suite au temps de verbatim, les adolescentes ont le choix de laisser leurs dessins à la danse-thérapeute ou de les garder avec elles. Les dessins confiés sont regroupés dans une pochette et conservés dans un tiroir qui ferme à clef à mon domicile. Ils ne sont pas consultés par d'autres personnes mais apparaissent dans le cadre de cet écrit de thèse en annexe. Comme éthiquement convenu dans le formulaire de consentement, les dessins sont visibles mais anonymisés.

Le dessin et les verbatim sont des outils du recueil du vécu introspectif et expressif de chaque adolescente qui apparaissent dans le protocole ajusté de recherche.

7.6 Les entretiens

L'outil des entretiens est présent dès le premier dispositif de recherche afin d'établir un recueil du vécu des participantes dans l'atelier de danse-thérapie en le corrélant aux modifications corporelles observées avec la grille de l'Effort de Laban.

Chaque adolescente est invitée à observer les vidéos en vue de repérer d'éventuelles modifications corporelles. L'adolescente gère elle-même la lecture de la vidéo. Il lui est indiqué de mettre la lecture de la vidéo sur "pause" lorsqu'elle se souvient d'une image ou d'une sensation qui a émergé à un moment précis de la séance. L'auto-analyse vidéo permettrait à chaque adolescente de mettre en relation les modifications corporelles avec d'éventuelles images ou sensations éprouvées.

Afin d'étudier l'émergence des *phantasia* (images, sensations, mouvements inconscients) dans le mouvement dansé, des *timecodes* rigoureux sont notés en amont par la danse-thérapeute et déterminent les modifications corporelles observées. Lorsque l'adolescente a fini de visionner

la vidéo, il lui est proposé de lui montrer les moments repérés par la danse-thérapeute, correspondant aux *timecodes*. L'adolescente est invitée à s'exprimer librement et à faire part de ses images et sensations présentes durant le visionnage des extraits choisis.

Les entretiens se déroulent en fin de recherche, début Juillet 2019. Le choix de l'auto-analyse vidéo advient après l'accompagnement en danse-thérapie. L'entretien et l'auto-confrontation vidéo sont programmées lorsque les séances sont terminées afin de ne pas fausser le rapport au corps en séance. L'auto-observation de son propre corps en mouvement peut être déstabilisant. Aussi, ce temps d'auto-analyse est proposé aux adolescentes dans l'optique de souligner leur évolution au cours de la recherche.

Un rendez-vous individuel est pris avec chacune des trois adolescentes dans une salle de l'institution. Ce lieu est connu des adolescentes puisqu'il accueille habituellement leurs familles ou responsables légaux en visite.

Chaque entretien est enregistré via l'application "Dictaphone" d'*iPhone* avec l'autorisation orale de chacune des participantes. La durée de l'entretien évolue en fonction du temps de parole de chaque jeune accueillie.

Mais il s'avère que cet outil n'est pas efficient sur le terrain. Les adolescentes éprouvent beaucoup de difficultés à verbaliser leurs ressentis et à élaborer verbalement à propos des éventuelles images et sensations vécues. Nous détaillerons par la suite le contenu des entretiens et dégagerons des pistes d'analyses de la non-efficience de cet outil.

Afin d'envisager un outil qui relève de l'évaluation objective, dans l'analyse directe du corps vivant, l'outil de mesure de la variabilité cardiaque est envisagé.

7.7 Variabilité cardiaque : l'outil des montres connectées

Dès Septembre 2018, un outil de recueil de données physiologiques est choisi pour compléter les données du vécu et de l'analyse du mouvement. L'objet d'étude de la variabilité cardiaque comme marqueur physiologique semble être opportun dans cette recherche car peu invasif.

Le choix se porte sur les montres connectées *Garmin Vivosmart 3*. Chaque montre mesure la variabilité cardiaque du sujet qui la porte.

Cet outil est présenté aux adolescentes comme inclus dans la recherche "(...) afin d'évaluer la courbe cardiaque" pour déterminer si la danse-thérapie "fait du bien au corps."⁶³⁷ Les montres

⁶³⁷ Formulaire d'assentiment, annexes, pp.489-500.

connectées représentent l'outil le plus visible car directement en contact avec le corps des adolescentes. Bien qu'elles acceptent de porter les montres, les adolescentes rejettent parfois cet outil qui semble cristalliser les résistances au travail thérapeutique.

Afin de faciliter l'acceptation de cet outil, chaque montre est disposée sur le bureau de la salle de danse-thérapie avec le prénom de chacune des adolescentes. Ainsi, elles peuvent s'en saisir elles-mêmes dès leur arrivée en séance. Chacune a sa propre montre dédiée, ce qui permet d'évaluer les résultats et d'insister sur le caractère personnalisé de cet outil.

À chaque début de séance, je propose d'aider les adolescentes à attacher les montres à leurs poignets. C'est un moment de proximité physique où il s'agit de les contacter avec douceur et de créer un premier lien avec le regard. Ensuite, le rituel mis en place est l'énoncé d'un "top départ" groupal où chacune configure sa montre simultanément, créant ainsi un premier rapport de groupalité.

La montre connectée est utilisée afin de mesurer la variabilité de la fréquence cardiaque de chaque participante. À partir de ces données, l'observation se focalise sur les éventuelles modifications de la variabilité cardiaque et leurs corrélations avec les modulations corporelles observées avec la grille de l'Effort. L'enjeu est d'observer s'il y a présence d'une simultanéité entre la modulation du mouvement et la variabilité cardiaque : si l'adolescente modifie son rapport au Flux, est ce que la courbe de variabilité cardiaque devient plus cohérente ?

La variabilité de la fréquence cardiaque (VFC) désigne l'intervalle entre deux battements de coeur. L'irrégularité naturelle du rythme cardiaque amène des fluctuations de durée des intervalles entre deux battements cardiaques, créant un phénomène de variabilité.

Les fluctuations opèrent sous contrôle du système nerveux autonome (SNA) qui réagit aux besoins internes et aux sollicitations externes.

Les fluctuations de la variabilité cardiaque entre deux contractions déterminent l'effort mental produit par le sujet⁶³⁸. L'effort mental entraîne une diminution de la VFC (basses fréquences :

⁶³⁸ Bernston, G.G., Thomas Bigger, J., JR., Eckberg, D.L., Grossman, P., Kaufmann, P.G., Malik, M., Nagajara, H.N., Porges, S.W., Saul, J.P., Stone, P.H. and Van Der Molen, M.W., 1997, Heart rate variability : Origins, methods, and interpretive caveats, *Psychophysiology*, 34: 623-648.

0,04–0,15 Hz) qui s'explique par la régulation du système sympathique.⁶³⁹ L'effort mental que nécessite l'imagerie mentale serait donc mesurable par la VFC.

La diminution de la VFC provoque une baisse du tonus vagal par l'activation du système sympathique. À l'inverse, l'augmentation de la VFC génère une activation du système parasympathique.⁶⁴⁰

En évaluant l'activité du système nerveux autonome (SNA), la VFC apparaît être un marqueur de l'équilibre entre les systèmes sympathique et parasympathique. La VFC aurait donc une action dite "positive" ou "négative" sur les mécanismes physiologiques émotionnels, mais cette supposition reste à interroger : "Les personnes dont la variabilité de la fréquence cardiaque est élevée ont tendance à éprouver un meilleur bien-être émotionnel que celles dont la variabilité de la fréquence cardiaque est faible, mais les mécanismes de cette association ne sont pas encore clairs."⁶⁴¹

La VFC est intimement liée à l'activité respiratoire : "L'inspiration inhibe temporairement l'influence du parasympathique et produit une accélération du rythme cardiaque et au contraire l'expiration stimule le système nerveux parasympathique et induit un ralentissement du cœur."⁶⁴²

Ces fluctuations rythmiques déterminent la cohérence cardiaque qui décrit un état d'équilibre sympathovagal idéal⁶⁴³, soit un équilibre émotionnel stable et harmonieux. L'activité, l'environnement et l'état psychologique ont donc un impact direct sur la respiration et la VFC.

⁶³⁹ Bernston, G.G., Thomas Bigger, J., JR., Eckberg, D.L., Grossman, P., Kaufmann, P.G., Malik, M., Nagajara, H.N., Porges, S.W., Saul, J.P., Stone, P.H. and Van Der Molen, M.W., 1997, Heart rate variability : Origins, methods, and interpretive caveats, *Psychophysiology*, 34: 623-648.

⁶⁴⁰ Servant D, Logier R, Mouster Y, Goudemand M, 2009 Oct, La variabilité de la fréquence cardiaque. Intérêts en psychiatrie [Heart rate variability. Applications in psychiatry], *Encephale*, 35(5), pp.423-428.

⁶⁴¹ Mather M., Thayer J. F., February 2018, How heart rate variability affects emotion regulation brain networks, *Current Opinion in Behavioral Sciences* Volume 19, pp.98-104. Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Individuals with high heart rate variability tend to have better emotional well-being than those with low heart rate variability, but the mechanisms of this association are not yet clear".

⁶⁴² Servant D., Logier R., Mouster Y., Goudemand M., Octobre 2009, La variabilité de la fréquence cardiaque. Intérêts en psychiatrie, *L'Encéphale*, Volume 35, Issue 5,, pp.423-428, page 424.

⁶⁴³ Bernardi L, Porta C, Gabutti A, et al. 2001, Modulatory effects of respiration, *Autonomic neuroscience: basic and clinical*, 56, pp.90-47.

Afin de mesurer la VFC, différentes approches sont possibles : les mesures temporelles ou fréquentielles⁶⁴⁴. Le relevé temporel consiste à mesurer l'écart entre deux intervalles de battements cardiaques dites "intervalles R-R" et d'évaluer un écart-type dans le temps. Si l'écart-type de l'intervalle R-R est bas, la VFC diminue.

La méthode fréquentielle consiste à observer le rythme cardiaque en effectuant une moyenne entre les hautes fréquences (HF : entre 0,15 Hz et 0,40 Hz) qui se rapporte à l'activité du système nerveux parasympathique et les basses fréquences (LF : entre 0,04 et 0,15 Hz) correspondant à l'activité sympathique. Cette moyenne indique l'équilibre sympathovagal.⁶⁴⁵

La mesure la plus précise de la VFC est réalisée à partir d'un électrocardiogramme (ECG). Des ceintures ou bracelets connectés à un capteur ECG représentent le matériel le plus utilisé dans la recherche scientifique. Les données sont ensuite analysées par un logiciel temporel et fréquentiel, qui rend compte de la VFC en battements par minute (Bpm) et qui se matérialise sous forme de courbe : le tachogramme.

Le tachogramme se présente sous deux types de courbes : la courbe dite chaotique apparaît comme un tracé irrégulier (par exemple lors d'un phénomène de stress). À l'opposé, la courbe est dite "cohérente" lorsqu'elle apparaît comme stable, traduisant un état de cohérence cardiaque.

L'état de cohérence cardiaque génère un apaisement chez le sujet et se pratique par des exercices de respiration, l'activité cardiaque étant directement liée à l'activité respiratoire.

La VFC est particulièrement utilisée dans la recherche en psychiatrie comme un outil visant à réduire l'impact du stress et des dérèglements émotionnels. Dans les différents troubles anxieux (anxiété phobique⁶⁴⁶, anxiété généralisée⁶⁴⁷, stress post-traumatique⁶⁴⁸, trouble

⁶⁴⁴ Akselrod S, Gordon D, Ubel FA, et al., 1981, Power spectrum analysis of heart rate fluctuation: a quantitative probe of beat-to-beat cardiovascular control, *Science*, 2, pp. 213-220.

⁶⁴⁵ Servant D, Logier R, Mouster Y, Goudemand M, 2009 Oct, La variabilité de la fréquence cardiaque. Intérêts en psychiatrie [Heart rate variability. Applications in psychiatry], *Encephale*, 35(5), pp.423-428, p. 425.

⁶⁴⁶ Kawachi I., Sparrow D., Vokonas P. S., et al., 1995, *Decreased heart rate variability in men with phobic anxiety (data from the normative aging study)*, *Am J. Cardiol*, 5, pp.75-882.

⁶⁴⁷ Thayer J. F., Lane R. D., 2000, A model of neurovisceral integration in emotion regulation and dysregulation, *J. Affect Disord.*, 61 (3), pp.201-216.

⁶⁴⁸ Cohen H., Benjamin J., 2006, Power spectrum analysis and cardiovascular morbidity in anxiety disorders, *Auton Neurosciences*, 30, pp.1-8.

panique⁶⁴⁹), on retrouve une baisse de la VFC au repos provenant du SNA : "Friedman et Thayer⁶⁵⁰ ont proposé un modèle de l'anxiété impliquant une dysrégulation du SNA.

Les attaques de panique récurrentes, caractéristiques du trouble panique, s'expliqueraient par une diminution de la flexibilité physiologique et psychologique du SNA qui se traduirait par une diminution de la VFC."⁶⁵¹

L'abord de techniques comme le biofeedback (études de Del Pozo JM, Gevirtz RN, Scher B, et al.⁶⁵² et Nolan RP, Kamath MV, Flora JS, et al.⁶⁵³), la relaxation et la méditation (étude de Terathongkum S, Picker RH)⁶⁵⁴ permettent d'augmenter la VFC, d'activer le système parasympathique afin de ressentir un état de mieux être.

Dans cette recherche, la VFC comme donnée physiologique pourrait mesurer l'impact émotionnel des modifications corporelles en danse-thérapie à partir de l'analyse des courbes qu'elle génère : courbe cohérente ou courbe chaotique.⁶⁵⁵

⁶⁴⁹ Yeragani V. K., Pohl R., Berger R., et al., 1993, Decreased heart rate variability in panic disorder patients: a study of power-spectral analysis of heart rate, *Psychiatry Res.*, 46(1), pp. 89-103.

⁶⁵⁰ Friedman B. H., Thayer J. F., 1998, Anxiety and autonomic flexibility : a cardiovascular approach, *Biol Psychol.*, 63, pp.47-243.

⁶⁵¹ Servant D., Logier R., Mouster Y., Goudemand M., Octobre 2009, La variabilité de la fréquence cardiaque. Intérêts en psychiatrie, *L'Encéphale*, Volume 35, Issue 5, pp.423-428, page 426.

⁶⁵² Del Pozo J. M., Gevirtz R. N., Scher B., et al., 2004, Biofeedback treatment increases heart rate variability in patients with known coronary artery disease, *Am Heart J*;147:E11.

⁶⁵³ Nolan R. P., Kamath M. V., Flora J. S., et al., 2005, Heart rate variability bio-feedback as a behavioral neurocardiac intervention to enhance vagal heart rate control, *Am Heart J*;149(6): 1137.

⁶⁵⁴ Terathongkum S., Picker R. H., 2004, Relationships among heart rate variability, hypertension, and relaxation techniques, *J. Vasc Nurs* ;22, pp.78-82.

⁶⁵⁵ De Charly Cungi, Deglon C., 2011, *Cohérence cardiaque: Nouvelles techniques pour faire face au stress*, Editions Retz.

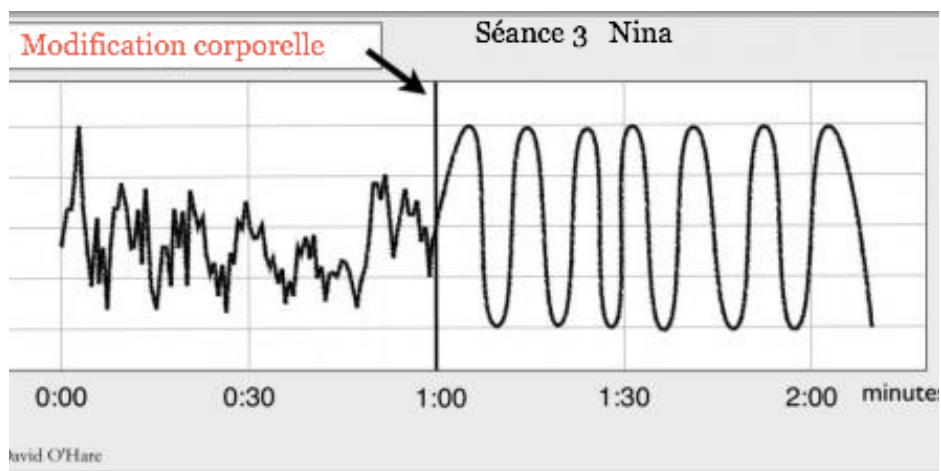


Figure 5 : Courbe de fréquence cardiaque corrélée à la modification corporelle.

Légende.⁶⁵⁶

⁶⁵⁶ Figure inspirée du modèle de David O'Hare.

7.7.1 Protocole de recherche : modification de l'outil des montres connectées *Garmin Vivosmart 3* pour le capteur de variabilité cardiaque *EMwave Pro* .

Le premier protocole de recherche intègre le port de montres connectées *Garmin Vivosmart 3*. Cependant, après utilisation, il se trouve qu'elles s'avèrent très peu précises pour calculer la variabilité cardiaque : "En ce qui concerne le *Garmin Vivosmart 3*, le service clientèle de *Garmin* signale que le capteur n'est pas destiné à l'analyse du VRC⁶⁵⁷ par les utilisateurs ou par des applications tierces."⁶⁵⁸

En raison du manque de possibilités d'analyse qu'offrent les montres connectées, un outil de mesure capable d'évaluer la variabilité avec précision est requis. Parmi les outils utilisés par les cabinets de cohérence cardiaque en France, le capteur auriculaire *EMwave Pro* semble être l'un des moins invasifs. Avec l'accord de la direction de thèse et du laboratoire, il a été décidé d'utiliser le capteur et le logiciel *EMwave Pro* afin de rendre compte d'une mesure de variabilité cardiaque valable.

Le temps de s'apercevoir que les montres connectées n'étaient pas efficaces, la recherche sur le terrain est close. Le nouvel outil de mesure de la VFC devait être mis à disposition du groupe de danse-thérapie à partir de Septembre 2019, même si la recherche sur le terrain avec les autres outils avait cessé en Juin 2019.

Le groupe de l'atelier de danse-thérapie de l'année 2019-2020 devait être composé des mêmes jeunes filles mais il s'avère que ça n'a pas été le cas du fait de problématiques familiales et individuelles. J'interroge la possibilité de conduire le protocole de recueil de la variabilité cardiaque avec un groupe de trois jeunes filles, de septembre 2019 à Juin 2020, bien qu'une seule des adolescentes du précédent groupe de recherche soit présente dans le nouveau groupe de danse-thérapie.

Il est envisagé de débiter le recueil de variabilité cardiaque avec le nouvel outil malgré le changement de composition du groupe de danse-thérapie. Il faut donc ré-éditer des formulaires de consentement et d'assentiment, les distribuer au groupe et attendre le retour des formulaires signés par les parents ou représentants légaux.

Il est décidé de ne plus porter l'observation sur le moment de modification du facteur Flux car après analyse, il s'avère que la modulation corporelle s'étaye sur toute la séance de danse-

⁶⁵⁷ Variation du Rythme Cardiaque, synonyme de VFC.

⁶⁵⁸ EHRV Website : <https://help.elitehrv.com/article/119-why-can-t-i-use-my-wrist-hr-monitor-or-led-pulse-oximetry-monitors-like-fitbit>, consultée le 4 juillet 2019.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "For the *Garmin Vivosmart 3* specifically, *Garmin* Customer Service reports that the sensor is not intended for HRV Analysis by users or by 3rd party apps".

thérapie même si certains moments circonscrivent une progression. Nous choisissons donc d'observer les fluctuations de la VFC en amont et après la séance de danse-thérapie.

L'objectif est de mettre à jour la possibilité d'un état de cohérence cardiaque en fin de séance dû à l'activité de la danse-thérapie et l'émersion des *phantasia*. L'hypothèse est que l'activité de danse-thérapie entraînerait une augmentation de la VFC et permettrait ainsi une régulation émotionnelle chez ces adolescentes particulièrement instables émotionnellement, dont les comportements sont traversés par l'impulsivité et l'anxiété.

Le recueil de données ne peut commencer qu'à réception des formulaires. Du fait de la longueur de la procédure (les formulaires ne sont toujours pas signés en mars 2020), la question se pose d'observer la VFC sur une période de trois mois : Avril, Mai et Juin 2020.

Les recherches en cohérence cardiaque précédemment citées font état du recueil de la variabilité cardiaque sur un nombre restreint de séances. Il est ainsi envisagé de lancer un protocole sur une durée de trois mois pour cette étude.

Or, l'actualité pandémique du Covid-19 empêche la mise en place du protocole. En effet, l'ITEP fait l'objet d'une restriction d'accueil du public, ordonnée par l'Agence Régionale de Santé dès le 13 mars 2020 et marque l'arrêt des séances de danse-thérapie. La mise en place du recueil de la variabilité cardiaque est donc suspendue jusqu'à la reprise des ateliers à une date inconnue.

Finalement, suite à l'actualité pandémique et à l'impossibilité de continuer les accompagnements de danse-thérapie groupaux au bénéfice des séances individuelles jugées plus adaptées au niveau sanitaire par l'institution, il n'est pas possible d'utiliser l'outil de variabilité cardiaque *Emwave Pro*.

Plusieurs raisons caractérisent cet abandon. Premièrement, les conditions de la recherche changent d'une séance en groupe à une séance individuelle. Les jeunes filles sont séparées, ce qui rend difficile l'évaluation des résultats, étant donné que chaque sujet n'aura pas vécu la même séance.

La seconde raison qui n'est pas liée à la pandémie est que d'une année à l'autre, les adolescentes accompagnées ne sont pas les mêmes. Après réflexion, cela semble incohérent d'étudier la variabilité cardiaque sur d'autres adolescentes que celles de la recherche, tant cette étude est qualitative (cas cliniques, analyse du mouvement).

Enfin, la pandémie rend difficile la procédure du port du matériel (désinfection compliquée car le matériel n'est pas fait pour être désinfecté après chaque utilisation).

Finalement, l'outil de mesure de la VFC n'apparaît donc pas dans cette recherche. L'absence de mesure physiologique oriente davantage l'étude vers les sciences du vécu reposant sur le recueil de données qualitatives.

Cette recherche s'attèle à analyser la possible évolution des capacités des adolescentes ayant des troubles du comportement par le recueil des différents outils cités précédemment : la grille d'analyse du mouvement de l'Effort et les tableaux d'observations du mouvement, la vidéo, les entretiens, les dessins et les verbatim, le journal de bord.

Les *phantasia* permettraient de réels bénéfices thérapeutiques grâce au développement de l'expression de soi (entretiens, verbatim, dessins), à l'accroissement des capacités du corps en mouvement (Grilles Effort, tableaux d'observation du mouvement, vidéo, journal de bord).

Il s'agit d'étudier les résultats dans un axe temporel, d'analyser leur évolution au cours de l'année et d'observer s'ils font lien et génèrent des bénéfices thérapeutiques conjointement. Afin de mettre en pratique l'étude des résultats, nous vérifions la validité des outils choisis.

8. Critères de validation des outils.

La grille de l'Effort, complétée par les tableaux d'observation du mouvement, sont deux outils qui se construisent à chaque séance hebdomadaire, de septembre 2018 à Juin 2019, afin de garantir le temps nécessaire à la possible évolution de chaque participante. Ces outils témoignent d'une fidélité temporelle puisqu'ils se maintiennent dans le temps. L'analyse se déroule du point de vue subjectif de la danse-thérapeute mais les outils se construisent sur des données concrètes via une grille de mouvement et des tableaux d'observation.

Par la diversité de ses sources et la focalisation sur le facteur Flux, ces outils révèlent une lecture du corps engagé dans le mouvement. Ils ont valeur de diagnostic puisqu'ils soulignent les faiblesses et les forces de chaque adolescente. La grille de l'Effort et surtout les tableaux d'observations du mouvement s'inscrivent dans une démarche davantage phénoménologique qu'analytique en privilégiant la description, ce que nous pouvons lire dans les cas cliniques.

Le dessin est un outil qui permet une transposition du vécu via un médium alternatif au mouvement. Cet outil observe une fidélité temporelle car chaque dessin observé de Janvier à Juin 2019 témoigne de l'évolution expressive des adolescentes. L'analyse de chaque dessin est descriptive afin d'exclure une lecture interprétative des productions des adolescentes.

Les verbatim représentent un outil subjectif qui rend compte du vécu du sujet avec une explicitation verbale directe (à la différence du dessin). Le verbatim de chaque adolescente intervient dans un dispositif groupal qui peut accompagner ou restreindre l'expression.

Les entretiens renseignent sur le vécu de l'adolescente en lien avec la modification corporelle. Cet outil est subjectif puisque la participante s'exprime directement.

La vidéo est un outil objectif qui enregistre les mouvements et comportements des adolescentes tout au long de la recherche. La vidéo représente un outil fiable et précis qui rend compte de l'évolution corporelle et psychique de chaque adolescente.

Les montres connectées *Garmin Vivosmart 3* sont un outil physiologique, de nature objective, qui s'avère remplacé par le capteur *emWave Pro*, jugé plus précis et fiable, pour mesurer la variabilité cardiaque. Ces outils physiologiques rapportent des données du corps vivant mais sont abandonnés au vu de leur faible précision et du contexte inapproprié de leur déploiement.

Les outils présentés ci-dessus s'étayent les uns les autres d'après des critères objectifs et subjectifs. La grille de l'Effort, les tableaux d'observation du mouvement, le journal de bord relèvent le point de vue de la danse-thérapeute. Le dessin, les verbatim, les entretiens expriment le point de vue des adolescentes. Le choix de l'analyse descriptive et de l'observation du vécu des adolescentes ancrent cette étude dans une démarche phénoménologique.

Les outils soulignent la distance entre l'image du corps vécu et le schéma corporel, la différence entre ce que perçoit l'adolescente et ce qu'elle exprime corporellement en séance.

Ils révèlent les besoins des participantes qui évoluent au cours de la recherche. Les outils s'avèrent essentiels afin de signifier les demandes non-verbales des adolescentes et permettent d'ajuster le protocole de recherche au plus près des besoins identifiés.

Ils reflètent également l'évolution des capacités corporelles et psychiques des adolescentes et témoignent de leur opposition puis de leur participation active en séance.

Bien que la moitié de ces outils soient élaborés d'après les nécessités du public, il s'avère que chaque outil possède ses propres limites qu'il convient de dégager afin de rendre cette recherche la plus efficiente possible.

9. Limite des outils utilisés.

La Grille de l'Effort de Rudolf Laban est une mesure objective qui répond à des critères d'analyses précis et détaillés (facteurs de mouvement). Elle représente une base analytique sur laquelle s'appuyer afin d'étudier les dynamiques de mouvement et l'implication du sujet dans le mouvement. Les données recueillies par cet outil s'enrichissent lorsqu'elles sont complétées par d'autres données que sont les tableaux d'observation du mouvement, l'histoire du sujet, les observations thérapeutiques (rapport de l'individu au groupe, au cadre, etc).

Afin d'évaluer les données de ces outils de lecture du mouvement, il est nécessaire de les replacer dans un contexte (thérapeutique, personnel, etc) de manière à considérer le sujet dans sa globalité. Pareil au concept d'habitus du philosophe français Pierre Bourdieu (1930-2002), il s'agit de ne pas figer l'habitus du sujet. Le mouvement (ici, la carte d'identité corporelle du sujet relative à sa construction psychique et corporelle depuis qu'il est nouveau-né) est envisagé dans sa progression au travers de la lecture du corps.

La vidéo est un outil objectif qui présente l'évolution des corps en mouvement des trois adolescentes de cette étude. Le choix de circonscrire la recherche à un échantillon d'une vidéo mensuelle est restrictif et occasionne une perte de données. Par exemple, une vidéo peut être représentative de l'évolution du mouvement d'une adolescente mais pas du reste du groupe. Le choix entraîne inéluctablement une perte. Cette perte représente une des limites majeures de l'utilisation de cet outil.

Il a été choisi de circonscrire une vidéo par mois afin d'établir un relevé temporel qui permette d'étudier l'évolution du mouvement de chaque patiente sur la durée de la recherche. Le choix de la vidéo observe d'autres limites. Une vidéo est choisie mensuellement parmi les autres de par son caractère qualitatif et quantitatif mais il est certain que ce choix est subjectif. Enfin, bien qu'étant un dispositif discret, "l'oeil" de la caméra est présent en séance et figure un regard extérieur.

Les dessins sont des outils subjectifs qui figurent la sphère sensitive et émotionnelle du sujet.

La transmodalité s'opère du mouvement au dessin et procède d'une trace subjective.

Les dessins ne sont pas utilisés dans une visée interprétative mais poursuivent l'expression après la mise en mouvement. Le choix de ne pas porter un jugement esthétique et d'interpréter le moins possible les dessins tente d'amenuiser la tendance analytique, notamment par l'utilisation primordiale de la description (démarche phénoménologique) mais aussi par

l'emploi du conditionnel lors du discours analytique. Cependant, la limite de l'interprétation demeure.

Certains dessins semblent échapper à la consigne "Si mon corps pouvait parler, il dirait...".

En modifiant la consigne, la jeune s'approprie davantage le dessin. En ouvrant à d'autres thématiques et en ne partant pas consciemment de la consigne, il peut s'observer un manque de fidélité au critère du récit du corps. Cependant, on peut s'interroger sur l'aspect inconscient de cette consigne et son cheminement, qui peut mener à des réponses parfois éloignées de la consigne de départ, mais qui restent profondément ancrées dans le récit de soi.

Les verbatim sont un outil en première personne, l'adolescente s'exprime directement.

Cette parole intervient dans un dispositif groupal. De ce fait, il est envisageable de relever le caractère limitant du groupe sur la parole de l'adolescente. Le lien à l'autre, ce qui se joue dans la relation avec les autres adolescentes et la présence des adultes conditionnent la mise en récit. Ainsi l'expression peut être inhibée par la groupalité. Cette limite est tout de même contrebalancée par la progression de l'alliance groupale qui sera rapportée dans les résultats (se réconforter, rassurer l'autre, etc.).

Les entretiens affichent des limites qui, dans cette recherche, appauvrissent cet outil sur le terrain. Le changement de cadre, le manque de support expressif, la relation directe que les entretiens instaurent, apparaissent être les limites majeures de cet outil.

Les entretiens se déroulent hors séance thérapeutique, dans une autre salle que celle de la danse-thérapie, à un jour et un horaire différents. Ce changement de cadre impacte directement les adolescentes qui me rencontrent dans un dispositif non repéré.

L'aspect individuel de l'échange modifie également le repère groupal habituel et influe sur la capacité d'expression. Chaque adolescente se retrouve seule, en face-à-face avec la danse-thérapeute pendant l'entretien et ne bénéficie plus de l'appui du groupe pour s'exprimer. L'entretien peut être vécu comme confrontant.

De plus, un changement de médium est observé, les médiations du mouvement et de l'image qui représentent des supports expressifs disparaissent. Il s'agit de s'exprimer avec des mots sans autre support que le verbe.

L'outil des entretiens indique des limites qui semblent ne pas faciliter l'introspection et l'expression et conditionnent la mise en place des défenses : fuite, refus de parler du sujet, repli sur soi, etc.

Le caractère temporel de cet outil occasionne un biais inéluctable. Chaque adolescente est reçue en fin de recherche, lorsque les séances de danse-thérapie sont terminées. Elles sont invitées à visionner des instants vécus auparavant. Elles sont confrontées à la difficulté de se remémorer les éventuelles sensations et images qu'elles ont éprouvé à un moment précis du mouvement.

Enfin, l'auto-confrontation vidéo peut être vécue comme difficile : se voir à l'écran peut susciter une altération de l'image du corps. Il y a possiblement un biais dans l'image de soi renvoyée par l'écran et le renforcement du jugement de soi, particulièrement prégnant chez ces adolescentes qui manquent de confiance en elles-mêmes.

Un des biais central du récit en 1^{ère} personne, autant dans des verbatim que dans les entretiens, est qu'il se révèle en fonction des capacités d'expression du sujet, de son curriculum, de ses possibilités.⁶⁵⁹ La description des données du corps vivant, perçues par le corps vécu souffre de transformations lors de sa mise en récit.

L'outil des montres affiche des limites d'ordre technique. De nombreux problèmes informatiques sont intervenus sur l'une des montres, ce qui n'a pas permis un relevé identique aux deux autres montres.

La méconnaissance de l'outil et de la revue de littérature de la variabilité cardiaque m'a amené à choisir un outil qui m'a été conseillé mais qui n'est finalement pas adapté à ma recherche. L'outil des montres connectées indique des résultats peu fiables et des mesures non précises.

Après de multiples recherches à propos du logiciel d'analyse de données et des appels à la société *Garmin*, il s'avère que les montres calculent la fréquence cardiaque à défaut de mesurer la variabilité cardiaque. Les montres connectées *Vivosmart 3* ne sont pas adaptées à la recherche scientifique des mesures de variabilité cardiaque du sujet.

Afin d'engager un travail qualitatif, il aurait été nécessaire d'être formée à la variabilité cardiaque et à l'application de ses outils de mesure. Cette formation n'étant pas envisageable au laboratoire, j'ai donc cherché des ressources (littéraires et humaines) pour envisager un outil fiable.

J'ai rencontré un spécialiste de la variabilité cardiaque qui travaille pour l'entreprise *EmWave Pro* afin d'être conseillée pour envisager l'utilisation d'un outil adapté. Le capteur *EmWave*

⁶⁵⁹ Andrieu B., 2016, *Sentir son corps vivant, Emersologie 1*, Paris, Vrin, p.136.

Pro présente certainement des limites qui n'ont pas pu être évaluées car le contexte pandémique et l'achèvement de la recherche sur le terrain n'ont pas permis son utilisation.

10. Variables.

La variable dépendante correspond aux évolutions des capacités des adolescentes et s'appuie sur les outils cités précédemment.

Dans le protocole actualisé, une autre variable dépendante complète l'étude et se caractérise par l'observation de la contenance via l'analyse du mouvement et le vécu des adolescentes.

La complémentarité des variables dépendantes au service de l'étude du capacitair permet d'accroître la fiabilité de la recherche.

Les variables dépendantes sont représentées par les modifications corporelles des adolescentes qui peuvent évoluer ou régresser à n'importe quel moment du travail thérapeutique, le développement de leur expression corporelle, verbale et artistique via la danse, les verbatim, le dessin et leurs réponses à l'entretien.

La variable dépendante de la verbalisation de la patiente est visible dans l'entretien. La mise en mots affadie l'expérience puisque l'émersion est difficile à se représenter consciemment et à verbaliser. C'est pourquoi les entretiens peuvent varier dans leur contenu par la capacité ou non de la participante à conscientiser l'émersion et à être en capacité introspective.

De plus, il est possible que la participante ne se souvienne pas de l'image, de ce qu'elle a ressenti. Ou si elle s'en souvient, elle peut ne pas souhaiter le partager. Enfin, la verbalisation dépend beaucoup de l'humeur de la patiente. Je remarque qu'une des patientes ne se sentait pas bien le jour de l'entretien, ce qui a rendu la verbalisation difficile car ses pensées négatives interféraient massivement dans l'échange.

Dans cette démarche exploratoire, j'observe des facteurs qui varient en fonction des comportements, des processus mentaux et corporels des participantes : ce sont les variables indépendantes. Les variables indépendantes sont les facteurs qui influent sur l'objet de la recherche. Plusieurs variables indépendantes où le sujet et la situation ont une influence sur l'expérimentation se distinguent.

L'influence du groupe est une variable indépendante. Le mouvement d'une participante peut faire écho au mouvement d'une autre adolescente du groupe. L'émergence que j'observe chez une participante via les outils peut également provenir d'une contagion du mouvement d'une ou plusieurs autres participantes du groupe. Ce processus est fluctuant.

La dynamique de groupe, qu'elle soit positive via des encouragements mutuels et des gestes de soutien, ou négative par le biais d'attaques de cadre, de violence verbale et physique, de jugements et de commentaires dégradants, participe amplement à la réception de l'expérience de danse-thérapie.

Certaines séances montrent comment une adolescente peut perturber le groupe, notamment en début d'accompagnement. D'autres séances figurent, au contraire, des mouvements de soutien et d'encouragement entre les adolescentes.

Le comportement des adolescentes est une variable indépendante majeure. Leur situation familiale, scolaire et sociale problématise leur quotidien, d'où leur prise en charge à l'ITEP. Parfois, elles arrivent en séance angoissées et préoccupées par leurs difficultés ou par un événement négatif qui est survenu dans leur quotidien, ce qui change leur rapport à elles-mêmes et leur implication dans la séance.

La prise en charge médicamenteuse (oublis, modification du traitement, etc) influe également sur leur comportement en séance.

Les périodes d'arrêt des séances (vacances scolaires, jours fériés) modifient leur attitude et leur capacité d'expression. Les adolescentes quittent l'ITEP pour rejoindre leurs familles d'accueil ou leurs familles biologiques, ce qui entraîne souvent des désorganisations psychiques et corporelles qui se répercutent en séance, à leur retour.

Le positionnement thérapeutique de la danse-thérapeute est également une variable indépendante car il influe sur le cadre de la séance. C'est pourquoi la préparation amont de la séance (danse, méditation) et l'analyse du contre-transfert en supervision sont nécessaires afin de garantir un cadre thérapeutique stable et des capacités d'accueil des mouvements psychiques des patientes.

Les outils, à travers leurs utilisations, les limites qui leur incombent et les variables qui influent sur la recherche, mettent à jour la difficulté de se référer à des outils scientifiques repérés dans le domaine de la recherche en danse-thérapie.

Certains outils s'avèrent efficaces avec certains types de publics, d'autre moins. Il n'y a pas d'outil-type qui circonscrit une recherche en danse-thérapie, si ce n'est l'analyse du mouvement. Cela laisse le champ libre à l'appropriation et la construction d'outils tout en ne pouvant pas confirmer leur fiabilité et leur validité.

Le processus d'analyse des résultats est l'ultime étape qui rend compte de l'efficacité ou non des outils utilisés pour un public en particulier. Durant cette recherche, les outils ont évolué en fonction du changement de dispositif.

11. L'évolution de la recherche sur le terrain : la description des deux dispositifs.

11.1 Premier dispositif de recherche.

Le premier dispositif de recherche est pensé en amont, lorsque le public n'est pas encore choisi. Le premier dispositif s'inspire d'une précédente recherche⁶⁶⁰ conduite avec des adultes souffrant d'addictions. Lorsque le choix du public se porte sur les adolescentes ayant des troubles du comportement accueillies en ITEP, il est décidé de conduire le même dispositif que dans la précédente recherche au vu des résultats positifs engendrés.

Le premier dispositif comprend :

- Un entretien-rencontre entre la danse-thérapeute et l'éducatrice au début de la recherche.
- Une présentation de la recherche à l'équipe institutionnelle (éducateur.trice.s, thérapeutes, enseignant.e.s).
- Une séance hebdomadaire de danse-thérapie de Septembre 2018 à Juillet 2019.
- Un entretien post-groupe entre l'éducatrice et la danse-thérapeute après chaque séance.
- Un dispositif vidéo discret disposé dans la salle pour filmer les séances.
- La participation de la danse-thérapeute à une réunion d'équipe mensuelle.
- Le port de montres connectées mesurant la variabilité cardiaque.
- La réalisation de grilles de lectures du mouvement selon la grille de l'Effort de Rudolf Laban.
- Les entretiens individuels avec la danse-thérapeute en fin d'expérience, début juillet 2019.

Un axe temporel est envisagé afin d'établir les étapes constitutives de la recherche.

De Septembre à novembre 2018 : Constitution du groupe, création d'un lien de confiance entre les membres du groupe, observation et lecture du mouvement avec la grille de l'Effort.

De novembre à fin décembre 2018 : Phase de test du dispositif, construction des grilles d'analyse du mouvement de chacune des participantes avec la grille de l'Effort de R. Laban (focus sur le facteur Poids), étude de la variabilité cardiaque avec les montres connectées.

⁶⁶⁰ Chamodon, J.M., 2017, Mémoire de recherche « *Les bénéfiques thérapeutiques d'une corrélation entre danse et représentation mentale* », Master "Création artistique, danse-thérapie", Université Paris 5 Descartes.

De janvier 2019 à juin 2019 : Recherche sur le terrain. Choix de baser la recherche sur l'analyse d'une séance par mois afin d'observer l'évolution de chaque patiente dans le temps et de restreindre le matériel recueilli dans une visée qualitative.

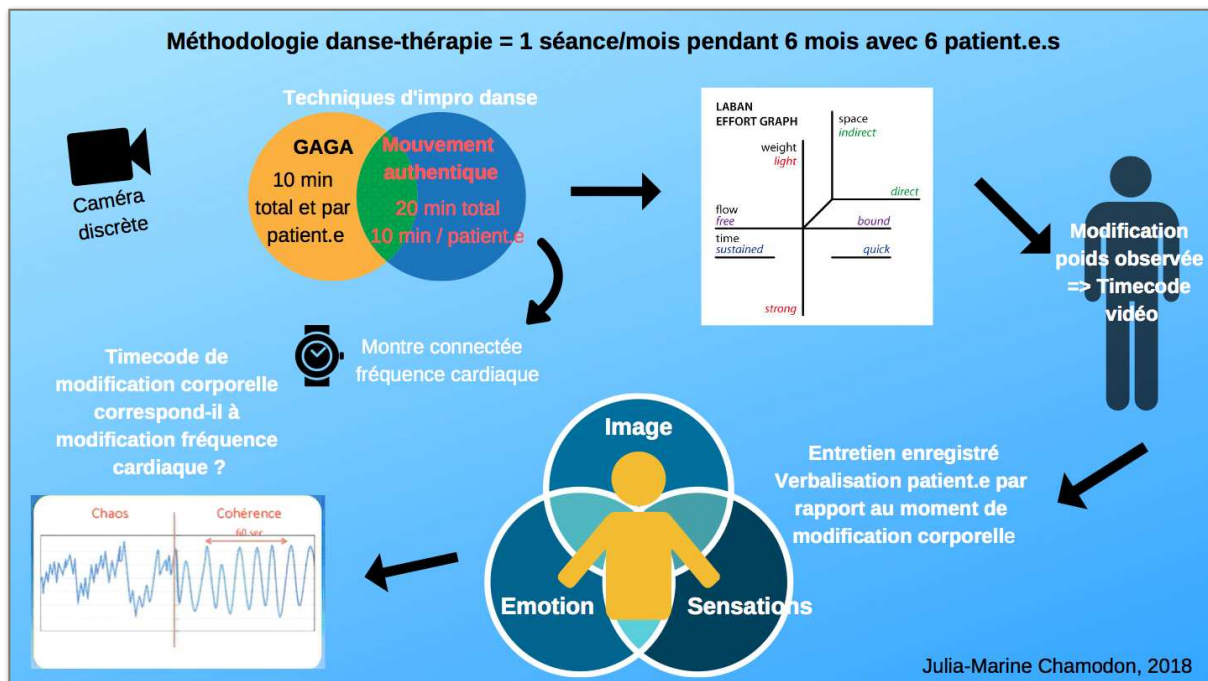


Figure 6 : Méthodologie du premier protocole de la recherche.

Légende 1.661

Tableau I : Méthodologie des données de la recherche du premier protocole.

Données recueillies		
Outils	Natures	Traitements effectués
3 Graphiques Effort de R. Laban	Lecture du mouvement. Focus sur le facteur Poids.	- Analyse du mouvement
6 vidéos de séances de DT filmées.	Improvisation, création personnelle.	- Auto-analyse de la participante. - Codage des moments de modifications corporelles.
3 entretiens exploratoires.	Verbatim (vécu, image, sensation) des participantes.	- Analyse.
Montres connectées.	Etude de la variabilité cardiaque pendant la séance.	- Séquençage. - Analyse.

11.2 Séance-type du premier dispositif de recherche.

L'atelier débute par un rituel de présentation issu de l'Expression Primitive qui mêle voix et geste : chaque participante énonce son prénom et réalise un mouvement de son choix pour se présenter au groupe.

S'ensuit un temps d'improvisation d'une durée de dix minutes qui s'inspire du langage de mouvement *Gaga* qui lie la suggestion mentale au mouvement dansé. Des images mentales sont suggérées par la danse-thérapeute afin d'éveiller et nourrir le mouvement dansé des adolescentes.

Afin de respecter une rigueur dans le dispositif de recherche, la danse-thérapeute répète les mêmes images et mouvements d'une séance à l'autre. Les images et mouvements sont suggérées dans le même ordre.

Certaines images suggérées sont inspirées directement du langage de mouvement *Gaga* que l'on peut retrouver dans le *Gaga Dictionary* en annexe. D'autres sont créées par la danse-thérapeute. Nous vous proposons de détailler les images suggérées.

L'image "*Luna*" se traduit par la "mise en mouvement des coussins des mains et des pieds (*moons*)."⁶⁶² Les "coussins" représentent les métatarses du pied qui contactent le sol et l'air dans une qualité de mouvement "moelleuse".

L'image "*pousse et attrape*" définit des mouvements où il s'agit de se représenter des éléments à pousser et à attraper, comme un objet lourd ou plus abstraitement : "quelque chose qui te fait plaisir".

L'image "*Yona*" se traduit par des "mouvements circulaires au niveau des articulations."⁶⁶³

Les mouvements circulaires sont réalisés en activant les articulations du corps.

L'image "*Boya*" dont la traduction est littéralement "spaghetti dans l'eau bouillante"⁶⁶⁴ caractérise un mouvement agité en tous sens. Le corps est invité à frémir, les mouvements éclatent de l'intérieur vers l'extérieur, du tronc vers la périphérie du corps. La fonction de cette image est de susciter "un 'lâcher prise' du geste improvisé dans une sphéricité kinesthésique agitée."⁶⁶⁵

⁶⁶² dans le dictionnaire *Gaga*, Annexes, p.501.

⁶⁶³ dans le dictionnaire *Gaga*, Annexes, p.501.

⁶⁶⁴ dans le dictionnaire *Gaga*, Annexes, p.501.

⁶⁶⁵ Vassileva B., *Réflexions sur la pratique de la danse "gaga" en Israël*, <https://cirras-net.org/?p=1199>, consultée le 24/01/2020.

L'image "*Floating*"⁶⁶⁶, traduisible par "flotter", invite le sujet à imaginer son corps flotter dans l'air ou dans l'eau.

L'image "*Moving hands from the heart*"⁶⁶⁷, se traduit par "mettre en mouvement les mains depuis le coeur".

La nécessité de répéter cette série d'images suggérées, dans le même ordre en présentant corporellement les mêmes mouvements et la même intonation de voix lors du guidage, tient à la rigueur de la recherche, mais également à la volonté d'induire une action de relâchement du mental chez les patientes. La répétition des images et des mouvements garantit un repère.⁶⁶⁸

L'intention est de présenter un matériau repéré afin que le corps s'en saisisse de manière plus intuitive et échappe ainsi au contrôle conscient : "Le geste échappe alors au sens qu'on lui assigne ordinairement et se met à mener sa propre vie. Et si l'on se laisse imprégner par cette vie propre, on lève alors des images, des émotions. On touche ici au domaine de contenus inconscients qui ne sont pas forcément intégrés, c'est-à-dire pas symbolisés."⁶⁶⁹

Le choix d'une pratique inspirée du *Gaga* est observé depuis les éléments présents dans la littérature ainsi que depuis ma propre connaissance empirique du *Gaga*. Les bénéfices du *Gaga* identifiés dans le corpus théorique et d'après mon expérience (découvertes de nouveaux territoires corporels, notion de non-jugement, sentiment de confiance en soi, connexion aux sensations) semblent répondre aux besoins des adolescentes dont les capacités d'expression en mouvement semblent restreintes et difficiles. La pratique inspirée du *Gaga* pourrait induire une relance de l'imaginaire et l'accroissement des capacités de création.

Après l'expérience de la pratique inspirée du *Gaga*, un temps d'improvisation sans suggestion d'images, inspiré de la Discipline du Mouvement Authentique, est proposé. Chaque adolescente danse et est témoin de la danse de sa partenaire. Ce temps dure environ vingt minutes.

Un rituel de fin clôturé la séance par la présentation individuelle d'un mouvement au centre du cercle formé par le groupe.

⁶⁶⁶ Ce terme n'apparaît pas dans le dictionnaire *Gaga* mais présente dans la pratique.

⁶⁶⁷ dans le dictionnaire *Gaga*, Annexes, p.501.

⁶⁶⁸ Cette rigueur dans la répétition des images et mouvements est conseillée par Benoit Lesage lors d'une de nos discussions privées.

⁶⁶⁹ Lesage B., 2003-2004, Structuration psychocorporelle / Dialogue corporel et danse-thérapie, éléments théorico-cliniques, psychomotricité 1ère année, p.37

Une caméra discrète filme les séances de Janvier 2019 à Juin 2019. Le cadre de la caméra englobe toutes les participantes dans la salle afin de pouvoir observer chacune d'elles.

La caméra permet de relever le schéma corporel des adolescentes et d'observer son évolutions dans le temps. Dans ce dispositif, la réalisation de la grille de l'Effort porte uniquement sur les pratiques inspirées du *Gaga* et du Mouvement Authentique.

Le choix de proposer une pratique guidée par la suggestion d'images proposée par la danse-thérapeute (inspirée du *Gaga*) et une pratique sans suggestion mentale (inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique) invite à étudier les émergences psychiques et corporelles depuis deux voies d'entrées dans le mouvement.

La recherche de Wiedenhofer et Koch⁶⁷⁰ compare un dispositif d'improvisation dansée dirigé avec un dispositif d'improvisation dansée non-dirigé. Les résultats indiquent une réduction du stress perçue chez les participant.e.s durant l'improvisation dansée non guidée par rapport à l'expérience corporelle guidée.

Le langage de mouvement *Gaga* et le Mouvement Authentique sont deux pratiques qui se centrent autour du développement de la conscience corporelle et psychique. Ce sont deux expériences holistiques qui s'adressent à l'individu envisagé dans son ensemble : il s'agit de mettre en mouvement le corps pour mobiliser la sphère mentale.⁶⁷¹ L'objectif est de revenir à un état naturel sans séparation entre les différentes sphères d'une expérience.⁶⁷²

L'absence de jugement est un des éléments majeurs dans les pratiques du *Gaga* et du Mouvement Authentique et fait écho au cadre thérapeutique de la danse-thérapie.

Yossi Naharin affirme que la nécessité de danser sans jugement extérieur permet de vivre une expérience corporelle profonde : "Souvent préoccupés par la façon dont nous sommes perçus

⁶⁷⁰ Wiedenhofer, S., & Koch, S. C., 2017, Active factors in dance/movement therapy: Specifying health effects of non-goal-orientation in movement, *The Arts in Psychotherapy*, 52, pp.10–23.

⁶⁷¹ Shahr-Levy Y., 1989, The Body Reveals and Hides : An Introduction to Dance-Movement Therapy, Dialogues, *Journal of Clinical Psychology*, Tel Aviv, Israel.

⁶⁷² Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.91.

par les autres, nous ne permettons pas à notre corps de ressentir et de s'écouler sans filtre. (...) C'est exactement ce qu'encourage le Gaga."⁶⁷³

La notion de non-jugement rejoint la posture psychanalytique de "neutralité bienveillante" du thérapeute développé par S. Freud⁶⁷⁴ ou la notion d'empathie inconditionnelle de C. Rogers.⁶⁷⁵ Pour pouvoir se développer autant psychiquement que corporellement, l'absence de jugement semble nécessaire.

Le *Gaga* et le Mouvement Authentique sont des pratiques contenues par la mise en place d'un cadre précis qui rappelle l'essentialité du cadre thérapeutique en danse-thérapie. Le cadre ouvre à l'expérience, les limites ne sont pas enfermantes mais déterminantes pour assurer l'expérience intérieure du sujet. La notion de cadre fait écho au concept winnicottien de mère-environnement⁶⁷⁶ qui se doit d'être "non-pénétrante" et "non-demandante"⁶⁷⁷ afin de permettre à l'enfant d'évoluer dans un cadre contenant qui n'envisage pas l'intrusion.

Au cours de la recherche, il s'avère que ce premier dispositif ne semble pas adapté au public d'adolescentes souffrant de troubles du comportement dans cette étude. Les adolescentes n'adhèrent pas à la suggestion d'images (inspirée du langage de mouvement *Gaga*) et semblent éprouver des difficultés majeures à l'introspection lors de la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique. Que l'image soit suggérée ou émergente, elles ne

⁶⁷³ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.48.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Often worried about the way we are perceived by others, we do not allow our bodies to feel and flow without filters. (...) *Gaga* encourages exactly this."

⁶⁷⁴ Freud déclare : " (...) prendre le chirurgien comme modèle, en laissant de côté toute réaction affective et jusqu'à toute sympathie humaine pour n'avoir qu'un seul but : mener aussi habilement que possible son opération à bien." Dans Freud S., 1912 *b*, *Conseils aux médecins*, dans *La technique psychanalytique*, Paris, PUF, 1953.

⁶⁷⁵ Rogers, C. R., 2001, *L'Approche centrée sur la personne*, Anthologie de textes présentée par H. Kirschenbaum et V. L. Henderson, Lausanne, Randin.

Et plus spécifiquement dans Rogers, C. R., 1968, *Le développement de la personne*, Paris. Dunod-Interéditions où Rogers évoque le fait de "pénétrer dans l'univers intérieur du client assez complètement pour perdre tout désir de l'évaluer ou de le juger" (p. 42).

⁶⁷⁶ La mère - environnement, (*environment - mother*) D.W. Winnicott, 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Paris, Payot.

⁶⁷⁷ Cette consigne est créée par Daria Halprin qui l'utilise dans ces ateliers de danse thérapeutique, in Halprin D., 2014, *The Expressive Body in Life, Art and Therapy: Working with Movement, Metaphor & Meaning*, traduction [de l'américain] d'Hélène Trocmé-Fabre, Le Souffle d'or.

paraissent pas prêtes à ce travail d'imagination en mouvement. Ce public ne semble pas en mesure de déployer les capacités d'attention et de concentration que le dispositif requiert.

Plutôt que de s'orienter sur des pratiques qui visent à la relance de l'imaginaire en mouvement, les adolescentes témoignent d'un fort besoin de contenance. Leurs comportements et leurs demandes non-verbales appellent le cadre et l'enveloppement. Le besoin de contenance apparaît urgent avant d'élaborer la nécessité d'expression via l'imaginaire. Afin d'y répondre, un second dispositif est mis en place et s'ajuste aux besoins identifiés des adolescentes tout en gardant l'objectif de la recherche, à savoir le développement du capacitare.

11.3 Le dispositif de recherche actualisé (Dispositif 2).

En Janvier 2019, la création d'un protocole méthodologique et d'un dispositif sont pensés d'après les besoins des adolescentes présentant des troubles du comportement.

Certains outils, comme le dessin et les verbatim, sont ajoutés. L'outil du dessin est mis en place en fin de séance avec la consigne suivante : "Si mon corps pouvait parler, il dirait..."⁶⁷⁸

Les verbatim des adolescentes au sujet de leurs dessins sont enregistrés via l'application "Dictaphone" d'*iPhone* afin de mesurer le vécu en première personne.

L'outil des montres connectées est abandonné en juin 2019. Il est remplacé par un capteur de variabilité cardiaque *Emwave Pro* qui doit intervenir post-recherche, en septembre 2019 auprès d'un second groupe. Il est décidé que cet outil mesure la variabilité cardiaque des adolescentes en début et fin de séance afin d'évaluer une éventuelle amélioration de la courbe de variabilité cardiaque suite à la séance. Finalement, l'outil de mesure de la variabilité cardiaque ne peut pas être mis en place comme expliqué précédemment. *In fine*, il ne fait donc pas parti de la recherche.

Les entretiens individuels avec les adolescentes sont maintenus dans le dispositif ajusté et interviennent en fin de recherche.

L'analyse du mouvement (grille Effort R.Laban) est enrichie de tableaux d'observations du mouvement. L'outil de la vidéo reste inchangé.

De janvier 2019 à juin 2019 : Protocole méthodologique actualisé, déplacement du focus de la grille d'analyse du mouvement du facteur Poids vers le facteur Flux, ajouts d'outils (dessins, verbatim).

⁶⁷⁸ La mère - environnement, (*environment - mother*) dans Winnicott, D.W., 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Paris, Payot.

Juin 2019 : Abandon de l'outil des montres connectées au motif qu'elles ne sont pas efficaces pour mesurer la variabilité cardiaque, réflexion sur leur remplacement par le capteur *Emwave Pro*.

Mars 2020 : Abandon de l'outil de variabilité cardiaque *EmWave pro*.

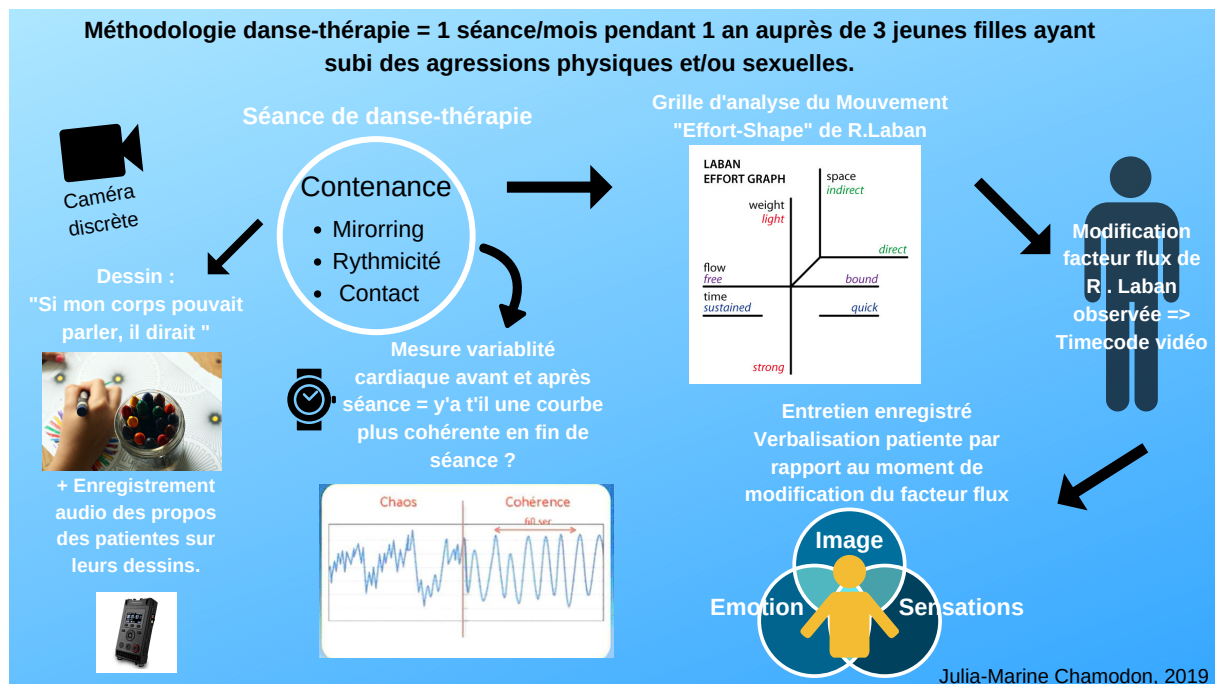


Figure 7 : Méthodologie du protocole ajusté de la recherche.

Légende⁶⁷⁹.

Tableau II : Méthodologie des données de la recherche du protocole ajusté.

Données recueillies		
Outils	Natures	Traitements effectués
3 Graphiques Effort de R. Laban + 3 tableaux d'observation du mouvement.	Carte d'identité corporelle de chaque participante. Focus sur le facteur Flux.	- Analyse du mouvement, vérification graphiques.
6 vidéos de séances de DT filmées	Improvisation, création personnelle.	- Codage des moments de modifications corporelles - Matériel pour réalisation graphiques Effort et tableaux d'observations du mouvement.
Dessins + Verbatim	Supports expressifs	- Retranscription, Interprétation
Calculateur variabilité cardiaque EMWAVE Pro	Etude de la variabilité cardiaque avant et après la séance de DT	- Séquençage - Analyse

⁶⁷⁹ Figure réalisée sur canva.com.

11.4 Séance-type du dispositif de recherche actualisé.

Afin de répondre aux besoins du public de la recherche, une grande attention est portée sur ce qui aide les adolescentes à entrer dans le mouvement, à s'apaiser émotionnellement, à se détendre corporellement, à sortir des défenses qu'elles mettent en place (impulsivité, violence, logorrhée envahissante, repli) et à être en lien.

L'objectif thérapeutique s'axe autour de la notion de contenance grâce à l'action de différents éléments : le *mirroring*, le rythme, l'espace (la notion de cercle), le contact (auto-contact et contact avec autrui), l'enveloppe spatiale (le travail au sol et contre les murs de la salle), le cadre.

La nécessité de maintenir un cadre thérapeutique fort fait écho à leurs besoins de limites. Les adolescentes ayant besoin d'être "bordées", le travail de contenance s'élabore par des propositions de bercement, d'enveloppement via des tissus, de grands draps, des couvertures ainsi que des sacs tubulaires qui serrent le corps comme une "seconde peau."⁶⁸⁰

Dans le rituel de début, les adolescentes sont souvent morcelées corporellement.

Elles éprouvent des difficultés à se concentrer et à s'écouter. L'objet transitionnel du tambour est donc ajouté afin de contenir leur agitation. Elles sont invitées à prendre le tambour dans les mains, à taper sur le tambour pour marquer leur présence tout en énonçant leur prénom.

Puis, dans un second temps, il leur est demandé d'ajouter un mouvement à leur présentation. Le rythme du tambour et l'objet les aident à focaliser davantage leur attention pour débiter la séance.

L'échauffement-improvisation inspiré du langage de mouvement imagé *Gaga* ne fonctionnant que peu, un nouvel échauffement qui s'appuie sur la notion de rythme est proposé. Il s'agit de réaliser des mouvements sur des rythmes particuliers, de frapper un rythme avec son corps, de proposer un rythme en dansant, d'incarner des rythmes groupaux.

Des auto-contacts et des contacts groupaux (extrémités du corps mains-mains, pieds-pieds) sont aussi proposés pendant ce temps d'échauffement afin de développer l'éveil à l'enveloppe sensorielle.

Le *mirroring* est introduit car il est très rapidement investi par les participantes. Le *mirroring* est proposé en groupe : l'une des participantes effectue des mouvements et tout le reste du groupe amplifie ses propositions en reprenant son mouvement.

⁶⁸⁰ Anzieu, D. 1995. *Le Moi-peau*, Paris, Dunod (2e éd.).

Le *mirroring* se transmet dans le groupe par un contact bienveillant : un geste doux sur une partie du corps de la partenaire pour passer le relais. Ce contact est un réel sujet de travail pour ce groupe qui doit apprendre à contacter autrui sans violence. Le temps de *mirroring* représente la partie la plus longue de la séance car les adolescentes s'y impliquent particulièrement. Le *mirroring* permet une écoute, une concentration et un apaisement individuel et groupal.

S'ensuit un travail de contact via un objet médiateur (balle, foulard, drap, sac tubulaire) afin de renforcer l'enveloppe corporelle des participantes. Ce travail de contact est d'abord initié par la danse-thérapeute et l'éducatrice auprès des adolescentes. Lorsqu'elles semblent prêtes à se contacter sans violence, les adolescentes se contactent entre elles, expérimentent le fait de prendre soin et d'être à l'écoute de leurs partenaires.

À la lumière des écrits de Daria Halprin, l'idée de symboliser le corps via un autre support est proposée, le dessin apparaît en fin de séance. La phrase "Si mon corps pouvait parler, il dirait..." est la consigne qui est donnée pour amorcer le processus expressif. Chaque participante est invitée à écrire et/ou dessiner, puis à partager son dessin en le commentant, uniquement si elle le souhaite, avec le reste du groupe.

Enfin, la séance se clôture par un rituel de fin, où chaque participante présente un mouvement au centre du cercle formé par le groupe, comme une signature personnelle finale qui marque la fin de l'expérience dans la séance de danse-thérapie.

Le dispositif ajusté s'appuie sur des théories psychanalytiques (contenance, concepts de *Moi-Peau* et de *holding* que nous détaillerons ultérieurement) appliquées à la danse-thérapie via l'élaboration des éléments cités précédemment. Nous allons à présent observer l'accueil de ce dispositif au travers du recueil des résultats de cette étude.

V. Recueil et analyse des résultats.

1. Fréquence de participation

Le graphique ci-dessous désigne la fréquentation des participantes à l'atelier de danse-thérapie. Il permet de figurer le départ de deux participantes : Romane en novembre 2018 et Souane en février 2019. Nous observons également l'arrivée d'une nouvelle participante, Claire, en décembre 2018.

Le taux de fréquentation des participantes à l'atelier permet d'envisager celles qui peuvent intégrer la recherche. Katia, Maeva et Claire qui témoignent d'un taux élevé de participation sont invitées à participer à la recherche. La régularité est un critère sélectif.

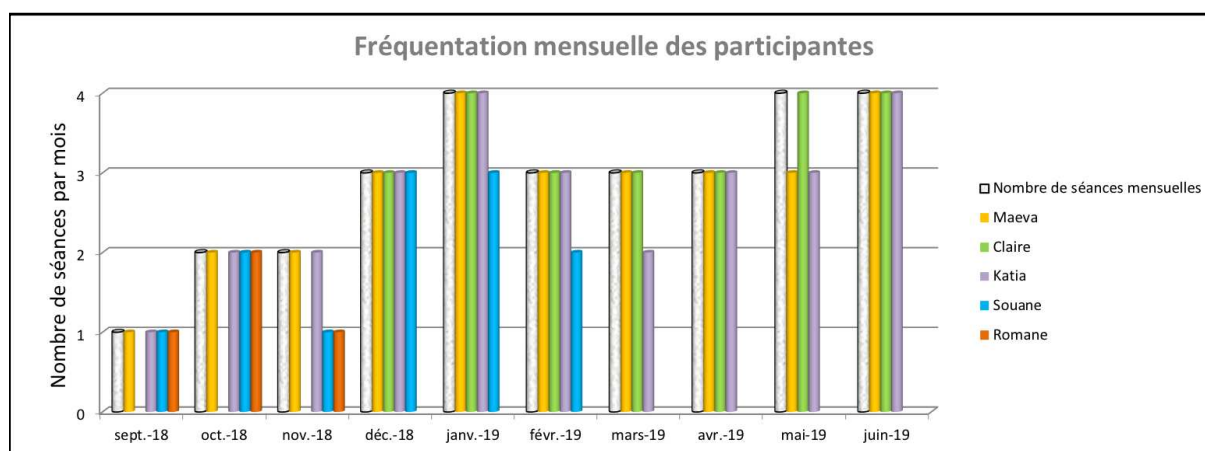
L'irrégularité de Romane et Souane s'explique par des indications qui ne fonctionnent pas sur la modalité du groupe. Romane est en incapacité d'engager un travail corporel tant le groupe la déborde. Elle attaque le cadre de la séance en faisant preuve de grande violence, autant physique que verbale (insultes, cris, moqueries). Elle ne parvient pas à finir une seule séance de danse-thérapie.

Souane s'inscrit d'abord dans le groupe et la séance même si elle éprouve de grandes difficultés à danser face à l'autre. Puis, la confrontation avec le groupe semble entraîner un vécu persécutif qui se fixe sur le regard de l'autre et la présence de la caméra. Lors de la septième séance, elle rejette le dispositif. Sa posture de rejet s'intensifie durant les séances qui suivent et elle ne parvient plus à poursuivre la danse-thérapie.

Un suivi individuel aurait été plus approprié pour accompagner ces deux adolescentes pour qui la groupalité est perçue comme oppressive.⁶⁸¹

⁶⁸¹ Le bilan du suivi de danse-thérapie de Souane est consultable en Annexe. Il n'y a pas de bilan concernant l'accompagnement de Romane, étant donné la faible amplitude de participation.

Figure 8 : Fréquentation mensuelle du public aux séances de danse-thérapie.



*Légende.*⁶⁸²

Tableau III : Tableau de la fréquence de participation du public aux séances de danse-thérapie.

Mois	sept.-18	oct.-18	nov.-18	déc.-18	janv.-19	févr.-19	mars-19	avr.-19	mai-19	juin-19	Total
Nombre de séances mensuelles	1	2	2	3	4	3	3	3	4	4	29
Maeva	1	2	2	3	4	3	3	3	3	4	28
Katia	1	2	2	3	4	3	2	3	3	4	27
Claire				3	4	3	3	3	4	4	24
Souane	1	2	1	3	3	2					12
Romane	1	2	1								4

⁶⁸² Figure réalisée sur Excel.

Sur un total de 29 séances correspondant à la recherche, Maeva est présente pendant 28 séances, Katia durant 27 séances et Claire lors de 24 séances.

Souane a participé à 12 séances et Romane à 4 séances. En raison de la faible amplitude de leur fréquentation, Souane et Romane ne participent pas à la recherche car leurs données n'apparaissent que sur une courte durée et ne sont pas qualifiables sur l'année. Elles sont incluses sur ce graphique car elles ont fréquenté la séance de danse-thérapie et ont donc influencé la dynamique groupale.

Concernant les absences, Maeva a manqué une séance. Katia s'est absentée pendant deux séances. Claire ne présente aucune absence. Claire s'avère la plus régulière, suivie de Maeva puis Katia. Globalement le public de la recherche fait preuve de régularité.

2. Etudes de cas.

2.1 Groupalité.

Les adolescentes indiquées en danse-thérapie sont âgées de treize à quinze ans et présentent des troubles du comportement associés à un contexte familial difficile. Certaines d'entre elles vivent en famille d'accueil, d'autres partagent leur quotidien entre leur domicile et l'ITEP.

Les trois études de cas qui suivent présentent Maeva, Claire et Katia qui ont suivi les séances de danse-thérapie jusqu'à la fin de l'année scolaire. Comme nous l'avons vu précédemment, deux autres adolescentes quittent la séance en cours de route car il s'avère que cet accompagnement thérapeutique ne semble pas être efficace.

Maeva, Claire et Katia, ont toutes en commun une structure familiale perturbée qui ne paraît pas rassurante. La relation à la mère est absente ou traumatique. Le père est également absent, maltraitant ou défaillant.

Les premières séances sont marquées par l'opposition : les adolescentes attaquent constamment le cadre et testent les limites du dispositif ainsi que le cadre interne de la danse-thérapeute. Elles semblent être en demande d'un cadre fort qui invite à un positionnement clair et ferme. Dès le début de l'accompagnement, il apparaît que ce groupe a besoin de contenance et d'enveloppement, d'une fonction contenant pour reprendre le terme énoncé par W. Bion.⁶⁸³

⁶⁸³ Bion W.R., 1979, *Aux sources de l'expérience*, 1962b, trad. fr., Paris, PUF.

Il suffit d'une opposition de la part de l'une d'entre elles pour que tout le groupe soit mis à mal : refus de participer, violence verbale et physique, flot de paroles ininterrompu, hyper-excitation.

Parallèlement à la violence qu'elles peuvent exprimer, ces adolescentes témoignent d'un grand besoin affectif. Elles peuvent être particulièrement touchantes et sont en grande demande d'attention. Elles sont très sensibles au contact, à la douceur, au soin que nous leur proposons. L'affectif est une porte d'entrée qui fonctionne lorsqu'elles sont en proie à une crise de violence ou à une souffrance qui les déborde. Ce sont des jeunes filles délaissées qui ont besoin de se sentir estimées et en confiance. En cela, pour deux d'entre elles, il leur faudra six mois avant de m'accorder leur confiance et d'investir la séance.

Le début d'année scolaire est marqué par le registre de la violence dont elles font preuve en séance contre elles-mêmes mais aussi envers les autres jeunes indiquées et les adultes encadrantes. Il leur arrive de jeter des objets dans la salle, d'hurler, d'insulter, de frapper, de faire mal physiquement, de menacer les adultes, etc. Elles mettent en jeu l'invasion de leur espace personnel en séance jusqu'à des limites inacceptables : pincer, mordre, tirer les cheveux, griffer, etc.

Un travail sur le cadre est à l'oeuvre afin de les sécuriser. La limite est toujours signifiée et les adolescentes se voient renvoyées de séance si elles font preuve de violence verbale ou physique. Une reprise avec la danse-thérapeute, l'éducatrice, et la psychiatre si besoin, est mise en place avec la jeune lorsqu'elle déborde du cadre.

Durant les premières séances, nous remarquons avec l'éducatrice que les filles éprouvent un besoin constant de parler et investissent peu leurs corps. Cette parole vient remplir la séance au détriment du mouvement. Progressivement, nous instaurons un climat silencieux et favorisons les réponses en mouvement. Ce transfert d'un mode de communication verbale à un dialogue non-verbal permet de garder un lien avec les sollicitations des jeunes tout en les invitant à investir la séance et leurs corps.

Peu à peu, la parole s'estompe, ce qui facilite l'entrée dans les propositions corporelles.

Les filles utilisent moins le jeu verbal et prennent davantage appui sur leurs corps pour communiquer et s'exprimer.

À partir du mois de février, la confiance s'installe. L'entrée dans le travail commence après avoir traversé toute une phase de grande résistance de leur part. Le cadre tient et semble les rassurer. Il n'y a plus de violence physique et verbale. Les filles se "posent" dans la séance, elles sont plus calmes et davantage à l'écoute d'elles-mêmes et des autres.

À partir du mois d'avril, elles prennent soin les unes des autres, le groupe devient bienveillant, les encouragements remplacent les moqueries. C'est un moment où les adolescentes s'allient gentiment contre les adultes. Elles semblent avoir besoin d'être entre elles et le signifient dans le jeu. Dans le combat des cheffes, elles déclarent, amusées : "C'est nous contre les vieilles, nous contre les adultes !" ⁶⁸⁴ en désignant l'éducatrice et moi-même tout en riant aux éclats.

Tout le travail thérapeutique réside autour de l'axe de la contenance qui semble les apaiser.

La recherche se tisse sur l'observations des évolutions des capacités corporelles et psychiques des adolescentes. Afin de détailler les évolutions relatives à chacune d'entre elles, nous proposons de les observer au travers de trois études de cas.

2.2 Etude de cas individuel.

Claire, l'animal devenue jeune fille.

Claire est une jeune fille âgée de treize ans.

Elle présente une ossature fine, ses cheveux retombent sur ses épaules et lui cachent le visage. Elle dispose d'un physique très agréable mais elle se montre davantage comme un animal sauvage que comme une jolie adolescente.

Claire est accueillie en internat à l'ITEP depuis un an pour des "Troubles émotionnels et des conduites (agitation psychomotrice, auto et hétéro agressivité, opposition, colères et intolérance à la frustration), expression d'une insécurité interne et d'une souffrance psychique inscrites dans un contexte d'insécurité des liens d'attachement et de maternage précoce, en lien avec une fragilité parentale". ⁶⁸⁵ Ces troubles semblent entraîner une immaturité psycho-affective, une inhibition cognitive et de la pensée ainsi que des troubles du langage importants, spécifiquement à l'écrit.

Le contexte familial semble défaillant : la mère est absente depuis la prime enfance et le père peut avoir un comportement violent envers sa fille, ce qui occasionne plusieurs signalements des institutions médico-sociales.

Le père décrit que, très tôt, Claire se mord, jette des objets, se met en colère. L'acquisition de la parole se fait tardivement. Enfant, sa relation au corps semble régressée : elle est énurétique, encoprétique, marche à quatre pattes et mange la terre. Les symptômes énurétiques et encoprétiques restent présents en situation de stress.

⁶⁸⁴ Journal de bord.

⁶⁸⁵ Bilan d'entrée à l'itep, non consultable pour des raisons éthiques.

Scolairement, Claire est en difficulté. Elle est accueillie en classe ULIS deux fois par semaine au collège. Le père est très exigeant scolairement jusqu'à réagir de manière inadaptée.

Si Claire refuse de travailler ou si elle commet des erreurs, elle peut subir de la violence physique de la part du père.

Ces comportements et le contexte familial ont justifié diverses mesures judiciaires : une IOE (mesure d'Investigation et d'Orientation Educative) suivie d'une AEMO (Services d'Action Éducative en Milieu Ouvert).

A l'ITEP, elle est solitaire et passe de longs moments seule dans sa chambre. Elle est cependant dans une forte demande d'être en lien avec les autres jeunes. En marge au début de son arrivée à l'ITEP, elle se lie peu à peu d'amitié avec certaines adolescentes et fait sa place dans le groupe des filles.

Claire semble rechercher une enveloppe maternante qu'elle n'a jamais eu. L'équipe éducative de l'ITEP raconte qu'elle construit des cabanes dans sa chambre de l'ITEP. Elle est également retrouvée couchée dans un tiroir d'une commode. Elle cherche à être contenue. Elle dort enveloppée entièrement dans sa housse de couette, comme dans un cocon utérin.

Pour entrer en relation, Claire a besoin d'être collée à l'autre, de bousculer le corps des autres. Elle recherche le contact corporel, le maternage de manière très intrusive. Elle demande fréquemment des câlins à ses éducateur.rice.s. Dans la relation avec les éducateur.trice.s elle oscille entre des comportements d'adolescente très adaptée et des attitudes proches du bébé ou de l'animal. L'équipe éducative indique qu'elle devient violente ou régresse lorsqu'elle est face à la frustration.

Claire est indiquée en danse-thérapie car elle semble avoir besoin d'enveloppes qui pourraient l'aider à faire lien entre corps et psychisme. La manière régressive qu'elle a de communiquer corporellement, lorsqu'elle est en difficulté, laisse penser qu'un espace d'expression et de création corporelle dans un cadre de thérapie pourrait lui être favorable.

Elle rejoint le groupe de danse-thérapie à la sixième séance, le 4/12/18. Le groupe est déjà en place mais nous avons annoncé sa venue aux autres participantes du groupe depuis plusieurs séances afin de les préparer à son arrivée.

Lorsque je rencontre Claire pour la première fois, elle apparaît comme une petite fille.

Sa fragilité me touche énormément. Malgré l'apparente violence de ses gestes spasmodiques, ses mouvements pareils à ceux d'un animal et son corps qui semble peu repéré, une sensation de

grande douceur émane de cette adolescente. J'ai envie de la protéger, de l'envelopper, de lui donner des outils pour qu'elle puisse organiser ce corps qui semble peu connu d'elle-même.

Dès la première séance, elle est très participante et s'inscrit dans les propositions que j'amène. J'ai l'impression qu'elle prend tout ce qu'on peut lui donner.

Néanmoins, elle ne semble pas très à l'aise dans le groupe et s'en détache notamment par des comportements marginaux qui mènent les autres jeunes filles à se moquer d'elle. Car en séance, Claire se meut bestialement, jusqu'à renifler, lécher le sol, se gratter frénétiquement avec sa jambe comme un animal le ferait avec sa patte. Son corps présente une posture avec les fesses en arrière, la tête en avant, les bras repliés contre son torse avec les mains recourbées, comme une posture d'animal aux aguets.

J'ai la sensation qu'elle intensifie ce comportement animal pour faire rire les autres, comme si cela lui permettait d'être en lien, même s'il fallait pour cela, être l'objet du rire des autres.

Elle expose son corps d'adolescente comme si elle était encore une petite fille, comme un déni de son corps sexué. Lors de la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, au centre du cercle formé par le groupe, elle laisse son tee shirt relevé et dévoile ainsi ses seins, ne semblant pas se rendre compte que cette nudité est inadaptée. Nous observons un écho avec les dires de l'équipe institutionnelle qui rapporte que Claire peut exhiber son corps : elle montre son sexe au médecin ou à l'infirmière en disant qu' "elle a bobo".

Ce comportement fait penser à celui d'une jeune enfant. Elle n'a pas une conscience érotisée de son corps sexualisé d'adolescente et cela la place au centre des moqueries du groupe des jeunes de la séance de danse-thérapie.

Ces agissements très régressés où Claire passe de l'animal au bébé me donnent encore plus envie de la protéger, notamment vis-à-vis du groupe. Une autre jeune présente en séance de danse-thérapie, Maeva, peut être particulièrement moqueuse et adopte un comportement jugeant envers Claire. Je la reprends plusieurs fois pour que Claire ne soit pas attaquée et que Maeva développe un meilleur rapport à l'égard de sa camarade.

Le regard de l'autre sur son propre corps paraît angoissant pour Claire qui est persuadée de ne pas faire les "bons" mouvements et semble très insécurisée sur ce qu'elle donne à voir. De ce fait, elle reproduit beaucoup les mouvements de ses camarades pour danser ou bien elle s'enferme dans des mouvements ayant attrait à l'animalité.

Ce qui me trouble le plus dans la lecture du corps de Claire, ce sont ses mouvements pulsionnels, avec une alternance du Flux Libre et condensé, entre mouvements d'explosion et de rétention. Il est très perturbant d'observer ce corps agité de spasmes, presque sauvage.

Le registre vif dans lequel elle s'exprime peut laisser penser qu'elle investit le Temps soudain. Or, cet élément soudain du facteur Temps est davantage une conséquence du Flux libre qu'une inscription dans le Temps.

Bien que Claire semble très motivée et impliquée en séance de danse-thérapie, il lui est difficile de sortir de son registre d'expression pulsionnelle.

Tout le travail est alors d'imaginer comment lui permettre d'aborder d'autres manières de se mouvoir, d'ouvrir ses possibles, car c'est peut-être difficile à imaginer, mais malgré ce comportement marginalisé, Claire fait preuve de grandes capacités cognitives et d'une puissante créativité en séance.

J'interprète qu'il y a un possible derrière son comportement décalé et m'applique à trouver des manières d'entrer en relation avec Claire.

Le *mirroring* s'avère être un outil particulièrement probant puisqu'il lui renvoie une image d'elle-même lorsque le groupe répète ses mouvements. En même temps, le *mirroring* l'amène à sortir de ses fixations corporelles en abordant d'autres registres de mouvements que le sien lorsqu'elle est dans le rôle de suivre autrui.

L'enveloppement se révèle également aidant car il vient apaiser le registre pulsionnel et travailler l'enveloppe de son corps, ce dont elle semble avoir grand besoin tant elle percute constamment les limites spatiales.

Elle peut se cogner très fort aux murs, au radiateur, à tout ce qui fait "peau" spatialement. C'est alors qu'il semble intéressant de pouvoir travailler la question des limites et la sensation de douceur via la sensorialité face aux coups qu'elle se donne.

Son corps anguleux appelle la chaleur, la rondeur, et en cela mon contre-transfert est maternant. Il y'a un moment où cette fonction maternante vient se travailler avec moi, l'éducatrice et Claire.

Il s'agit d'un temps où nous proposons aux jeunes de les bercer tour à tour dans un grand drap. Chacune est allongée sur un drap ou enveloppée à l'intérieur. Avec l'éducatrice, nous attrapons les bords du drap et nous berçons doucement chaque jeune.

Claire semble enchantée de cette proposition car elle se précipite à l'intérieur du drap. Nous la berçons un temps et lorsque nous nous arrêtons, nous découvrons un peu le drap pour voir

comment elle se sent. Elle se tient repliée en position foetale en train de sucer son pouce. L'image du bébé m'apparaît très distinctement et on peut penser que Claire en est encore à ce stade de toute-petite alors qu'elle a l'âge d'une pré-adolescente.

À la suite de cette expérience de bercement, Claire refuse de sortir du drap, symbolique d'une enveloppe utérine, et le garde dans le rituel de fin : elle tend le drap et se couche dessus au centre du cercle formé par le groupe. Nous terminons la séance ainsi, autour de Claire qui est enveloppée au centre du groupe et de la salle.

L'enveloppement se travaille aussi par le biais du contact. Claire se heurte aux limites spatiales mais également aux autres à qui elle peut faire mal sans sembler en avoir conscience. Ses gestes brusques et invasifs peuvent déranger ou blesser les autres jeunes du groupe ainsi que les adultes.

Tout un travail de contact, via des objets médiateurs, lui est proposé afin qu'elle puisse se ressentir et intégrer un contact adapté en vue d'une ré-appropriation.

Aussi, nous l'invitons à prendre conscience de ses mouvements. C'est comme si un tout petit enfant, débordé par son excitation, contactait les autres sans remarquer si son geste est approprié ou non.

Par exemple, nous proposons un exercice⁶⁸⁶ où nos pieds se rejoignent en un point central et se contactent les uns les autres doucement, comme pour s'apprivoiser depuis nos extrémités.

Ce moment est très doux et joyeux, nous comparons la couleur de nos chaussettes, nous allons à la rencontre d'un pied puis d'un autre, souvent de manière un peu timide ou délicate.

Cependant, Claire pose ses jambes violemment sur celles des autres membres du groupe, jusqu'à faire mal, ou bien elle "colle" physiquement ses pieds à ceux des autres.

De nouveau, il s'agit de travailler les limites de son corps et celles d'autrui. En dépit de ses difficultés de contact, Claire apparaît en demande de lien à l'autre. En séance, elle souhaite danser avec les autres, elle les cherche du regard, les suit.

Dans le temps de dessin que nous proposons en fin d'atelier, elle représente souvent ses amies de danse-thérapie et écrit qu'elles sont "meilleures amies pour la vie". Il y a le besoin criant d'être aimée, d'être incluse, malgré tout.

C'est une des raisons qui motive mon empathie à son égard. Je veille à ne pas déborder de mon cadre thérapeutique malgré ce ressenti mais à m'appuyer dessus pour construire la relation thérapeutique. De son côté, Claire transfère la figure maternelle sur moi ou sur

⁶⁸⁶ Exercice qui a été amené par Catherine Yelnik en seconde année de Master Création artistique, spécialité danse-thérapie et que je ré-utilise dans ce cadre professionnel.

l'éducatrice. Elle peut par exemple nous appeler "maman" et rechercher en nous cette représentation maternelle qui lui manque dans son histoire.

Cette difficulté qu'a Claire à s'impliquer dans une relation corporelle adaptée à autrui peut s'expliquer par une conscience affaiblie de son corps. On peut imaginer que le manque de représentation de son propre corps ne lui permet pas d'envisager les autres corps.

Dans un exercice où nous proposons à Claire de faire glisser une balle le long du corps d'une de ses camarades pour en tracer les limites, elle ne suit pas la linéarité du corps mais passe d'un contact sur les pieds à un contact sur la tête, comme si le corps était segmenté. Pendant plusieurs séances, elle "coupe" les extrémités du tronc de sa partenaire qui reçoit son contact, allongée sur le sol.

Ces agissements m'amènent à supposer que l'espace interne ne semble pas senti. L'empêchement à se représenter l'espace corporel interne paraît faire écho à ses difficultés dans l'espace externe. Elle est faiblement inscrite dans le facteur Espace : elle flotte de manière accidentelle dans l'espace lorsqu'elle se déplace. Sa kinesphère témoigne d'une grande amplitude, ses mouvements ouvrent à la verticale mais ferment au sol. En ce sens, il n'y a pas d'ouverture vers autrui et l'environnement. Cette notion de fermeture se retrouve également dans l'investissement principal du plan sagittal qu'elle "ferme" dans les mouvements d'enroulement.

Ses appuis ne sont que légèrement construits. Claire semble avoir quelques difficultés de stabilité, même si elle apparaît ancrée au sol (le pied est à plat, elle tient à la verticale en posture d'arrêt). Ses pieds sont parfois en déséquilibre, elle éprouve la stabilité de ses chevilles dans plusieurs exercices à la verticale et au sol.

La marche peut être titubante comme si le poids de ses pieds était démesurément lourd et fragilisait l'équilibre entier du corps, ou bien la marche apparaît robotisée comme si le bassin était bloqué, renforcé par une hypertonie des membres inférieurs.

Le tronc se meut d'un bloc et est peu mobile. Le blocage du tronc (sternum, cage thoracique, bassin, hanches) semble être la principale construction d'une motricité perturbée.

Ceci dit, Claire est très active au sol et s'inscrit dans une quête exploratoire du niveau bas de manière très sensorielle (elle renifle, mord le sol). Suzi Tortora évoque le niveau bas comme étant le niveau horizontal d'exploration par excellence.⁶⁸⁷

⁶⁸⁷ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing.

Claire ne semble malgré tout pas bénéficier d'appuis stables : elle ne parvient pas aisément à glisser et tape sur le sol pour s'appuyer et se hisser.

Ce manque d'appuis ne lui offre pas une tonicité qui l'invite à être à l'écoute du rythme groupal. Rythmiquement, elle apparaît décalée par rapport au groupe. Elle suit son propre rythme qu'elle accélère jusqu'à épuisement et se coupe du rythme du groupe. Elle ne marque pas le rythme au sol avec ses pieds.

Sa rythmicité est très proche du registre pulsionnel, avec une alternance entre un relâchement du Flux libre et une rétention du Flux condensé, présentant des transitions abruptes dans les modulations du Flux. Il y a un temps de surgissement du mouvement et un grand temps d'arrêt. C'est comme si elle nous surprenait à chaque mouvement, tel un fauve prêt à bondir.

Cependant, il y a toujours une partie de son corps qui s'agite nerveusement. Ainsi, lorsqu'elle dessine ou lorsqu'on la contacte avec un objet médiateur et que l'on trace ses limites corporelles, Claire est en constant mouvement : un de ses pieds tape contre le sol, sa tête bouge en tous sens. C'est comme s'il lui était impossible d'arrêter son mouvement frénétique, elle ne s'apaise pas.

Il n'y a pas d'évènement particulier qui indique une évolution chez Claire mais c'est progressivement, séance après séance, qu'elle se structure et accède à un apaisement corporel. La posture se stabilise notamment par une prise d'appuis au sol. Afin de construire ses appuis, un travail du sol lui est proposé à travers l'exploration des schèmes moteurs et des verbes d'actions "glisser, repousser, se hisser, etc".

Le travail des systèmes, d'enveloppement, de rythme et de contact paraît favoriser sa capacité à se ressentir dans un cadre structurant et contenant. Ce travail de consolidation des appuis l'aide à explorer le niveau haut dans le plan vertical, à déverrouiller son bassin et à explorer le torse. Cette plus grande disponibilité du centre du corps permet une ébauche d'exploration du schème centre-périphérie, fondateur dans le développement corporel.

Elle gagne en conscience corporelle et présente des contacts plus appropriés avec elle-même et les autres : elle dépose ses pieds doucement contre le mur et se reprend lorsqu'elle est brusque dans son contact vis-à-vis d'autrui.

Le corps n'est plus errant dans l'espace et ne se jette plus contre les limites spatiales.

Claire ne se blesse plus en séance, à mon grand soulagement.

Ses mouvements en direction d'elle-même et des autres sont marqués par davantage d'écoute et de douceur. Lors d'un contact groupal avec les mains, elle glisse ses mains sous celles de

l'éducatrice et moi-même et s'exclame "Ah ça, c'est la belle vie !" Avoir ses mains contenues sous celles d'une adulte, c'est la "belle vie" pour Claire !

Le climat bienveillant qui s'est installé au fur et à mesure dans le groupe permet à Claire d'oser créer ses propres mouvements. Elle s'exprime et investit le processus de création dans ce cadre de thérapie.

Elle fait preuve d'une grande créativité avec des mouvements très originaux qui s'éloignent du registre pulsionnel.

Le Flux de forme commence à apparaître avec des mouvements plus fluides, moins spasmés. Les parties du corps se lient davantage. L'alternance entre le Flux condensé et le Flux libre est moins marquée et Claire commence à s'inscrire dans le Poids.

On peut observer un accès progressif à la torsion, notamment grâce à l'aide du sac tubulaire, qui agit comme une seconde peau et l'enveloppe totalement.

Elle est d'ailleurs très en demande d'enveloppement et investit toutes les propositions contenant : contact avec l'objet médiateur, sacs tubulaires dans lesquels elle s'enveloppe complètement, exploration avec les tissus, enroulement dans les draps.

Lorsqu'elle est contactée avec l'objet médiateur (balle, foulard, drap, etc), elle parvient dorénavant à s'apaiser, le corps cesse de s'agiter et se détend.

Elle semble "fleurir", de l'animal ou bébé, elle devient petite fille et parfois même adolescente.

Elle porte une brassière et ne présente plus de comportements inadaptés relatifs à la nudité. Elle semble plus acceptée dans le groupe et n'est plus sujette à moqueries.

Elle paraît heureuse de danser dans ce groupe de danse-thérapie et a l'air d'en retirer une expérience positive. Elle verbalise qu'elle aime bien l'atelier et m'offre quelques cadeaux durant l'année (dessins, cartes, etc).

Concernant la recherche, elle montre une volonté de participer. Elle veut porter la montre qui mesure la fréquence cardiaque. Elle est la première à me ramener le formulaire d'assentiment complété et verbalise "Je veux faire partie de ma recherche" (ce qui s'avère intéressant verbalisé ainsi !). Elle signe le formulaire d'assentiment avec un coeur accolé à son prénom.

Tout au long des séances de danse-thérapie, Claire aborde un processus de structuration de son corps. Même si elle est face à de grandes difficultés, elle se saisit de la séance pour

expérimenter le travail de sensorialité et d'enveloppement. Son corps fait l'expérience d'une certaine forme de douceur et l'engage à construire son *Moi-peau*.⁶⁸⁸

Le travail de fluidité et de lien dans ses mouvements participe à créer une unité psychocorporelle plus harmonieuse et moins hachée.

La relation contre-transférentielle semble lui permettre de gagner en confiance et d'oser s'exprimer en mouvement dans un climat groupal sécure et un cadre thérapeutique bienveillant.

Lors de la dernière séance, Claire propose un signe d'au revoir avec la main dans le rituel de fin, accompagné d'un sourire. Elle se sépare de la relation, de la séance et du groupe.

Je vois cette jeune fille créative dont le corps semble avoir mué cette année, et comme une chenille qui devient papillon, cet "animal", "petite fille", devenir adolescente.

Katia, du travail des appuis à l'ouverture au monde.

Katia est une adolescente âgée de quinze ans. Elle est adressée à l'ITEP depuis plusieurs années pour des "Troubles du comportement persistants"⁶⁸⁹. Elle est la seconde enfant dans sa famille et a plusieurs frères et soeurs. Ses parents se sont séparés dans un contexte conflictuel. Une mesure d'AED (Action Educative à Domicile) est mise en place suite à un signalement d'abus sexuels, qui se révèle finalement classée sans suite.

Puis, Katia est placée en famille d'accueil, suite à un signalement effectué par l'ITEP, car la situation entre ses parents semblait la mettre en difficulté. Elle est accueillie en internat à l'ITEP quelques journées et nuits par semaine. L'équipe éducative rapporte que Katia est une jeune fille agréable et souriante qui semble évoluer positivement.

Katia investit les activités et les suivis thérapeutiques qui lui sont proposés : suivi psychologique, orthophonique, etc.

Socialement, elle semble être entourée, a des ami.e.s et dit être amoureuse.

Sur le plan scolaire, Katia est inscrite en classe de 3ème ULIS (Unité localisée pour l'inclusion scolaire) au collège mais a des difficultés à suivre les enseignements qui lui paraissent trop chargés.

Elle a été indiquée en danse-thérapie car la plainte somatique s'avère être une manière pour Katia d'exprimer son mal-être. Aussi, il apparaît qu'un travail de mise en jeu expressive du

⁶⁸⁸ concept développé par Didier Anzieu dans Anzieu, D. 1995. *Le Moi-peau*, Paris, Dunod (2e éd.).

⁶⁸⁹ Bilan d'entrée à l'itep, non consultable pour des raisons éthiques.

corps pourrait lui être thérapeutique. La psychologue rapporte que Katia ressent fréquemment des tensions internes qui la "débordent" et qu'elle ne sait pas exprimer. La danse-thérapie serait alors un moyen de venir mettre en mouvement ce qui la traverse, de lier corps et émotions afin d'organiser un "discours" corporel.

Katia est une adolescente à la chevelure flamboyante. Elle présente un corps tout en rondeur un peu lourd et empêché lorsque je la rencontre pour la première fois.

Ses mouvements et le ton de sa voix sont calmes et une certaine sensation de retenue émerge. Elle se présente à moi avec un comportement doux. Je sens qu'elle est très observatrice et je surprends son regard posé sur moi à plusieurs reprises. Elle affiche de nombreux sourires en séance. Elle paraît plus mature que les deux autres adolescentes accueillies dans le groupe de danse-thérapie, ce qui peut sembler cohérent étant donné qu'elle est plus âgée de deux ans.

Katia se comporte relationnellement dans un double-mouvement : il y a un écart entre ce qu'elle donne à voir et ce qui semble l'habiter intérieurement. Elle peut être autant agréable qu'afficher une opposition tenace et violente.

Le début de l'accompagnement en danse-thérapie est jalonné de ses éclats de colère et de ses grands élans de réparations sous forme d'excuses intimidées. Elle sort et revient dans la salle, violente physiquement les autres jeunes puis s'excuse aussitôt, dit qu'elle a trop mal au ventre pour entrer dans les propositions mais souhaite rester en séance, puis rejoint le groupe en dansant avec aisance en milieu de séance, se gratte une blessure jusqu'au sang, s'énerve et jette le trampoline dans la salle puis revient et s'excuse. Pendant les premières séances, elle met en jeu ce besoin d'opposition suivi de la réparation qu'elle propose.

Dans ces moments-là, je veille à ce que le groupe ne soit pas trop déstabilisé par le comportement de Katia qui attaque résolument le cadre de la séance. Je ne réponds pas à la confrontation mais lui demande de sortir de la salle car son comportement n'est pas adapté.

Je n'élève pas la voix, je ne réponds pas à sa violence.

Parfois, elle boude dans un coin de la salle et refuse de débiter la séance mais pour autant, elle ne souhaite pas non plus partir. Tant qu'elle ne dérange pas le reste du groupe, je la laisse revenir par elle-même sans répondre à son opposition. Ce processus fonctionne et je sens qu'elle a besoin de cet espace.

Lorsqu'elle nous rejoint, elle redevient participante et enjouée comme si de rien n'était.

Elle prend alors une position de *leader* et souhaite maîtriser la séance, notamment en indiquant à ses camarades ce qu'elles doivent faire, ou en les grondant quand ces dernières sortent du cadre.

Le contrôle est très présent chez elle. Il y a un double-aspect de sa personnalité qui se confirme dans les séances ultérieures, entre contrôle et violence retenue.

Cette notion de contrôle se retrouve corporellement car structurellement, Katia présente une base rigide : elle bloque ses jambes et ses hanches empêchant le mouvement dans la partie inférieure de son corps. Le bas du corps est en rétention. Ses mouvements se situent davantage en haut du corps, en latéralité et se dirigent des extrémités vers l'intérieur du corps. Le centre est maintenu tandis que les bras se meuvent souvent en symétrie avec une isolation des mains.

Angela Loureiro indique que le mouvement des bras esquisse un peu de Flux libre, ce qui contraste avec le Flux condensé qui émerge de la globalité du corps, "(...) comme s'il y avait besoin d'une valve d'échappement."⁶⁹⁰

Katia ne projette jamais ses mouvements mais semble les ramener vers elle, vers son centre.

La kinesphère⁶⁹¹, c'est-à-dire l'espace proche autour de Katia, est réduite et ses mouvements sont de faible amplitude.

Katia présente des mouvements doux et contrôlés. Il n'est d'ailleurs pas surprenant d'observer chez elle un facteur Flux condensé prépondérant, symbolique, dans son cas, d'une retenue lorsqu'elle est en mouvement.

Le facteur Flux condensé caractérise une maîtrise du mouvement comme s'il pouvait "(...) être arrêté à n'importe quel moment (...)", traduisant ainsi "une rétention dans la progression du mouvement."⁶⁹² Le mouvement est soigneux, restreint, retenu, précautionneux.

Par exemple, elle ne lâche pas le poids de la tête dans ses mouvements et chaque geste semble réfléchi.

Katia ne déploie pas ses mouvements, elle est très intériorisée. J'ai l'impression qu'il y a du mouvement à l'intérieur, qu'elle contient, parce qu'à certains moments, émergent des

⁶⁹⁰ Loureiro A., Conversation privée, Août 2021.

⁶⁹¹ Théorisée par Rudolf Laban, la kinesphère désigne l'espace accessible directement aux membres d'une personne, elle s'étend tout autour d'elle, jusqu'à l'extrémité de ses doigts et pieds tendus dans toutes les directions, sphère formée par tous les mouvements potentiels d'un danseur, sans transfert du corps. Dans Perrin, J., 2006, L'espace en question, *Repères, cahier de danse*, 18(2), 3-6. doi:10.3917/reper.018.0003.

⁶⁹² Loureiro A., 2013, *Effort : l'alternance dynamique*, Ressouvenances, p.35.

mouvements qui semblent sentis et incarnés et qui paraissent lui échapper. Ce peut être un seul mouvement dans une séance mais je m'y accroche. Le reste du temps, elle se cache derrière des postures stéréotypées (figures de gymnastique, postures vues dans les clips).

Malgré cette volonté d'hyper-contrôle, son corps faillit à la maîtrise : elle présente de nombreux mouvements de déséquilibre des membres inférieurs. Elle tord ses chevilles, les pieds sont en déséquilibre et elle coince ses jambes (d'ailleurs elle arrive un jour en séance avec une attèle car elle a une entorse de cheville).

Ce qui me frappe tout particulièrement c'est la manière dont Katia a construit son corps en verrouillant certaines parties comme les membres inférieurs et en libérant d'autres, principalement les bras et le haut du corps.

Ses genoux sont bloqués et positionnés en-dedans, ce qui rend ses jambes peu mobiles.

Si l'enfant en bas âge est en capacité de fléchir les genoux, il ne se fait aucun mal lorsqu'il chute. En revanche si ses genoux sont bloqués en hyper-extension, comme Katia, il tombe en avant sans pouvoir se retenir. Il n'y a pas de vraie prise d'appui.⁶⁹³

Lorsque nous observons Katia (sur vidéo) avec Angela Loureiro, cette dernière évoque l'image de la girafe qui écarte et bloque ses jambes pour pouvoir boire en baissant son long cou. Cette posture place la girafe dans une situation de vulnérabilité si un prédateur l'attaque, puisqu'elle doit rapprocher ses jambes et les débloquer pour fuir. Cette image est très parlante et dans mon association d'idée, il y a Katia, mi-adolescente, mi-"girafe" qui s'empêche d'avancer symboliquement en bloquant ses jambes.

Bien que son corps paraisse empêché, elle donne l'impression de flotter dans l'espace avec des mouvements doux et réfléchis. Il se dégage une certaine sensation de maîtrise, il y a peu d'accès aux facteurs Flux libre et au Temps soudain. Le facteur Temps est ralenti car le facteur Flux est très condensé.

Suite à un temps de pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique où elle donne à voir un corps retenu, des jambes en hypertension comme deux bâtons, Katia déclare : "Je me sens enfermée dans mon corps."⁶⁹⁴ En le partageant avec nous, est-ce que Katia ne cherche-t-elle pas à ce qu'on l'aide à sortir de cet "enfermement" ?

⁶⁹³ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès.

⁶⁹⁴ Séance du 19/02/2019.

C'est pourquoi, le travail de la posture me paraît un des principaux axes par lequel débiter : l'amener à déverrouiller les membres inférieurs, à construire ses appuis. Katia présente une difficulté dans le schème homologue, c'est-à-dire au niveau de la connexité haut/bas du corps, qui s'acquiert dans les premiers déplacements du bébé, lorsqu'il prend appui sur le sol pour assurer son mouvement.

Ce manque d'appui physique me fait penser au manque d'appui familial dans son histoire où ses parents ne semblent pas faire figures de repères. Katia vit entre sa famille d'accueil et l'ITEP.

C'est peut-être l'une des raisons qui l'amène autant à éprouver le cadre de la séance, mon cadre interne, pour tester mes limites, voir si "je tiens", si je peux être un appui pour elle.

Elle a d'ailleurs besoin d'aller tâter mes limites, celles du cadre, mais également de l'espace de la salle : elle cherche le contact avec les murs. La psychologue de l'ITEP énonce un parallèle avec la Katia qui cherche les "bords" et les limites de sa structure familiale.

L'hyper-contrôle caractérisé par le Flux condensé offre peu de variation de la Forme en relation avec le monde, les événements de la vie, etc. Il y a peu d'accès au Flux de Forme donc à soi, à ses besoins en relation avec l'environnement. Plus qu'une posture (corporelle) c'est tout un dialogue soi-autre, soi-environnement à travailler.

À la différence des autres adolescentes du groupe de danse-thérapie, il faudra davantage de temps d'accompagnement en danse-thérapie pour que Katia relâche enfin son corps et ses défenses.

Le temps me paraît long et ce n'est qu'en fin d'année qu'elle commence à s'exprimer personnellement en mouvement et qu'elle lâche ses défenses. Cela vient progressivement et elle s'appuie sur la relation qu'elle a tissé avec moi ainsi que sur mes mouvements pour évoluer. J'utilise le *mirroring* pour l'inviter à investir des qualités de mouvements plus relâchés au sol et à aborder le facteur Temps soudain, tout en lui renvoyant l'image d'elle-même qu'elle me donne avec ses mouvements.

Le travail du sol la libère, notamment au niveau du bassin. Elle commence à rendre actif le point de connexion entre le haut et le bas du corps lors des dernières séances : nombreux mouvements de hanches à la verticale et mouvements de bassin au sol. Elle colle aussi beaucoup son nombril face au sol. Le facteur Flux se dégage du registre condensé, le bas du corps est exploré.

Dans cette exploration du bassin, des hanches, de la poitrine, une certaine féminité émerge à travers ses mouvements. L'engagement du bassin lui permet d'accéder au niveau bas et d'intégrer le sol dans son mouvement. Les roulades et les torsions apparaissent, Katia ouvre ainsi au schème controlatéral.

Elle acquiert davantage d'ancrage, ce qui lui permet de gagner en tonicité. Elle explore le travail d'ancrage et construit des bases corporelles pour se sentir soutenue. Lors de ces explorations, elle cherche à rendre ses jambes mobiles : elle les plie, les déplie, les étire, les touche. Ce travail de mobilisation des jambes favorise le développement tonique.

Ainsi, dans le travail de rythme, lorsque l'ouverture des genoux par des pliés lui est proposée, elle arrive à débloquer ses genoux et reproduire les mouvements d'ouverture du genou et à taper du pied dans le sol pour s'ancrer.

Lors d'une séance où nous expérimentons une proposition d'Expression Primitive nommée "Le combat des cheffes", qui suscite un jeu de questions/réponses entre deux tribus, en alliant voix et mouvement dansé, Katia propose, pour la première fois, un mouvement soudain qui la fait sortir de son registre de contrôle habituel. Elle saute avec un rire qui émerge à ce moment-là, ce qui semble la surprendre autant que nous, comme un jeu d'enfant. Nous rions en réponse et poursuivons le jeu dansé. La dimension du jeu (et en cela l'héritage Winicottien est bien présent) favorise la spontanéité du mouvement. À partir de ce moment, elle va explorer le relâchement corporel dans le facteur Flux libre et continuer à se/nous surprendre.

Tandis que le corps se déverrouille, le mouvement commence à être spontané, la relation devient plus fluide. Katia continue d'attaquer le cadre mais cela se déroule de manière moins frontale et violente : elle vient en séance vêtue d'une robe courte, dit qu'elle ne peut pas danser car elle a mal quelque part ou qu'elle a trop de devoirs. À chaque fois, néanmoins, elle réalise la séance avec nous. Je lui réponds que l'on va adapter la séance et cela semble lui plaire.

Parfois, elle fait mine de ne plus quitter la séance en feignant l'endormissement. Cela arrive dans des temps d'enveloppement avec le drap, ou des moments de contacts, où moi ou l'éducatrice traçons les limites de son corps à l'aide d'une balle à picots. Elle fait semblant de ne pas se réveiller, attend que tout le groupe soit sorti de la proposition et fasse cercle autour d'elle pour entrouvrir les yeux et s'exclamer : "Oh la la, je me suis endormie !", en affichant un large sourire.

Cette demande d'attention pour que l'on vienne la "réveiller" me fait penser au fait qu'elle est elle-même en train de réveiller son corps, d'explorer des parties du corps précédemment

bloquées. Je ne peux également m'empêcher de penser que dans ces moments où tout le groupe fait cercle autour d'elle, elle maîtrise l'instant en étant au centre de notre attention.

J'interprète aussi ce comportement comme relevant de l'archaïque car Katia est blottie en position foetale et souhaite que l'on vienne la réveiller comme une maman le ferait avec son tout-petit. Cette position de "toute-petite", voire d'enfant, se retrouve par ailleurs dans des jeux dansés en séance où elle dit s'imaginer être une enfant qui joue mais aussi lorsqu'elle boude et qu'elle n'accepte de revenir avec le groupe que si je vais la chercher en lui prenant la main. Ce transfert affectif est présent, elle est l'enfant puis moi ou l'éducatrice sommes tour à tour, la maman qui vient la chercher, la bercer, la réveiller.

Elle revisite beaucoup la position foetale puis elle ouvre son corps en étoile, ce qui rappelle le schème moteur fondamental centre-périphérie dont le rôle est d'assurer un support interne, un "noyau"⁶⁹⁵ auquel sont connectés les six extrémités du corps : mains, pieds, tête, coccyx.

Ce schème est caractéristique d'un va et vient entre soi et l'environnement : "C'est une façon de commencer à percevoir où nous sommes - ce qui est moi et ce qui ne l'est pas. Nous apprenons également à suivre notre propre rythme dans l'aller-retour entre soi et le monde. (...)." ⁶⁹⁶ Ce va-et-vient entre centre et extrémités, soi et environnement, devient un dialogue qu'elle explore à travers le mouvement. La contenance des sacs tubulaires (tissus en formes de tube très resserré autour du corps) lui permet de confirmer son exploration du niveau bas et de s'ouvrir à la relation.

Progressivement, les appuis sont conquis, ce qui permet à Katia de sautiller, de passer d'un pied à l'autre sans tomber. Les jambes sont plus libres, ce qui l'autorise à esquisser des tours hors du plan vertical. Angela Loureiro précise que "Le Flux libre apparaît en combinaison avec un Poids plus actif, le sol devient un vrai support."⁶⁹⁷

Progressivement, l'intérieur devient visible à l'extérieur : Katia s'exprime corporellement en incarnant ses mouvements et ne se cache plus derrière des postures stéréotypées. Elle peut éprouver les sensations du corps sans être dans une volonté de représentation, de plaire à

⁶⁹⁵ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas;

⁶⁹⁶ Hackney P., 2002, *Making Connections, Total Body Integration through Bartenieff Fundamentals*, New York, Gordon and Breach Science Publishers, p.68 (traduction de B. Lesage, in Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès.

⁶⁹⁷ Loureiro A., Conversation privée, Août 2021.

l'autre. De cette manière, la symbolisation de ses émotions a pu émerger en fin d'accompagnement, lors des dernières séances, où elle se "laisser aller" à la danse et à la parole. La dimension du plaisir apparaît, notamment dans les auto-contacts⁶⁹⁸ et l'exploration des sauts. Katia joue !

Elle s'appuie sur le temps de dessin pour prolonger le temps d'expression en mouvement par la verbalisation. Elle est très loquace, présente un discours abstrait et philosophique lorsqu'elle commente ses traces dessinées : "On marche, on vit, on danse", "Les gestes, ça peut faire penser à des choses qu'on ne peut pas savoir."⁶⁹⁹

Tout au long du travail danse-thérapeutique, on peut voir que les défenses mises en place par Katia se sont assouplies, notamment par l'expérience du mouvement archaïque. D'un corps verrouillé, elle accède à davantage de relâchement. Il en va de même pour son comportement, qui sort du registre défensif pour accéder à un mode relationnel fluide et apaisé. Les nuances de Flux, la conquête des appuis et des changements de niveaux, l'ouverture à l'autre⁷⁰⁰ marquent son évolution.

Lors de la dernière séance, pour la première fois, Katia arrive sans mettre en jeu ses défenses : elle présente une tenue adaptée et ne se plaint pas de douleurs ou d'une quelconque raison qui l'empêcherait de réaliser la séance. Elle m'exprime qu'elle souhaite continuer la danse mais à l'extérieur de l'ITEP, dans un club ou une association. J'y vois une manière de se confronter à un cadre différent de celui de la thérapie, à l'environnement ordinaire, comme si elle était, à présent, assez assurée pour pouvoir se projeter "au monde".

Maeva, de l'agitation à la quête de contenance.

Maeva est une adolescente dont le corps est fin avec de grandes jambes et son visage est très expressif. Lorsque je la rencontre pour la première fois, elle m'apparaît comme "montée sur ressort" et me parle avec de grands gestes vifs et soudains. L'excitation est palpable autant lorsqu'elle parle que lorsqu'elle est en mouvement : on a l'impression qu'elle est constamment débordée par un flot qu'elle ne peut s'empêcher d'exprimer, de "sortir" de son intériorité vers l'extérieur.

⁶⁹⁸ Loureiro A., Conversation privée, Août 2021.

⁶⁹⁹ Séance du 16/04/19, 21ème séance.

⁷⁰⁰ Loureiro A., Conversation privée, Août 2021.

Elle prend de la place en parlant fort, en coupant la parole à autrui, en n'écoutant souvent pas les réponses à ses questions. Elle me renvoie l'image d'une "pile électrique".

Maeva est âgée de douze ans, c'est une jeune fille dont le comportement fait davantage penser à une petite fille qu'à une pré-adolescente. Elle peut bouder et s'exprimer avec un ton enfantin.

Lorsque je la rencontre, cela fait un an qu'elle est accueillie à l'ITEP pour "Retard global de développement d'apprentissage, trouble attentionnel et anxiété."⁷⁰¹

Maeva vit avec sa mère et partiellement à l'ITEP. Son père ne la reconnaît pas et semble souvent absent du domicile familial. Elle est l'aînée, et ses frères et soeurs sont nettement plus jeunes qu'elle.

Les parents sont séparés et revivent ensemble par intermittence. Lorsqu'elle est enfant, Maeva a été placée à l'ASE (Aide Sociale à l'Enfance). L'encadrement familial ne paraît pas structurant, l'équipe thérapeutique rapporte une difficulté pour Maeva de trouver sa place au sein de la famille et dans le rapport à la mère qui privilégie une structure fusionnelle. Maeva peut être délaissée sur le plan de l'hygiène, elle a fréquemment des poux dont la famille ne s'occupe pas. Un précédent ITEP, dans lequel elle était accueillie, a émis un signalement.

Maeva présente des troubles du sommeil, des réveils nocturnes et des difficultés d'endormissement.

Elle est diagnostiquée TDHA, dyslexique, dyscalculique avec une suspicion de dysphasie.

Elle est accueillie en ULIS au collège mais semble difficilement intégrée dans sa classe.

Elle peut avoir des comportements impulsifs, voire violents vis-à-vis d'autrui.

Maeva est indiquée en danse-thérapie car elle semble "déborder" corporellement jusqu'à l'épuisement. Elle est très agitée et exprime son excitation de manière corporelle tout autant que par une incessante logorrhée. L'expression de cette excitation débordante dans le mouvement créateur ainsi que la contenance du cadre et du dispositif de thérapie pourraient l'aider à s'apaiser et à se structurer. L'inclusion dans un groupe peut lui permettre de travailler à "faire sa place" et d'être reconnue par ses pairs et par les professionnelles.

L'accompagnement de Maeva se distingue en trois temps : un premier temps où elle marque son opposition à la séance et présente ses défenses caractérisées par une hyper-excitation, une logorrhée envahissante et un morcellement corporel (septembre à fin janvier) ; un second temps caractérisé par l'apaisement où elle parvient à envisager la douceur, la quiétude, et

⁷⁰¹ Bilan d'entrée à l'itep, non consultable pour des raisons éthiques.

engage son corps dans une structuration corporelle via une exploration des appuis (fin janvier jusqu'à mi-mai) ; un troisième temps où elle ramène des événements de l'extérieur en séance. L'atelier devient un espace qu'elle semble investir pour décharger ses tensions, suite à des événements qui la perturbent dans son quotidien. Elle se saisit des solutions contenantes amenées en séance (mi-mai jusqu'à fin juin).

La phase d'opposition.

Dans un premier temps, le morcellement et l'opposition sont caractéristiques de ce qu'elle exprime en séance : le mouvement et la voix sont éclatés dans l'espace, le refus de participer à la séance est notoire. Une incessante logorrhée envahit Maeva, l'empêche d'être dans l'expression corporelle et gêne manifestement le groupe de danse-thérapie. Maeva parle beaucoup pendant la séance et ne parvient pas à s'arrêter, elle fait du bruit avec son corps, elle tape au sol, enlève le tapis de la salle et le fait claquer, émet des bruits de langue et nous invite ainsi à une attention constante. Le silence lui est impossible. C'est très difficile car elle prend une place démesurée face au groupe. Je ressors des séances épuisée par son comportement débordant.

La posture du "clown" revient de nombreuses fois comme une défense, Maeva fait rire les autres adolescentes du groupe de danse-thérapie. Elle peut également s'opposer franchement en criant "Non !" et en jugeant les propositions de la séance ou les mouvements de ses camarades : "C'est nul !".

Elle débute les séances en marquant son opposition aux propositions par de multiples stratégies : elle réalise des mouvements contraires à la consigne (elle s'oppose à mon mouvement "rond" par un mouvement "saccadé"), s'exclut du groupe par le Poids lourd volontaire en se laissant tomber au sol comme un "sac", arbore une verticalité passive (nombreuses chutes au sol), communique avec le regard bas et fuyant et s'annihile de l'espace du groupe à maintes reprises (elle part se cacher derrière le miroir, s'arrête dans un coin de la salle). Cette attitude de se dérober revient dans d'autres sphères de sa vie quotidienne.

Son éducatrice référente rapporte qu'à l'école, elle se cache derrière les buissons dans la cour. La réaction de l'éducatrice est d'aller chercher Maeva lorsque celle-ci s'exclut. J'ai constaté que lorsqu'elle arrive à revenir elle-même dans la séance, elle s'inclut. Cela ouvre un questionnement thérapeutique au sujet de ses allers-retours en séance. À quel moment faut-il ou non aller la chercher ?

Les défenses de Maeva prennent beaucoup de place en début d'accompagnement. Malgré cela, elle reste présente à chaque séance. Par exemple, à la fin de la première séance, elle dit ne pas avoir aimé la danse-thérapie mais qu'elle reviendra, ce qui me fait sourire et elle aussi. Il y a comme ce besoin de s'opposer tout en garantissant sa place dans cet espace.

Ses mouvements illustrent son comportement : Maeva évolue dans des fixations toniques extrêmes, d'un corps raide, elle passe à un corps "liquide", elle choit soudainement au sol et ne se "tient" pas. La structure corporelle est en constant déséquilibre. D'ailleurs, Maeva se déplace sur demi- pointe et n'apparaît pas ancrée. Le facteur Poids actif est dans l'ombre, elle investit majoritairement le Poids Lourd de manière volontaire pour marquer son opposition à la séance. Entre des sauts et des chutes, Maeva s'exprime principalement dans le schème homologue. Les passages entre les niveaux haut et bas se font sans transitions, de manière abrupte et dans un Poids très lourd. La dynamique entre la gravité et le corps est très faible.

Les mouvements traduisent un va-et-vient entre hyper excitation et atonie, entre grande et petite kinesphère : Maeva explose et se rassemble soudainement. Elle éprouve le mouvement dans une alternance entre Flux libre et contenu, rétention et libération. Dans la phase de libération, les mouvements sont explosifs, non contenus et il est difficile pour elle de marquer des arrêts. Ses mouvements émanent principalement du torse, se répandent vers les extrémités et engagent tout le corps : elle saute, court, tourne sans cesse.

Malgré cet intense engagement corporel, Maeva présente peu de mobilité au niveau du "centre", du "noyau" corporel : le torse et le bassin sont comme des "blocs".

Sa respiration est majoritairement saccadée et sa parole est souvent projetée dans un souffle.

Elle s'inscrit principalement dans le plan vertical en proposant, par exemple, des tours qui ferment sur elle et qui n'ouvrent pas vers l'autre, l'environnement, l'extérieur. Par l'utilisation massive du plan vertical, elle montre qu'elle est inatteignable : "Le plan vertical c'est le plan du mur, on ne l'attrape pas !" ⁷⁰²

La contenance par le contact.

Face à ce corps morcelé et bouillonnant, un travail de contact est envisagé pour faire contenance et entamer un processus d'identification de sa structure corporelle. Le contact avec l'objet médiateur (balle, foulard) lui permet de se détendre. Elle déclare y prendre plaisir. Ces temps d'enveloppement et de contact deviennent plus fréquents à mesure que j'observe ce besoin presque archaïque de Maeva à être contenue comme un nouveau-né dans le ventre de

⁷⁰² Loureiro Angela, Conversation privée.

la mère. Elle apprécie particulièrement travailler les systèmes dans le contact avec l'objet médiateur (tapoter le squelette avec les bâtons rythmiques, malaxer les muscles avec les balles, caresser la peau avec les foulards) avec les femmes adultes du groupe (la danse-thérapeute et l'éducatrice). Dans ces moments de relation privilégiée, elle s'apaise.

Hormis ces propositions de contenance par le contact, Maeva semble réceptive à la contenance du rythme. Elle est très engagée dans l'exercice d'Expression Primitive du "Combat des cheffes", où elle utilise la voix associée au mouvement tout en étant rythmée par le tambour. Le "stop and go" qu'implique cet exercice lui permet de travailler la question des limites, de l'arrêt et ainsi de border l'impulsivité qui la caractérise. Le travail de rythme associé au corps et à la voix l'amène à être participante et présente dans le cadre.

Elle ne parle pas lorsqu'elle est dans l'écoute du rythme et paraît concentrée. La verbalisation est toujours présente mais la parole prend moins de place en séance. Progressivement, elle s'approprie les exercices de rythme et propose des mouvements rythmés ou des jeux de rythme avec les mains. Le travail du cercle, en relation avec le rythme, lui permet d'aborder l'espace sans être complètement éclatée corporellement. Le rythme la contient.

Malgré son adhésion aux propositions de contenance rythmique, d'enveloppement, de contact dans le cadre de la danse-thérapie, Maeva ne parvient pas à s'impliquer dans l'entièreté de la séance.

Elle alterne entre des moments d'investissement et des moments de passivité où elle marque sa présence dans le groupe, en contrepoint. Il est difficile de la voir danser et créer.

Une séance charnière : la sortie de l'opposition.

Toutefois, à la septième séance, lors de la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, elle commence à s'exprimer corporellement dans un registre différent de l'explosion suivi de la rétention. Elle s'écarte de la posture du clown au travers de l'expression de mouvements plus personnels.

Le temps est suspendu dans un silence alors que Maeva danse pour la première fois.

Des larmes apparaissent et roulent doucement sur ses joues tandis qu'elle continue d'improviser en mouvement, yeux fermés. Elle se rassemble en boule, se contient avec les bras. Elle ne cherche pas le regard ou le contact d'autrui.

Je suis stupéfaite et n'ose intervenir, la contenant de mon regard, à distance. Ce moment marque un tournant pour Maeva qui, dès lors, va commencer à s'exprimer au travers du mouvement et s'engager progressivement dans un travail de structuration corporelle. Au sortir

de cette expérience, elle verbalise qu'elle a été agressée par une ancienne camarade d'école lorsqu'elle était petite et partage cela au groupe.

La phase d'apaisement.

A partir de ce moment-là, Maeva entre dans la seconde phase de l'accompagnement caractérisé par un apaisement comportemental et corporel. Elle expérimente la notion d'ancrage.

Le Flux condensé se développe et un début d'inscription dans le Poids actif émerge avec l'arrivée de l'ancrage. Elle qui marchait sur demi-pointes au début du cycle de séances, commence à poser le pied plat au sol. Sa marche est donc moins titubante et plus ancrée. Lors de la quatorzième séance, Maeva commence à marquer les arrêts dans le corps : elle tient la posture "statue", ce qu'elle parviendra à faire pendant plusieurs séances ensuite.

Sol et enveloppe.

Le sol semble être contenant pour Maeva et l'aide à expérimenter un autre registre de mouvement. Elle explore le niveau bas en présentant des mouvements fluides, d'où émane une certaine douceur, avec une approche sensorielle du corps via des auto-contacts. Lorsqu'elle arrive en séance, tous les mouvements qu'elle propose se déroulent principalement au sol.

Parallèlement à cette recherche du niveau bas, elle manque d'appuis et présente des difficultés pour s'y mouvoir. De nombreux déséquilibres sont visibles lorsqu'elle se repousse du sol ou roule. Elle rencontre aussi des difficultés à glisser.

Le rapport de Maeva à l'exploration du niveau bas semble ambivalent. Parfois, elle s'extrait de la séance en prétextant aller aux toilettes au moment où l'on aborde les mouvements au sol, mais paradoxalement, dans les autres temps de la séance, elle n'investit que le sol.

Cette échappée aux toilettes se réitère plusieurs fois au moment où l'on aborde le travail du sol en groupe. Une fois, l'éducatrice est absente et je réalise la séance seule avec les jeunes.

Maeva fuit une énième fois aux toilettes à l'instant où nous abordons l'exploration du sol en mouvement. Après dix minutes où elle ne réapparaît pas, je décide d'aller la chercher. Je la trouve enfermée aux toilettes, lui demande si elle est en difficulté au sol et si c'est la raison de son absence. Elle acquiesce. Je la rassure sur l'absence d'attentes de ma part. Elle ré-ouvre la porte, l'air penaud et embarrassé, et consent à me suivre en séance.⁷⁰³

⁷⁰³ Séance du 14 mai 2019, 23ème séance.

Dans les séances suivantes, plutôt que de fuir, elle parvient à verbaliser sa difficulté lors du moment de travail du sol. Je la rassure sur ce qu'elle réalise, lui adresse un retour positif concernant son évolution. Je lui dis que le groupe est là pour la soutenir, que tout le monde est ravi de sa présence. Je la contiens relationnellement.

Associé au travail d'exploration du sol, le travail s'érige autour de la contenance par l'enveloppement puisque Maeva semble y être sensible. La proposition de bercement dans les draps l'apaise, elle ne parle plus, son corps est détendu, sa respiration devient profonde.

Lorsqu'elle sort du drap, ses appuis sont davantage stables : elle se repousse avec ses mains sans déséquilibres.

Elle investit également le tissu tubulaire : elle s'enroule complètement à l'intérieur et demande à faire le rituel de fin de séance dans son sac tubulaire. Cette seconde peau représentée par le tissu parvient à contenir quelque chose de l'angoisse qui se manifeste chez elle par l'hyper-excitation.

De même, ce *Moi-peau* ravivé paraît l'aider à construire ses appuis. De cette manière, elle semble assez enveloppée pour explorer le repoussé du sol.

Ainsi, elle gagne progressivement en aisance au sol. Elle glisse et repousse plus aisément et les torsions présentent davantage de fluidité. Elle est en train de mettre en place ses appuis. De manière générale, le travail du sol l'aide à être plus tonique, stable et structurée à la verticale. L'action de repousser dans le mouvement semble l'amener à symboliser. Lorsque je propose l'image de repousser "Tout ce que l'on ne veut pas", elle appuie fortement des deux mains en l'air et s'écrie : "Je repousse ma mère !" ⁷⁰⁴

Par la suite, Maeva amène du contact dirigé vers elle et l'autre : auto-contacts, contacts des extrémités (pieds et mains) avec autrui, massages, etc. Contrairement au début des séances, elle aborde un contact davantage doux et bienveillant lorsqu'elle contacte ses camarades ou les adultes du groupe, ce qui lui permet d'être davantage incluse dans le groupe de danse-thérapie.

La manifestation de son accord à être dans le groupe s'accompagne d'un investissement du Poids actif. Le Poids lourd perdure mais il est incorporé à sa palette expressive et n'est plus utilisé pour manifester une opposition. Ainsi, Maeva est davantage ouverte à autrui et à l'environnement dans une attitude plus mature. Elle s'ouvre corporellement aux autres plans davantage tournés vers l'extérieur, comme le plan horizontal.

⁷⁰⁴ Séance du 14 mai 2019, 23ème séance.

Socialisation.

Maeva est en demande de relation et agit en miroir avec ses deux camarades. Elle suit sa camarade plus âgée, Katia, lui obéit, cherche à lui plaire, répète ses mouvements, la complimente. Katia est vue comme une "grande soeur" pour Maeva.

Avec l'autre jeune fille du groupe, Claire, le rapport est également en miroir mais cette fois-ci, Maeva joue le rôle de "grande soeur": elle aide Claire, l'embête parfois, la guide, lui montre ce qu'il faut faire, répond à sa place. Relationnellement, elle a pu avoir des propos jugeants et dépréciatifs vis-à-vis de Claire, ce qui fait l'objet de nombreuses reprises en début d'accompagnement. Ce comportement s'apaise par la suite.

Maeva verbalise à plusieurs reprises que Katia et Claire sont ses "soeurs de coeur". Elle se positionne entre ses deux amies, au milieu d'une sororie choisie. De cette manière-là, on peut dire qu'elle est également contenue.

Les séances sont pour ma part plus "vivables" dans le sens où je me sens moins "prise" par ses débordements : j'aborde un mode relationnel davantage serein avec elle, alors qu'avant, il fallait sans cesse contenir l'urgence et me décaler du sentiment d'énervement qu'elle suscitait en moi.

Dans ce second temps du travail de danse-thérapie, Maeva parvient à manifester son enthousiasme à être en séance, elle qui s'est opposée pendant tout le début de l'accompagnement.

Ce second temps est une accalmie : les défenses corporelles s'atténuent, bien qu'elles ne disparaissent pas complètement (rien n'est magique). Maeva peut accéder à une certaine forme de contenance et investir le processus de création en proposant des mouvements personnels.

Dans les rituels de fin, elle présente des mouvements esthétiques, fluides, liés et doux, ce qui est nouveau. À la fin d'une séance, lorsque le groupe cesse de danser, elle se positionne au centre du cercle formé par le groupe et s'exclame : "Je veux danser moi, encore !" ⁷⁰⁵

Elle nous présente une petite danse de fin. Je m'exclame : "Dis donc, il y a du chemin depuis le début des séances où tu refusais de danser et maintenant tu ne veux plus t'arrêter !".

En réponse, Maeva m'adresse un sourire.

La phase d'intégration de la séance pour elle-même.

⁷⁰⁵ Séance du 14 mai 2019, 23ème séance.

Le troisième temps de l'accompagnement se situe en fin d'année. Des événements issus du contexte familial et éducatif viennent perturber Maeva dans son quotidien et cela se ressent en séance.

Elle arrive à l'atelier parasitée par une grande excitation : un flot de paroles se déverse en continu, le corps est morcelé et éparpillé dans l'espace alors qu'elle semblait précédemment avoir trouvé assez d'appuis qui l'aidaient à se structurer corporellement et à se centrer dans son espace interne.

Malgré les difficultés qu'elle vit dans la sphère personnelle, et qui se traduisent par le retour visible d'un morcellement corporel et psychique, elle n'abandonne pas le travail de danse-thérapie.

Elle intensifie la recherche de contenance, ce qui se traduit par de longs temps d'enveloppement dans le sac tubulaire qu'elle quitte difficilement en fin de séance.

Les contacts avec autrui sont intrusifs, non adaptés ou prédominants. Elle "colle" physiquement Katia comme pour faire "peau" avec elle. Maeva entreprend une recherche constante de l'enveloppe spatiale en intensifiant la quête de contact avec le sol et les murs.

Elle verbalise qu'elle ressent des difficultés à danser au sol mais elle continue d'explorer.

Par exemple, elle réalise l'entièreté de l'échauffement dos au sol contre le tapis et propose ensuite au groupe, en *mirroring*, de nombreux mouvements au sol.

La recherche de contenance se retrouve également dans son usage de l'espace. Au début de l'accompagnement, Maeva reste en périphérie de la salle pour exprimer sa résistance. En fin d'accompagnement, la périphérie n'a plus le même sens. Maeva s'en sert pour venir se contenir : elle va chercher le contact avec les murs.

En dépit des difficultés qu'elle rencontre, lors des rituels de fin de séance, elle arrive à s'exprimer en mouvement (pas de postures fabriquées).

En séance, elle présente parfois des mouvements fluides ou doux et un corps nettement plus structuré (moins de postures en déséquilibre, mouvements davantage contenus).

Elle parvient à réaliser les séances du début à la fin, elle "tient" malgré les secousses qu'elle vit à l'extérieur. Lorsqu'elle arrive en séance, elle court vers le tambour et demande à être la première à proposer un rythme et un mouvement dans le rituel de début. Il semble qu'elle s'approprie la séance de danse-thérapie.

Dans la dernière séance, elle communique au groupe son angoisse de savoir que certain.e.s de ses ami.e.s de l'ITEP se scarifient. Elle se sert de l'atelier pour déposer ses émotions et alerter l'équipe sur des passages à l'acte dangereux.

Dans cette dernière phase d'accompagnement danse-thérapeutique, Maeva se saisit des propositions contenantées mises en place dans l'atelier pour venir s'apaiser : le rythme, le contact, l'exploration de l'enveloppe spatiale, le travail des systèmes, la découverte du schème spinal, les exercices de symbolisation et d'expression des émotions. Elle utilise la séance pour elle, pour se faire du bien.

L'équipe éducative confie en réunion d'équipe⁷⁰⁶ qu'au cours de l'année, ils.elles ont vu Maeva être davantage centrée corporellement et faire attention à ses mouvements qui pouvaient être accidentels auparavant.

La danse-thérapie est un espace où Maeva peut éprouver son besoin de structuration corporelle et de cadre thérapeutique afin de contenir et de transformer son morcellement corporel et son hyper-excitation.

C'est également un espace où elle travaille le lien à l'autre de manière adaptée, dans la bienveillance. La relation transférentielle lui permet d'envisager des corporalités apaisées auxquelles elle peut s'identifier. La groupalité l'aide à explorer son corps en mouvement et à se prêter au jeu de l'expression par la danse.

La dimension artistique vient soutenir un processus cadrant tout en lui permettant une expression subjective et une place dont elle semble avoir besoin.

3. Recueil des données à partir des outils.

3.1 Echelles de mesure d'après l'analyse du mouvement à l'aide de la grille de l'Effort de Rudolf Laban et des tableaux d'observation du mouvement.

La grille de l'Effort et les tableaux d'observations du mouvement ont été réalisés d'après l'observation et l'analyse des mouvements de chacune des trois adolescentes en séance et sur vidéo. Finalement, la recherche totalise vingt séances filmées. Des problèmes informatiques semblent avoir causé la perte de quelques vidéos durant la recherche.

Afin d'élire les vidéos jugées les plus utiles pour cette étude, les vingt séances ont été visionnées. Le choix de retenir une vidéo mensuelle est rendu difficile car il s'avère que certaines séances qualitatives se suivent d'une semaine à l'autre. Il est donc décidé que le critère qualitatif l'emporte sur la règle temporelle.

Toutes les vidéos sont visionnées afin de construire les outils de lecture du mouvement.

⁷⁰⁶ Réunion d'équipe institutionnelle du 13/05/19 à l'ITEP.

Le recueil de données est considérable. Sachant qu'une vidéo dure 1h, il s'agit de visionner vingt heures de vidéos trois fois pour analyser précisément les mouvements de chacune des trois adolescentes.

La grille de l'Effort créée par Rudolf Laban et les tableaux d'observation du corps en mouvement se basent sur le schéma corporel de l'adolescente directement en lien avec sa structure psychique et sa vie émotionnelle. Cependant, il est nécessaire de rappeler le caractère informatif des outils d'analyse du mouvement qui constituent des indicateurs mais ne permettent pas une description précise et exhaustive de l'état psychique et corporel du sujet. Ces outils de lecture et d'interprétation des mouvements externes et internes du sujet ne représentent pas une vérité absolue.

Chacun des facteurs de l'Effort est employé par le sujet à des degrés différents. L'emploi de certains facteurs, au détriment d'autres, déterminent sa signature personnelle.⁷⁰⁷

Il est donc essentiel de corréliser l'Effort et les observations du corps en mouvement au contexte personnel (études de cas) et aux verbatim de chacune des jeunes filles accueillies dans cet atelier de danse-thérapie afin d'envisager une analyse.

3.1.1 Echelles de mesure à partir de la grille de l'Effort de R.Laban.

La grille de l'Effort étudie l'évolution de chaque adolescente durant la recherche. Généralement, la grille qualifie le début et la fin de l'accompagnement en danse-thérapie, excepté pour Maeva dont la progression s'évalue sur trois temps. Il s'agit d'observer les bénéfices thérapeutiques par la démonstration du développement des capacités physiques et expressives avant et après l'accompagnement danse-thérapeutique.

La grille de l'Effort représente un outil indicatif quant à la caractérisation des facteurs de mouvements présents ou absents mais ne qualifie pas la subjectivité de l'adolescente. Un tel raccourci viendrait appauvrir l'analyse et la fausserait. L'attrait qualitatif de ce travail porte sur les variations d'un sujet à l'autre : il serait biaisé de proposer une échelle de mesures des résultantes émotionnelles des agencements de l'Effort.

La grille de l'Effort présentée correspond au modèle élaboré par Angela Loureiro.⁷⁰⁸ La grille se compose de lignes verticales et horizontales qui indiquent les facteurs de mouvement et les éléments qui y sont rattachés. Du centre de la grille, à l'intersection des lignes verticales et

⁷⁰⁷ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.158.

⁷⁰⁸ A ce titre, je remercie Angela Loureiro et Raphael Cottin pour leur aimable contribution.

horizontales, émerge un petit trait nommé "accent de l'Effort", qui se retrouve lorsqu'on observe chaque facteur indépendamment.⁷⁰⁹

Angela Loureiro précise que le trait figurant l'accent de l'Effort indique les deux dimensions dynamiques de l'Effort. La dimension conciliante (*indulging*) se situe d'un côté de la grille et l'aspect combatif (*fighting*) s'inscrit de l'autre côté : "Dans la grille de l'Effort, toute la partie située dans la moitié supérieure gauche correspond aux éléments conciliants : le Poids léger, le Flux libre, l'Espace indirect, le Temps soutenu. Toute la partie située dans la moitié inférieure droite correspond aux éléments combattifs : le Poids fort, le Flux condensé, l'Espace direct, le Temps soudain."⁷¹⁰

Angela Loureiro explique également que le facteur Poids est représenté par une ligne verticale afin de décrire son lien avec la gravité. De même, le Flux qui "s'écoule" est figuré par une ligne horizontale qui rappelle sa nature continue.⁷¹¹

⁷⁰⁹ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?, Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 135.

⁷¹⁰ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?, Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 136.

⁷¹¹ Loureiro A., en collaboration avec Chalet-Haas J., 2018, *Diagonales ?, Vous avez dit diagonales ?, Le point de vue Laban-Bartenieff*, éditions ressouvenances, Coll. Pas à pas, p. 136.

DIAGRAMME DE L'EFFORT - Laban
 Angela Loureiro, CMA / Raphaël Cottin, DPCL

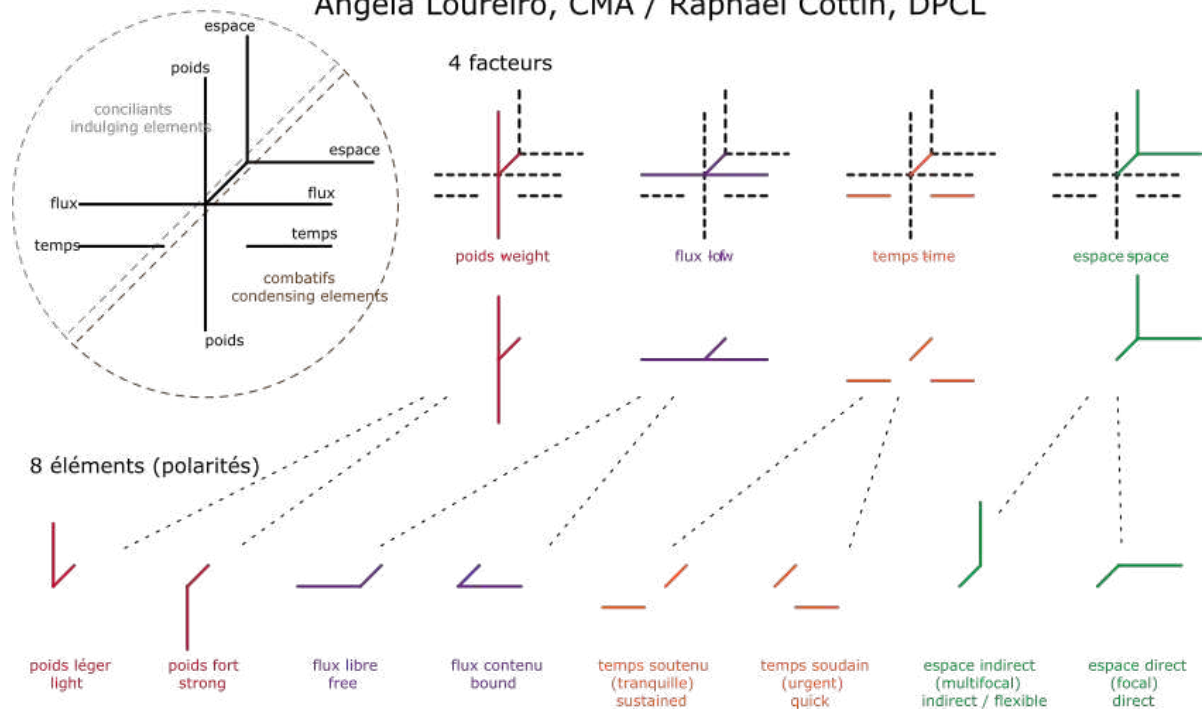


Figure 9 : Modèle de Diagramme de l'Effort.

Légende.⁷¹²

⁷¹² Après vérification auprès d'Angela Loureiro, je me permets de signaler une erreur figurant sur le graphique : Le Flux "contenu" est en fait nommé Flux "condensé".
 Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, *Diagonales ?*, 2018, *Vous avez dit diagonales ?*, Le point de vue Laban-Bartenieff, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances, p.135.

Des aménagements ont été réalisés pour désigner précisément les modulations de la grille de l'Effort. Ainsi, lorsque l'inscription dans un facteur est dans l'ombre, c'est-à-dire présent mais de manière passive, le trait est tracé en pointillés.

Lorsqu'un facteur est absent, il n'apparaît pas sur la grille.

Lorsque l'intensité d'un facteur faiblit, il est figuré par le signe - , et lorsque l'intensité augmente, le signe + apparaît.

Le signe 0 placé au-dessous de la ligne du Poids définit le Poids lourd.

L'accent de l'Effort est figuré en noir afin de marquer sa présence.

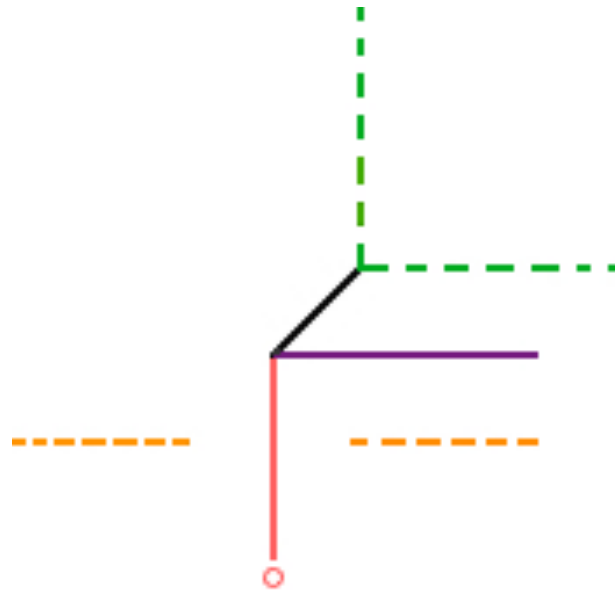


Figure 10 : Diagramme de l'Effort de Katia. Début d'accompagnement en danse-thérapie, septembre 2018 à fin Janvier 2019.

*Légende.*⁷¹³

Flux condensé

Poids lourd

Peu d'accès à Espace et Temps

⁷¹³ Figure réalisée sur Paint d'après le modèle d'Angela Loureiro.

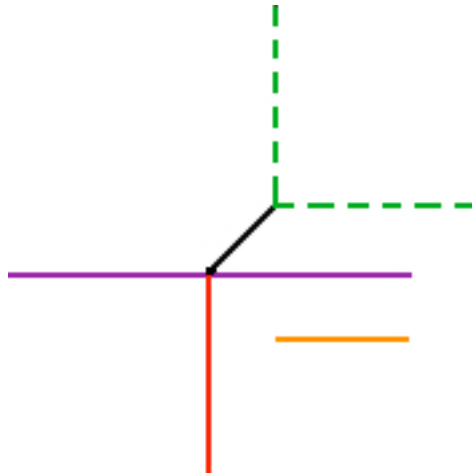


Figure 11 : Diagramme de l'Effort de Katia. Fin d'accompagnement en danse-thérapie, fin Janvier à fin Juin 2019.

*Légende.*⁷¹⁴

Apparition du Flux libre et du Poids Fort.

Temps soudain.

Peu d'accès à Espace.

⁷¹⁴ Figure réalisée sur Paint d'après le modèle d'Angela Loureiro.

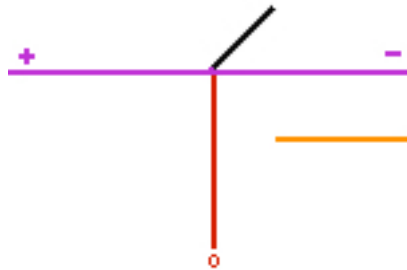


Figure 12 : Diagramme de l'Effort de Maeva. Début d'accompagnement en danse-thérapie, septembre 2018 à fin Janvier 2019.

*Légende.*⁷¹⁵

Alternance Flux condensé / Flux libre avec une prédominance Flux libre.

Poids actif dans l'ombre, Poids passif lourd.

Temps soudain.

Espace dans l'ombre.

⁷¹⁵ Figure réalisée sur Paint d'après le modèle d'Angela Loureiro.

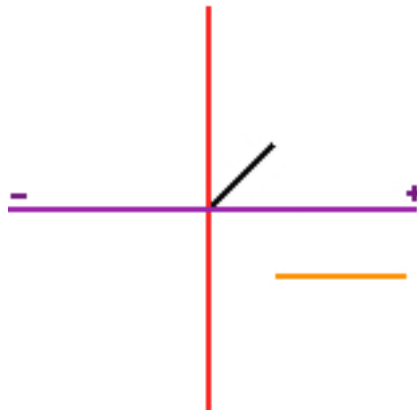


Figure 13 : Diagramme de l'Effort de Maeva. En cours d'accompagnement en danse-thérapie, fin Janvier 2019 à Mai 2019.

Légende.⁷¹⁶

Alternance Flux condensé / Flux Libre.

Flux condensé se développe.

Début d'inscription dans le Poids avec l'arrivée de l'ancrage.

Temps soudain.

Espace dans l'ombre.

⁷¹⁶ Figure réalisée sur Paint d'après le modèle d'Angela Loureiro.

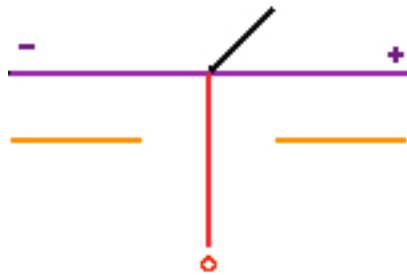


Figure 14 : Diagramme de l'Effort de Maeva. Fin d'accompagnement en danse-thérapie, Mai 2019 à fin Juin 2019.

Légende.⁷¹⁷

Alternance Flux condensé / Flux Libre

Flux condensé se développe.

Poids lourd (n'est plus garant de l'opposition mais intégré à la palette expressive).

Temps soudain / Apparition du Temps soutenu.

Espace dans l'ombre.

⁷¹⁷ Figure réalisée sur Paint d'après le modèle d'Angela Loureiro.

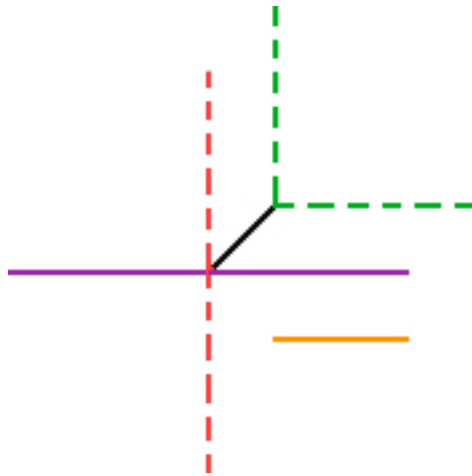


Figure 15 : Diagramme de l'Effort de Claire. Début d'accompagnement en danse-thérapie, Novembre 2019 à Avril 2019.

*Légende.*⁷¹⁸

Alternance Flux condensé / Flux libre = Mouvement pulsionnel.

Faiblement inscrite dans Poids et Espace : corps flotte accidentellement dans espace.

Temps soudain.

⁷¹⁸ Figure réalisée sur Paint d'après le modèle d'Angela Loureiro.

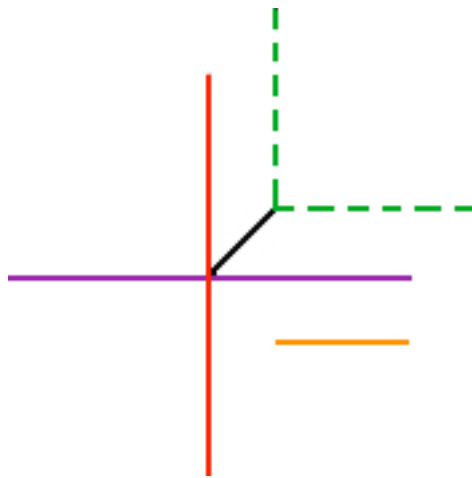


Figure 16 : Diagramme de l'Effort de Claire. Fin d'accompagnement en danse-thérapie, Avril 2019 à fin Juin 2019.

Légende.⁷¹⁹

Alternance Flux condensé / Flux libre moins marquée.

Début d'inscription dans le Poids.

Peu repérée dans Espace.

Temps soudain.

⁷¹⁹ Figure réalisée sur Paint d'après le modèle d'Angela Loureiro.

3.1.2 Echelle de mesure de la grille de l'Effort focalisée sur l'étude du facteur Flux.

La focalisation sur l'un des facteurs de la grille de l'Effort permet une lecture plus précise de l'élément principal de l'évolution corporelle chez les sujets de l'étude. Le facteur Flux étant particulièrement présent chez les trois adolescentes, il semble pertinent de l'observer en premier lieu.

Le Flux organise la structure psycho-corporelle puisqu'il figure le développement psychique et moteur de la petite enfance. Le monde de la prime enfance est le monde du Flux (de l'Effort et de Forme). Le Flux conditionne le mouvement en développant la conscience de la différenciation des parties du corps. Il détermine comment le mouvement circule dans le corps (Effort) et s'ajuste à l'environnement (Forme).

Tableau IV : Evolution du Flux chez chaque participante au cours de la recherche.

Facteur Flux	Début recherche	Au cours de la recherche	Fin de la recherche
Katia	Flux Condensé	Évolution	Flux Condensé Flux Libre
Maeva	Alternance extrêmes Flux Libre / Flux condensé	Nuance l'alternance Flux libre / Flux condensé.	Nuance l'alternance Flux libre / Flux condensé.
Claire	Alternance Flux Libre / Flux condensé brusque.	Évolution	Alternance Flux Libre / Flux condensé douce. Flux Condensé se développe.

3.1.3 Tableaux synoptiques des résultats d'observation du mouvement.

Les tableaux d'observation du mouvement viennent compléter les grilles d'analyse du mouvement de l'Effort de Laban en proposant d'autres axes de lecture. Ils s'avèrent nécessaires pour observer les bénéfices thérapeutiques de l'accompagnement en danse-thérapie pour les trois adolescentes de cette étude. Le tableau d'observation du mouvement réalisé pour chaque adolescente rend compte de deux ou trois périodes qui marquent l'évolution du mouvement chez chacune d'elles, à l'image des périodes définies par la grille de l'Effort.

Les tableaux d'observation du mouvement s'inspirent des *Five key éléments of Laban Movement Analysis (LMA)* de Suzi Tortora.⁷²⁰ Ils se composent de plusieurs items.

L'Effort est le premier item indiqué sur le tableau afin de mettre en perspective les données de l'Effort avec les autres items. L'Effort, comme vu précédemment, désigne l'engagement qualitatif du sujet entrant dans le mouvement à travers quatre facteurs : Flux, Poids, Temps, Espace. La manière dont les éléments de l'Effort sont éprouvés, au regard du contexte dans lequel ils apparaissent, reflète l'intention interne du sujet entrant dans le mouvement.⁷²¹

Le second item figure les schèmes de mouvement. Ceux-ci définissent les coordinations en mouvement basées sur les structures du corps et leur intégration du point de vue développemental. Les cinq schèmes de mouvements proposés dans ce tableau d'observation sont : Centre-périphérie, Tête-coccyx (spinal), Haut-bas (homologue), Homolatéral, Controlatéral.

Le troisième item caractérise l'inscription du sujet dans les plans de l'espace. Les plans désignent les trois dimensions dans lesquelles le corps est en mouvement : horizontale, verticale, sagittale. Ces trois dimensions déterminent l'expérience spatiale du sujet, son appréhension de l'espace interne du corps dans l'espace externe de l'environnement.

Vient ensuite l'étude des systèmes du corps qui puise dans l'anatomie et la physiologie pour se pencher sur la manière dont le sujet fait l'expérience de son squelette, ses muscles, sa peau,

⁷²⁰ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.150, Table 5.1 "Overview of the five key elements of Laban Movement Analysis (LMA)".

⁷²¹ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.163.

etc. La sollicitation d'un système du corps plutôt qu'un autre renseigne sur la représentation du corps et la perception qu'en a le sujet.

La Tonicité rend compte de la manière dont le sujet gère son tonus postural, c'est-à-dire le niveau de tension qui donne forme au corps (fait de tenir une posture). Le tonus d'action figure la relation aux appuis.⁷²²

L'Espace désigne tout autant la relation à l'espace interne personnel ou *kinesphère* que l'espace externe, général (la pièce, l'environnement).

La Rythmicité qualifie le rythme du mouvement exercé par le sujet. Ce rythme peut être explosif, contenu, dans l'ombre, etc.

La Forme figure les formes que dessinent le corps en mouvement dans l'espace : lignes, spirales, arcs, etc. La Forme désigne également la gestion de la respiration et la manière dont elle va soutenir et permettre le mouvement. Une respiration fluide ne produira pas la même forme de mouvement qu'une respiration saccadée et marque la relation à l'espace interne du corps : "La respiration crée de l'espace à l'intérieur, faisant prendre conscience du volume interne, mettant en communication le dedans et le dehors, elle redonne au corps ses trois dimensions et l'inscrit dans l'espace... Sorte de métaphore de l'existence dans son échange perpétuel entre intérieur et extérieur."⁷²³

Ces items figurent une image du registre non-verbal de chaque sujet et son intégration corporelle dans le mouvement. Ils définissent les dynamiques corporelles (Effort, Schèmes de mouvements, Plans, Systèmes, Espace, Relation au sol, Rythmicité, Tonicité / Appuis, Parties du corps principalement utilisées, Parties du corps ignorées, Moteur(s) du mouvement, Forme) et relationnelles (Interpersonnel, Parties du corps ou processus qui attirent mon attention (Contre-transfert), Autre) présentes dans le mouvement de chaque adolescente de cette étude.

La lecture du tableau d'observation du mouvement permet de rendre compte des transformations ainsi que des évolutions corporelles et relationnelles qui ont émergé dans cette étude chez chaque adolescente.

⁷²² Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès, p.40-42.

⁷²³ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.53.

Tableau V : Tableau synoptique des résultats d'observation du mouvement de Katia.

Katia	Début accompagnement danse-thérapie Septembre 2018 à Fin janvier 2019	Fin accompagnement danse-thérapie Avril à fin Juin 2019
Effort Flux libre / condensé Progression Poids fort / léger Temps soudain / soutenu Espace direct / indirect	Attitudes « Comment » « Quoi » Intention « Quand » Décision « Où » Attention	Flux condensé Poids lourd. Peu d'accès à Espace et temps. Le Temps est ralenti car le Flux est très condensé.
Schémas de mouvements Centre-extrémités (Core-Distal coordination) Tête-coccyx (Head-Tail, Spinal) Haut - bas / Schème homologue (Upper-Lower, Homologous) Moitiés du corps / Schème homolatéral (Body-Half, Body-Half, Homolateral) Schème controlatéral / Aptitude au croisement (Controlateral)	Homologue (bras).	Exploration schème centre-périphérie. Aborde schème spinal. Esquisse Controlatéral. Esquisse homologue haut + bas.
Plans Horizontal ou Transversal Vertical ou Frontal Sagittal	Vertical	Esquisse Horizontal
Systèmes Os, Muscles, Peau, Organes	Os	Articulations, Muscles (le mouvement s'arrondit).
Relation au Sol	Faible	Exploration sol comme support : se hisse, s'appuie, roule.
Tonicité / Appuis	Déséquilibres : chevilles tordues, peu d'appui des pieds, jambes bloquées.	Appui des pieds. Mobilisation jambes, apparition des pliés (genoux). Dev. tonique.
Rythmicité	Rythmicité contenue	
Parties du corps principalement utilisées	Bras (en symétrie), torse, épaules.	Exploration jambes, bassin, pieds.
Parties du corps ignorées	Jambes, hanches bloquées.	

Parties du corps ou processus qui attirent mon attention (Contre-transfert)	Genou en dedans en hyper-extension, pieds : déplacements sur demi-pointes.	Ouverture des genoux, tape du pied au sol pour s'ancrer. Relâchement et mobilisation tête.
Moteur(s) du mouvement	Bras	Jambes, Bassin
Espace Relation à l'Espace externe / interne (Kinesphère) Fermeture / Ouverture des mouvements Trajets dans l'espace Changement de niveaux	Kinesphère réduite Mouvements ramenés vers soi = peu d'ouverture. Peu repérée spatialement : recherche des murs qui font limite.	Kinesphère s'agrandit. Mouvements davantage projetés vers l'extérieur.
Forme Respiration (Breath flow) Flux de Forme (Shape Flow)	Peu d'accès au Flux de Forme.	Début d'accès au Flux de forme soutient relation à autrui. Respiration forte et longue.
Interpersonnel Relation à l'Autre Place dans le groupe	Processus d'évitement, regard fuyant, difficulté à prendre soin d'autrui.	Ouverture à l'autre. Douceur et attention envers autrui. Leader positif, place de "Grande soeur" ds groupe.
Autre	Peu expressive : posture stéréotypées, figures de gymnastique, jeu de représentation de soi.	Capacité d'expression se développe : s'incarne dans le mouvement.

Tableau VI : Tableau synoptique des résultats d'observation du mouvement de Maeva.

Maeva	Début accompagnement danse-thérapie. Septembre 2018 à fin Janvier 2019.	En cours d'accompagnement danse-thérapie. Fin Janvier à mi-mai 2019.	Fin accompagnement danse-thérapie. Mi-mai à fin Juin 2019.	
Effort Flux libre / condensé Progression Poids fort / léger Intention Temps soudain / soutenu Décision Espace direct / indirect Attention	Attitudes « Comment » « Quoi » « Quand » « Où »	Alternance Flux condensé / Flux libre Poids actif dans l'ombre, Poids passif lourd. Temps soudain conséquence du Flux libre, non installé. Espace dans l'ombre.	Flux condensé se développe. Début d'inscription dans le Poids actif avec l'arrivée de l'ancrage. Poids lourd toujours présent. Temps soudain résultant du Flux libre. Espace dans l'ombre.	Retour en force du Poids lourd mais pas utilisé pour s'opposer, comme incorporation de sa palette expressive. Corps se laisse tomber au sol souvent en position allongée comme un "sac".
Schémes de mouvements Centre-périphérie (Core-Distal coordination) Tête-coccyx (Head-Tail, Spinal) Haut - bas / Schème homologue (Upper-Lower, Homologous) Côtés droit / gauche/ Schème homolatéral (Body-Half, Homolateral) Schème controlatéral / Aptitude au croisement (Controlateral)	Homologue	Homologue	Homologue Spinal Prémisse controlatéral	
Plans Horizontal ou Transversal Vertical ou Frontal Sagittal	Vertical	Vertical Prémises Sagittal + Horizontal	Vertical Sagittal Horizontal	
Systèmes Os, Muscles, Peau, Organes	Os	Peau Nombreux auto-contacts, éveil sensorialité avec objet contenant drap, foulard. Enveloppements.	Peau Nombreux auto-contacts	
Relation au Sol	Corps bute sur le sol. Nombreuses chutes au sol.	Exploration. Fluidité du corps en contact avec le sol.	Grand investissement du sol comme support.	

<p>Espace Relation à l'Espace externe / interne (Kinesphère) Fermeture / Ouverture des mouvements Trajets dans l'espace Changement de niveaux</p>	<p>Kinesphère réduite puis grande sans transition. Grande kinesphère peu perméable en 2D = Se protéger de. Mouvements explosifs dirigés vers l'extérieur, se répand dans l'espace.</p> <p>Périphérie utilisée pour s'opposer au groupe, à la séance.</p> <p>Peu de changements de niveaux et lorsqu'ils sont présents : changements abrupts et pour dire son opposition (chutes).</p>	<p>Recherche de l'enveloppe spatiale : murs.</p> <p>Investissement du sol = niveau bas.</p>	<p>Recherche de l'enveloppe spatiale : sol, murs. Périphérie comme recherche d'appui, de contenance.</p> <p>Se positionne au centre (de la pièce ou du cercle formé par les autres).</p>
<p>Interpersonnel Relation à l'Autre Place dans le groupe</p>	<p>Prend beaucoup de place dans la relation à l'autre. Processus de s'exclure du groupe : sort de l'espace, baisse le regard, verticalité passive, Poids lourd.</p> <p>Contacts inadaptés, intrusifs. => Demande constante d'attention.</p>	<p>Apparition du contact bienveillant vis-à-vis d'autrui.</p> <p>Recherche intense de contact corporel avec autrui. Commence à faire alliance avec le groupe (jeunes + adultes).</p>	<p>Propose nombreux contact collectifs.</p> <p>Recherche intense de contact corporel avec autrui.</p>

Rythmicité	Rythmicité saccadée, dit "de la morsure" chez J. Kestenberg. A côté du rythme. Difficulté à marquer arrêts.	Rythmicité contenante : proposition de divers rythmes, utilisation du tambour pour canaliser moments d'attente, etc. Apparition des arrêts. Difficulté à se repérer dans un rythme donné.	Rythmicité parfois explosive mais arrêts tenus.
Tonicité / Appuis	Peu d'appui des pieds : se déplace sur demi-pointes, déséquilibres, difficultés à se repousser du sol, à glisser. Nombreuses chutes volontaires. Fixations toniques extrêmes : Corps raide à corps liquide. Pas de dynamique entre la gravité et le corps : transitions Poids lourd.	Pieds se dépose à plat sur sol. Mise en place des appuis avec travail sol : difficulté à prendre appui avec mains.	Stabilisation appuis mains / pieds au sol. Parvient à se repousser aisément du sol, à rouler en s'aidant de ses appuis.
Parties du corps principalement utilisées	Bras.	Pieds, jambes.	
Parties du corps ignorées	Torse et Bassin comme un "bloc" = peu de possibilité de mouvement.	Torse et Bassin comme un "bloc" = peu de possibilité de mouvement.	
Parties du corps ou processus qui attirent mon attention (Contre-transfert)	Morcellement corporel => peu de structure : ne se "tient" pas, déborde.	Apparition mouvement fluide. Corps qui "tient" => structuration.	Structuration corporelle installée (moins de postures en déséquilibres, mouvements davantage contenus) malgré le retour d'une agitation.
Moteur du mouvement	Bras, jambes.	Bras, jambes	
Forme Respiration (Breath flow) Flux de Forme (Shape Flow)	Respiration saccadée. Parole projetée dans un souffle.	Respiration plus continue.	Respiration plus continue.

Autre	Logorrhée envahissante. Bruite ses mouvements : silence impossible.	Parole prend moins de place.	Retour de logorrhée envahissante.
-------	---	------------------------------	-----------------------------------

Tableau VII : Tableau synoptique des résultats d'observation du mouvement de Claire.

Claire	Début accompagnement danse-thérapie Début décembre 2018 à fin Avril 2019.	Fin d'accompagnement danse-thérapie. Fin Avril à fin Juin 2019
Effort Facteurs Flux libre / condensé Progression Poids fort / léger Temps soudain / soutenu Espace direct / indirect	Attitudes « Comment » « Quoi » Intention « Quand » Décision « Où » Attention	Alternance Flux condensé / Flux libre = Mouvement pulsionnel. Transitions abruptes dans les modulations du Flux avec grands temps d'arrêt => surprendre l'autre. Faiblement inscrite dans Poids et Espace : corps flotte accidentellement dans espace. Temps soudain émerge de son rapport de modulation au Flux.
Schémas de mouvements Centre-périphérie (Core-Distal coordination) Tête-coccyx (Head-Tail, Spinal) Haut - bas / Schème homologue (Upper-Lower, Homologous) Côtés droit / gauche/ Schème homolatéral (Body-Half, Homolateral) Schème controlatéral / Aptitude au croisement (Controlateral)	Spinal (Tête-coccyx)	Spinal (Tête-coccyx) Esquisse Controlatéral (dans sac) Ebauche de Centre-périphérie.
Plans Horizontal ou Transversal Vertical ou Frontal Sagittal	Sagittal fermé (dans l'enroulement)	Sagittal fermé (dans l'enroulement) Verticalité immobile sans modulation. Prémisses Horizontal
Systèmes Os, Muscles, Peau, Organes	Squelette	Exploration Peau (enveloppements)
Relation au Sol	Abrupte (nombreux heurts) + immobilité (repos prêt à bondir)	Fluide

<p>Espace Relation à l'Espace externe / interne (Kinesphère) Fermeture / Ouverture des mouvements Trajets dans l'espace Changement de niveaux</p>	<p>Peu de conscience spatiale : se heurte aux limites (murs, sol, radiateurs).</p> <p>Grande kinesphère fermée, déploiement amplitude mais repousse autrui + environnement.. Mouvements ouverts à la verticale et fermés au sol. Investissement actif niveau bas = dialogue avec le sol.</p>	<p>Ne se heurte plus aux limites spatiales. Longe les murs, tête l'enveloppe spatiale.</p> <p>Investit principalement le sol, explorations des schèmes moteurs primaires.</p> <p>Apparition niveau haut dans le plan vertical.</p>
<p>Interpersonnel Relation à l'Autre Place dans le groupe</p>	<p>Contacts inadaptés avec elle-même et autrui : mouvements brusques et invasifs. En demande de lien.</p>	<p>Contacts davantage appropriés : apparition douceur. Capacité à se reprendre lorsque contacts violents envers elle-même et autrui. Recherche de contact et de lien.</p>
<p>Rythmicité</p>	<p>Rythmicité pulsionnelle : surgissement puis arrêt.</p> <p>Décalée du rythme groupal : rythme individuel. Ne marque pas le rythme donné.</p>	<p>Possibilité de rejoindre le rythme groupal. Apparition des arrêts.</p>
<p>Tonicité / Appuis</p>	<p>Pieds se dépose à plat sur sol mais fragilité des appuis (déséquilibres). Hypertonie jambes, bassin bloqué, marche robotisée.</p>	<p>Consolidation des appuis. Bassin déverrouillé, exploration torse.</p>
<p>Parties du corps principalement utilisées</p>	<p>Bras, tête, jambes comme support.</p>	
<p>Parties du corps ignorées</p>	<p>Bassin, torse</p>	
<p>Parties du corps ou processus qui attirent mon attention (Contre-transfert)</p>	<p>Posture fesses en arrière, tête en avant, bras repliés contre torse, mains recourbées = image d'animal aux aguets.</p>	<p>Apparition mouvement fluide. Posture moins marquée.</p>
<p>Moteur du mouvement</p>	<p>Bras</p>	
<p>Forme Respiration (Breath flow) Flux de Forme (Shape Flow)</p>		

Autre	<p>Comportement animal premières séances + régression en position foetale.</p> <p>Mouvement continu, agitation : toujours une partie du corps en mouvement.</p> <p>La question de la sexualité : exhibe seins, parle de son anus, etc.</p> <p>Niveau bas espace // niveau bas corps.</p>	<p>Apparition posture adolescente érotisée.</p> <p>Contact permet accalmie corporelle.</p> <p>Port d'une brassière, Arrêt du comportement exhibitionniste.</p>
-------	--	--

3.2 Recueil des résultats des dessins, des verbatim et du Journal de bord des séances correspondantes.

3.2.1 Dessins.

Le temps alloué au dessin varie entre 5 et 8 minutes. Ce temps est délibérément court afin de proposer un outil davantage pensé comme une trace de l'expérience dansée que comme une médiation à part entière.

Le matériel proposé est une "valise à dessin" composée de crayons de couleurs, de feutres, de crayons gras, de crayons de papier, de pastels, d'une gomme, d'un taille crayon. Les feuilles sont de dimension A3 ou A4 et de couleur blanche. Ce matériel est celui de l'institution qui le prête pour la séance. Il n'y a pas de choix spécifique de proposer des feuilles blanches plutôt que des feuilles de couleurs. Nous faisons avec le matériel prêté. La demande est que les adolescentes puissent avoir à leur disposition plusieurs matériaux pour dessiner : crayons, feutres, pastels, crayons gras, afin de permettre un choix expressif large.

Le temps du dessin suit le temps de pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique ou se situe en fin de séance avant le rituel de fin. Ce temps se déroule sur le tapis de danse dans la salle de danse-thérapie.

Les consignes données sont de ne pas déranger sa voisine, de respecter la création de chacune en s'abstenant de commentaires jugeants et d'attendre calmement si l'on a fini en première.

Durant tout le temps de création dessinée, une musique douce et mélodique est proposée.

L'éducatrice, de par sa proximité avec les jeunes dans le quotidien, dessine également afin de ne pas se positionner comme regard extérieur. Pour ma part, je ne dessine pas et reste présente sans regarder les dessins du groupe afin de ne pas intruser la création. À l'image de la "mère suffisamment bonne" de D.W. Winnicott, je reste disponible sans imposer mon regard.

Les participantes choisissent de garder ou de donner leur dessin à la danse-thérapeute. Si elles le gardent, je leur demande l'autorisation de photographier leurs productions pour les inclure dans la recherche. Cette autorisation est délivrée à l'oral.

Les dessins ne sont pas proposés à chaque séance. Ils le sont lorsque la danse-thérapeute ressent que les jeunes en ont besoin : nécessité de laisser une trace du mouvement dansé, fait d'opérer une transmodalité afin de poursuivre la figuration psychique sur une autre médiation que celle du mouvement. La décision de proposer le dessin relève de critères subjectifs élaborés dans l'instant présent. La demande des adolescentes est également prise en compte.

Lorsque les adolescentes réclament de dessiner, j'accède à leur demande. Chacune des adolescentes présentent des productions singulières qui sont détaillées ci-après.

Les dessins de Claire occupent toute la feuille A4/ A3. Des griffonnages sont souvent présents ainsi que des ratures et des mots barrés. Claire utilise principalement les feutres et il lui arrive plus rarement de choisir des crayons de couleur. Ses dessins au feutre présentent de multiples couleurs et prennent tout l'espace de la page, avec des traits disparates (griffonnages). Ses créations sont riches d'éléments et de nature "chargée". Les formes abordées sont primaires : coeurs⁷²⁴, cercles⁷²⁵, superposition de rectangles.⁷²⁶

La prévalence des traits "griffonnés" renvoie aux stades d'élaboration dessinée des tout-petits.⁷²⁷ En effet, il est difficile de s'imaginer que Claire est âgée de treize ans lorsque l'on observe ses dessins qui se rattachent dans leur forme aux représentations de la prime enfance. Lorsqu'elle dessine, Claire est souvent en position allongée sur le ventre ou en position assise avec un de ses pieds qui tressaute nerveusement. Elle colle son visage à la feuille pour dessiner.

Lors d'une séance où nous utilisons le sac tubulaire, Claire décide de rester enveloppée dans le sac durant le temps du dessin. Elle s'enroule d'abord à l'intérieur avec le dessin et les feutres et ressort du sac peu après pour poursuivre son dessin, positionnée à moitié à l'extérieur.

Claire écrit des phrases pour titrer ou expliquer ses dessins. Il n'y a que le dessin de la dernière séance, en date du 25/06/2019, qui échappe à la règle. Elle y inscrit uniquement son prénom.

Contrairement aux dessins très fournis de Claire, les dessins de Maeva sont "propres", le trait est linéaire et appliqué.

Elle utilise principalement les feutres et les crayons gras pour dessiner sur tout l'espace de la feuille A4/ A3 mais peut également laisser des espaces vacants. Maeva utilise deux ou trois couleurs, principalement les couleurs bleues et rouges qui reviennent dans tous ses dessins. Les dessins de Maeva comportent des personnages : ours, "pikachus", clown, pandas, etc.

⁷²⁴ Dessins datés du 2/04/2019, 4/06/2019.

⁷²⁵ Dessins datés du 28/05/19, 7/05/19.

⁷²⁶ Dessins datés du 21/05/2019, 26/06/19.

⁷²⁷ En cela, voir l'ouvrage *Dessine-moi un mouvement* d'Helene Leker qui donne à voir des dessins d'enfants âgés d'environ 6 à 8 ans qui, par leurs traits enfantins, rappellent les dessins des jeunes adolescentes de cette recherche.
Référence d'ouvrage transmise par Angela Loureiro.

Elle accole des prénoms à côté de chaque animal/créature qui symbolise son entourage amical ou amoureux. Elle se représente sous la forme d'un panda qui pleure dans plusieurs dessins.⁷²⁸

Le motif du coeur est représenté dans tous ses dessins : la thématique du lien amoureux rompu revient souvent avec la figuration de coeurs brisés.⁷²⁹ Les liens amicaux sont représentés avec des coeurs pleins et/ou des sourires.⁷³⁰ Lors de la dernière séance, fin juin, Maeva ne figure plus de personnages pour évoquer son cercle amical mais dessine deux bras ensanglantés appartenant à ses ami.e.s. Ce dessin représente les scarifications de deux de ses ami.e.s de l'Itep. Dans ce dessin, pour la première fois, Maeva se représente sous la forme d'un visage qui pleure.⁷³¹

Hormis les prénoms de ses amie.s qui sont présents sur chacun de ses dessins, elle n'écrit pas de titres (seulement sur le dessin daté du 16/042019 intitulé "*Le chemin de mes amies*") et les accompagne peu souvent de mots ou de phrases, si ce n'est le groupe de mots "*Je t'aime / je t'eme*" qui revient sur deux dessins⁷³² ou les termes "*amis*"⁷³³ et "*soere*"⁷³⁴ pour "*soeurs*" qui viennent qualifier ses amours et ses amitiés.

Lorsqu'elle dessine, Maeva est assise et son agitation cesse. Elle se place toujours entre les deux autres participantes, de manière à être entourée (contenue !).

Les dessins de Katia n'occupent pas toute la page A3/A4. Elle laisse des espaces vides sur la feuille. Les formes dessinées sont souvent rondes ou spiralées. Le trait n'est pas linéaire ou continu, il ondule et peut dépasser un peu de la forme qu'il remplit. Le trait donne l'impression d'avoir parfois été réalisé rapidement.⁷³⁵

La courbe est un motif figuratif qui revient dans la plupart de ses dessins.⁷³⁶ Deux dessins échappent à la règle : le dessin du 9/04/2019 qui figure des rectangles, quoiqu'un peu courbés

⁷²⁸ Dessins datés du 2/04/2019, 9/04/2019, 7/05/2019.

⁷²⁹ Dessins datés du 2/04/2019, 9/04/2019.

⁷³⁰ Dessins datés du 28/05/2019, 16/04/2019, 4/06/2019.

⁷³¹ Dessin daté du 25/06/2019.

⁷³² Dessins datés du 2/04/2019, 7/05/2019.

⁷³³ Dessin daté du 4/06/2019.

⁷³⁴ Dessin daté du 28/05/2019.

⁷³⁵ Dessins datés du 9/04/2019, du 16/04/2019, du 7/05/2019, du 4/06/2019.

⁷³⁶ Dessins datés du 2/04/2019, du 16/04/2019, du 7/05/2019, du 4/06/2019, du 25/06/2019.

en arc de cercle, qui représentent des drapeaux "espagnols". Katia lie ces drapeaux à l'origine espagnole de son père. Le second dessin, qui ne figure pas ou peu de courbes, est celui daté du 21/05/2019 qui représente des barreaux enfermant un coeur (le coeur figure des courbes tout de même) sur lequel il est écrit : "Je me sans mal, je me sans en fair mais".

Le symbole du coeur revient sur la plupart de ses dessins.⁷³⁷

Katia utilise plusieurs couleurs qu'elle applique au feutre, au crayon de couleur et parfois au crayon gras. Sur certaines de ses oeuvres, une phrase accompagne le dessin. Katia met en mots une émotion : "Je me sans en fair mais"⁷³⁸, une réflexion sur la vie : "On et toujours la pour prendre la vie sur terre. fin"⁷³⁹ ou bien un sentiment qui lui est difficile comme le fait de grandir⁷⁴⁰ qu'elle symbolise en écrivant la phrase "15+1 = 16 Non !" (avec un coeur en guise de point du point d'exclamation).

Katia dessine en position allongée à plat ventre sur le sol. C'est un temps où elle est calme et semble concentrée.

La manière qu'ont les adolescentes de s'exprimer via le support du dessin est singulière, en témoigne la diversité des oeuvres. Chacune exprime des émotions et figure des sensations qui lui sont propres. Cela est également visible au travers de leur langage corporel lorsqu'elles dessinent.

Le temps de dessin est suivi d'un temps de verbatim où chacune est invitée à s'exprimer verbalement, si elle le souhaite, à propos de son dessin.

3.2.2 Verbatim des dessins.

L'outil des verbatim explore la capacité d'expression du vécu des adolescentes. Afin de rendre compte d'une expression en 1ère personne, ces verbatim sont enregistrés puis retranscrits à l'écrit. Dans un premier temps, il est décidé de transcrire intégralement les verbatim afin de permettre de revenir à posteriori sur certains éléments qui peuvent faire sens après avoir avancé dans l'analyse et la rédaction des études de cas. De plus, la retranscription intégrale de tous les verbatim par écrit permet de porter notre attention sur des éléments qui sont passés inaperçus lors de la simple écoute audio.

⁷³⁷ Dessins datés du 2/04/2019, 9/04/2019, 16/04/2019, 7/05/2019, 21/05/2019, 25/06/2019.

⁷³⁸ Dessin daté du 21/05/2019.

⁷³⁹ Dessin daté du 16/04/2019.

⁷⁴⁰ Dessin daté du 2/04/2019.

Il semble également nécessaire, pour l'analyse de contenu, d'opter pour la retranscription de la totalité des entretiens afin d'observer les comportements qui se jouent de séance en séance : prise de parole, interruptions (Qui coupe la parole ? À qui ? Pourquoi ? Pour parler de quoi ? De soi ?, etc), manière de communiquer, langage employé, dynamique de groupe.

Dans un second temps, il s'avère adapté de procéder à un "élagage" des verbatim afin de ne retenir que ceux qui font sens pour la recherche.

En tant que danse-thérapeute et chercheuse, je recueille et transcris les verbatim. Le passage à l'écrit implique une perte des données. Aussi le souvenir du moment de verbatim peut me permettre d'enrichir la rédaction de la transcription : se souvenir d'un mot mal formulé, interpréter les émotions, le ton de la voix, etc.

En Sciences sociales, la fidélité au discours veut que la transcription soit identique au verbatim parlé : "(...) chaque mot prononcé doit être transcrit, aucun mot ne doit être remplacé par un autre, et aucun mot ne doit être ajouté."⁷⁴¹ Ainsi, les fautes ne sont pas corrigées, les répétitions et les tics de langage sont laissés tels quels. La manière de parler fait partie intégrante de l'analyse du discours des "interviewées" et renseigne sur leur manière de communiquer leurs émotions dans un contexte de groupalité.

La transcription est littérale : "Nous préconisons [...] de transcrire intégralement et littéralement les enregistrements. "Littéralement" signifie mot à mot, avec les interjections, les tics de langage, les fautes de syntaxe et de concordance des temps, les subordonnées hachées ou bouleversées, les redites, les répétitions, les impropriétés de langage, les mots d'argot ou familiers, les mots de liaison ou de ponctuation du discours, les mots destinés à entretenir la communication ou l'attention de l'interlocuteur... ".⁷⁴²

La correction permet certes une lecture plus aisée des corpus mais entraîne un biais de normalisation du discours qui dessert l'interprétation. Les fautes de langages, répétitions, accentuations, intonations de la voix sont autant d'indices signifiants dans l'enquête analytique. Les origines socio-culturelles, l'âge, les facultés d'expression, les capacités de communication, la dynamique relationnelle sont autant de révélateurs.

⁷⁴¹ Revillard A., «*Fiche technique n°8 – Transcrire un entretien*» : <https://annerevillard.com/enseignement/ressources-pedagogiques/initiation-investigation-empirique/fiches-techniques-initiation-investigation-empirique/fiche-technique-n%c2%b08-transcrire-un-entretien/>, consulté le 17/07/20 .

⁷⁴² Descamps F., 2005, «Chapitre premier : De l'extraction des informations à la transcription intégrale», in *L'historien, l'archiviste et le magnétophone. De la constitution de la source orale à son exploitation*, Paris, Comité pour l'histoire économique et financière de la France, pp. 433-449.

De cette manière, on peut parcourir les verbatim en se rendant compte qu'il n'y a pas d'ajout des morphèmes non verbalisés : les phrases "Je sais pas", "Je pense pas" sont retranscrites sans corriger le "ne", oublié dans l'oralité. Les élisions sont également laissées telles qu'elles sont verbalisées : "Il a pas l'air énervé". La négation n'est pas corrigée.

En partant des règles de transcription littérale conseillées⁷⁴³, les liaisons sont indiquées telles que verbalisées. Les hésitations, soupirs, mots "mangés", silences, tics de langage sont transcrits fidèlement. Afin de permettre une transcription claire et intelligible pour autrui, l'utilisation d'un code typographique standard est adopté (choix de polices, mise en gras des noms des interlocutrices, etc).

Le temps des verbatim dure entre 4 et 8 minutes. C'est un temps groupal qui inclut l'éducatrice, la danse-thérapeute et les trois adolescentes de la recherche : Claire, Maeva et Katia.

Les verbatim ne sont pas obligatoires. Chacune des participantes décide si elle souhaite ou non partager son dessin avec les autres, le montrer et le commenter oralement.

Une participante, l'éducatrice ou la danse-thérapeute, tient le dessin de la participante qui s'exprime. L'expression est libre, il n'y a pas d'induction ou de suggestion sur ce que les participantes devraient dire à propos de leurs dessins, si ce n'est parfois un rappel de la consigne de départ par la danse-thérapeute du type : "Alors qu'est-ce que votre corps a dit aujourd'hui ?". Le verbatim se termine lorsque la participante le décide.

Certaines questions peuvent être posées afin de demander des précisions sur le dessin ou d'encourager la participante à étayer son propos. Aucun commentaire jugeant dépréciatif n'est permis. Les commentaires positifs sont admis même s'ils portent sur une considération esthétique de l'oeuvre montrée, dans la visée d'une construction d'un groupe bienveillant, encourageant et positif.

L'outil des verbatim représente un recueil du vécu en 1ère personne par la transcription de la parole des adolescentes.

D'autres outils, tels que le Journal de bord, se situent dans une analyse en 3ème personne par la danse-thérapeute.

⁷⁴³ Rioufreyt T., 28 Juin 2016, *La transcription d'entretiens en sciences sociales*, URL : <https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-01339474/document>, consultée le 17/07/2020.

3.2.3 Journal de bord des séances correspondantes.

Le Journal de bord qualifie le retour écrit post-séance de la danse-thérapeute, le récit en est subjectif. Il est écrit directement après la séance, de manière à réaliser une transcription dans l'instant afin d'éviter les oublis et de privilégier un récit empreint du vécu de l'expérience.

La danse-thérapeute écrit ses impressions post-séance suite à l'échange avec l'éducatrice.

Le journal de bord tente de décrire la séance, du début à la fin, en évoquant les temps jugés marquants pour chaque adolescente. Les retours concernent tout autant la qualification du mouvement que la dynamique groupale, le comportement, le langage verbal et para-verbal de chacune des adolescentes.

Le croisement des données issues du journal de bord avec le recueil des dessins et des verbatim présente l'intérêt de contextualiser l'expression dessinée et verbale. La qualité expressive des adolescentes durant le temps de dessins et de verbatim varie en fonction de ce qui s'est passé en séance. Le journal de bord décrit le déroulement de la séance pour chacune des adolescentes.

Nous venons d'observer le recueil des résultats selon les outils employés dans la séance de danse-thérapie. Penchons-nous à présent sur l'outil des entretiens qui est proposé en fin de recherche, lorsque les séances de danse-thérapie sont terminées.

3.3 Recueil des résultats à partir des entretiens individuels réalisées en fin du cycle de séances de danse-thérapie.

Les entretiens sont réalisés en date du 2/07/2019 suite au cycle de danse-thérapie. Ils viennent conclure la recherche sur le terrain.

À la différence des verbatim collectifs, ces entretiens sont individuels afin de privilégier un échange exclusif sans incidence du groupe sur l'individu. Cette démarche souhaite faciliter la communication sans éventuelle pression du groupe (interruptions fréquentes, prises de parole intempestive, etc) et vise à amoindrir le comportement mimétique (répondre la même chose que sa camarade pour être incluse, par exemple). L'exclusivité de l'entretien individuel permettrait de personnaliser la discussion afin d'en extraire des caractéristiques précises et intimes.

Les entretiens se déroulent dans une autre salle que celle utilisée pour la danse-thérapie afin de différencier l'espace de l'expérience de danse-thérapie du cadre de la recherche.

La salle choisie accueille habituellement les familles des jeunes pour des rendez-vous avec les thérapeutes. Le lieu n'est pas neutre car les adolescentes le connaissent pour y avoir été reçues

par l'équipe de l'ITEP en présence de leurs parents ou responsables légaux. Le lieu est lumineux et accueillant : canapés, thés, tisanes, etc.

Chaque entretien est enregistré par l'application "Dictaphone" d'*iPhone*. La durée des entretiens est variable et diverge en fonction de l'adhésion de l'enquêtée : 12 minutes pour Claire, 38 minutes pour Katia et pas d'entretien pour Maeva qui refuse d'y participer.

À chaque début d'entretien, leur autorisation à être enregistrée est demandée et délivrée à l'oral. La danse-thérapeute et enquêtrice propose à la participante et enquêtée de visionner des extraits vidéos de certaines séances de danse-thérapie. Ces extraits sont sélectionnés de prime abord par la danse-thérapeute. Ils désignent des temps particuliers via des *timecodes* vidéos où il est noté une progression dans le mouvement de la participante selon les outils d'analyse du mouvement : la grille de l'Effort et le tableau d'observation du mouvement.

L'enquêtrice laisse également l'enquêtée décider des extraits vidéos qu'elle souhaite commenter. C'est la participante elle-même qui gère la lecture de la vidéo. La seule consigne étant de mettre la lecture en pause lorsqu'elle se souvient d'une image ou d'une sensation qui a émergé à un moment précis de la séance.

L'entretien est semi-directif, l'adolescente est incitée à la libre verbalisation mais l'enquêtrice lui soumet une interrogation de base : Quelles sont les sensations, images et émotions que tu as pu ressentir ou voir lors de ce passage de mouvement sur la vidéo ?

Si l'enquêtée semble ne pas répondre à cette question de base, l'enquêtrice la ré-orienté par des questions ouvertes en nombre réduit.

Cet outil est qualitatif puisqu'il vient fournir une description en 1^{ère} personne via la collecte de données verbales et subjectives lors d'entretiens personnalisés avec les participantes.

Après avoir observé les modalités de recueil des résultats selon les différents outils de la recherche, penchons-nous sur la synthèse et l'analyse de ces résultats.

4. Synthèse et analyse des résultats.

4.1 Synthèse des résultats relative à la grille de l'Effort de R. Laban et aux tableaux d'observation du mouvement.

Sur le plan psycho-corporel, ce groupe présente des corporalités marquées par le plan sagittal notamment avec la prévalence de l'enroulement : nombreuses roulades et mouvements de repli sur soi qui renvoient au développement primaire (bébé). Le plan sagittal ferme l'espace sur soi, c'est un plan qui génère la contenance. A contrario, on peut observer une absence du

plan horizontal qui désigne l'ouverture vers l'extérieur et à l'autre.

L'objet médiateur des tissus permet aux adolescentes d'ouvrir sur le plan frontal car elles se sentent contenues et abordent ainsi des contacts plus directs et adaptés entre elles.

Des torsions apparaissent pour la première fois avec l'utilisation des sacs tubulaires.

Les trois adolescentes témoignent de difficultés à se repérer dans l'espace : elles n'effectuent pas de trajet direct d'un point A à un point B. Leur espace interne est peu défini et il est donc difficile d'ancrer des repères spatiaux. Nous observons un jeu de miroir centre/périphérie entre l'espace de la salle et l'espace du corps de chacune. Dans le cercle dansé, elles choisissent de reculer et d'avancer, le cercle étant un espace qui crée un dehors et un dedans.

Un travail de contenance est proposé afin qu'elles puissent ressentir et délimiter leur espace individuel : la création de leur espace personnel, de leur centre et de leurs limites dont la perméabilité est variable.

Parallèlement à cette problématique spatiale et à la difficulté de se situer, l'ancrage est défaillant : instabilité des pieds, manque d'appuis, utilisation défaillante du schème homologue (connexité haut-bas), jambes bloquées, membres inférieurs peu mobiles.

Le schème homologue invite à un besoin de travailler les appuis et la possibilité de quitter le sol sans rupture. C'est le schème qui nous permet de nous mettre debout, de nous redresser et d'affirmer notre présence. Angela Loureiro déclare au sujet des adolescentes de cette étude : "C'est comme si elles étaient proches de la chute."⁷⁴⁴ Il n'y a pas de vraie prise d'appui. L'appui n'existe pas sans un support. Si le support est manquant, l'appui est défaillant et ce qui crée le poids, c'est l'appui en relation avec un support. Le facteur Poids de la grille de l'Effort est investi dans la relation avec le support.

Les adolescentes présentent un effacement du facteur Poids, ce qui est intéressant lorsqu'on reprend les termes du danse-thérapeute Benoit Lesage qui déclare que "Peser c'est exister".⁷⁴⁵ L'intégration du facteur Poids fait écho à la relation à la terre et à la capacité de se construire des bases solides pour expérimenter la modulation tonique.

Certains facteurs de l'Effort ne sont pas inexistantes mais dans "l'ombre", c'est-à-dire qu'ils sont passifs et ne sont pas activés dans le mouvement par l'adolescente. Les autres facteurs commencent à émerger par le travail du Flux. Il y a une plus grande disponibilité des autres

⁷⁴⁴ Angela Loureiro, 29/03/2019, conversation privée.

⁷⁴⁵ Lesage B., 1999, *Dialogue corporel et danse-thérapie, recueil de textes*, Des Aigles et Des Lunes, p.14.

facteurs permise par la modulation du Flux entre le début et la fin de l'accompagnement de danse-thérapie et de la recherche.

Le facteur Flux de la grille d'analyse de mouvement Laban est au centre du travail danse-thérapeutique et de l'évaluation de la recherche. Au début des séances, le Flux est très polarisé en Flux libre ou condensé et il y a peu de gradations entre ces deux pôles. Progressivement, des nuances du Flux leur sont proposées en séance, dont elles se saisissent chacune à leur rythme.

Corporellement, nous pouvons remarquer que les trois adolescentes de cette étude présentent une absence du schème premier de développement moteur : le schème centre-périphérie.

Les autres schèmes de mouvement se sont construits d'après ce manque fondateur. À partir de Février-Mars 2019, nous travaillons à consolider les appuis et à ressentir les limites du corps avec le travail au sol, l'action de tracer le contour du corps, les temps d'enveloppement corporel et le travail des systèmes (peau, muscles, squelette) ainsi que l'exploration des schèmes moteurs de base qui ne sont pas intégrés.

Les observations de cette étude montrent une sortie des fixations corporelles ainsi qu'une modification du Flux chez chacune des adolescentes.

Progressivement, Katia accède aux facteurs Flux libre et Temps soudain. Elle active le point de connexion haut/bas du corps par la mobilité nouvelle de son bassin. Ses genoux ne sont plus rigides et elle explore les membres inférieurs auparavant absents de son mouvement.

Elle qui se déplaçait sur la demi-pointe, développe sa capacité d'ancrage, notamment grâce à l'investissement du travail au sol, ce qui l'amène à un accroissement de la capacité du tonus musculaire. Plus ancrée, elle parvient à s'ériger.

Katia présente un contact doux et attentionné à autrui alors qu'en début de recherche elle arborait une posture d'évitement.

À la fin de cette recherche, Katia crée ses propres mouvements, elle s'exprime émotionnellement au travers de la danse, alors qu'auparavant elle se cachait dans la mimétique de postures stéréotypées. Elle exprime ses émotions également au travers de la trace du mouvement, dans le dessin. Elle verbalise aisément ce qu'elle ressent dans le temps de verbatim qui suit l'expérience du mouvement et du dessin.

Entre le début et la fin de l'accompagnement de danse-thérapie, Claire montre une amélioration de la conscience de son corps dans l'espace : elle ne se heurte plus aux limites

spatiales et ne se blesse plus avec les objets alentour. Les contacts et auto-contacts deviennent adaptés et sortent du registre brusque et violent dans lesquels ils étaient figés.

L'alternance entre Flux condensé et Flux Libre est moins abrupte, Claire sort quelque peu du registre du mouvement pulsionnel. Le Flux condensé se développe, ainsi que l'accès au Flux de forme, ce qui se traduit par des mouvements moins spasmodiques, plus fluides.

Claire parvient à se fixer sur un rythme proposé et sur le rythme groupal, elle qui était toujours en deçà du rythme. Les arrêts apparaissent. L'enveloppement lui permet d'expérimenter l'apaisement corporel.

Au fur et à mesure de la recherche, Maeva parvient à apaiser l'agitation qui la domine et accède au Flux condensé. Des mouvements structurés apparaissent et le morcellement corporel observé se réduit de séance en séance.

Maeva développe l'ancrage : elle qui évoluait principalement sur demi-pointes dépose désormais son pied à plat au sol. Elle explore massivement le travail de mise en mouvement au sol et construit progressivement ses appuis particulièrement fragiles et défaillants en début de recherche.

La notion de rythme en mouvement, à travers plusieurs exercices qui croisent rythme et danse, lui permet de développer sa capacité d'attention (rappelons qu'elle souffre de troubles sévères de l'attention).

Elle arrive à proposer un contact bienveillant envers autrui, ce qui lui était difficile avant, tant son agitation la débordait et l'amenait à des contacts désagréables et brusques.

Le recueil des principaux résultats des outils d'analyse du mouvement permet d'inscrire les données du corps en mouvement. Nous allons à présent étudier comment le mouvement résonne et fait trace avec la médiation du dessin.

4.2 Synthèse et analyse des résultats à partir des dessins.

Le support du dessin n'est pas utilisé dans cette recherche comme un support à analyse d'ordre psychologique ou psychanalytique. Il se distingue donc des approches psychométriques qui tendent à l'évaluation psychologique ou capacitaire (QI). Le cadre art-thérapeutique le pose comme l'usage d'une transmodalité artistique venant compléter le processus de création abordé de prime abord avec le mouvement.

Le dessin est "projectif" car il est un outil de projection des émotions et de l'expression de chaque adolescente. Cependant, il s'écarte de l'approche projective en psychanalyse qui vise à interpréter le dessin sur la base des symboles qu'il figure.

Les dessins des jeunes filles ne représentent pas des abstractions mais une volonté réelle de raconter quelque chose. Cet autre support leur permet d'évoquer leur quotidien, leur entourage familial : Claire parle de son grand-père ivre à travers le mot "bouré", Katia verbalise que son père lui manque en dessinant un drapeau espagnol, etc. Les jeunes filles ne dessinent jamais leurs familles, elles se contentent de les représenter à travers des objets (un drapeau pour le père de Katia). Des phrases et des mots viennent ajouter du signifiant et confirmer la visée projective de leurs créations dessinées. La consigne "Si mon corps pouvait parler, il dirait..." semble assez large pour que les participantes puissent créer ce qu'elles souhaitent et choisir leur motifs (figuratifs, psychiques).

Par l'utilisation des termes "parler", "dirait", la consigne peut induire le passage à l'écrit et la conséquence d'une production de mots ou de phrases. Presque chaque dessin comporte un titre, certains sont "expliqués" en une ou deux phrases qui jouxtent le dessin lui-même. Je me garderai donc d'interpréter les dessins des participantes préférant les mettre en lumière avec les verbatim. L'intérêt porte sur ce que les participantes racontent de leurs dessins et le lien avec la phrase-consigne de départ "Si mon corps pouvait parler, il dirait...".

L'attention particulière des adolescentes pendant la réalisation de leur dessin contraste avec l'agitation qui les traverse habituellement. Le dessin permet une fixation de l'attention, la maîtrise de l'hyperactivité, notamment chez Maeva. Ce temps est calme, chacune des adolescentes est concentrée sur sa réalisation, elles ne se parlent pas entre elles ou alors à voix basse. Les consignes de respect d'autrui sont garanties, le cadre est stable.

Spatialement, lorsqu'elles dessinent, les trois participantes restent proches, il est rare que l'une d'entre elles s'isole du groupe. Elles sont souvent très rapprochées corporellement, formant un centre avec leurs têtes qui se rejoignent lorsqu'elles dessinent.

La figuration directe du corps apparaît dans le dessin de Katia daté du 4/06/2019. Elle dessine sa main qu'elle orne de formes spiralées et de couleurs qui rappellent le tatouage au henné. Dans le dessin du 25/06/2019, Maeva dessine deux bras (qui sont ceux de camarades non présents en danse-thérapie). La figuration du visage de Maeva qui pleure apparaît à côté du dessin des deux bras de ses camarades.

Katia et Claire me donnent leur dessin en fin de séance, Maeva dit souvent qu'elle préfère garder son dessin puis elle le laisse finalement dans la salle et ne l'emporte pas avec elle.

L'outil des dessins s'accompagne des verbatim où les adolescentes commentent leur création.

4.3 Synthèse et analyse des résultats à partir des verbatim.

Les adolescentes de la recherche présentent toutes trois, au vu de leurs bilans d'entrée (PPA⁷⁴⁶), des difficultés scolaires au niveau du langage écrit et verbal.

Dans les verbatim, l'expression verbale peut être caractérisée par des erreurs de syntaxe et un vocabulaire qui peut sembler limité. Les expressions adolescentes jalonnent leurs discours et renseignent sur leur âge : en témoignent les expressions "genre", "Ouais j'avoue".

Le tour de parole respecte une certaine hiérarchie. Katia demande généralement à s'exprimer en première, puis vient Maeva et enfin Claire.

Les adolescentes semblent parfois avoir des difficultés à exprimer leurs émotions avec des mots. Maeva parle beaucoup pendant la prise de parole des autres mais lorsqu'il s'agit de s'exprimer sur son propre dessin, elle se retrouve en difficulté : "C'est que j'ai pas les mots pour dire en fait.", "(...) j'ai pas les mots à dire." (2/04/2019), "Mais, j'arrive pas à le dire !" (Séance du 9/04/2019).

Claire est inhibée lorsqu'il s'agit de s'exprimer, il faut souvent l'encourager à verbaliser en l'interrogeant. De grands silences marquent sa prise de parole. Maeva en profite pour parler à sa place (voir verbatim du 2/04/2019 à titre d'exemple). Maeva interrompt fréquemment ses camarades et plus particulièrement Claire. Elle leur coupe la parole pour parler d'elle ou pour commenter leurs dessins.

Katia est davantage à l'aise pour s'exprimer mais elle peine à trouver les mots, le vocabulaire lui manque et des fautes de syntaxe peuvent parfois gêner la compréhension de ses propos.

Malgré leurs difficultés d'expression singulières, toutes trois insistent pour parler de leurs dessins et les partager au groupe. Il n'est jamais arrivé qu'une adolescente ne souhaite pas montrer son dessin ou ne veuille pas s'exprimer à son propos.

Certains dessins engagent une parole sur le corps, en témoigne l'oeuvre de Katia datée du 25/06/2019, où elle dessine un motif qu'elle souhaite réaliser sur sa cheville. Puis, elle parle des fractures et entorses que son corps a subi.

⁷⁴⁶ Les PPA (Projet Personnalisé d'Accompagnement) me sont transmis par la psychiatre de l'institution, non consultables dans la recherche pour des raisons éthiques.

Le dessin de Maeva, daté du même jour, donne à voir les bras scarifiés de deux de ses camarades. Elle tente d'en parler mais cela lui est douloureux. La parole "dit" le corps, même si ce n'est pas le sien. Devant sa difficulté à en parler, Katia commente : "C'est un truc qui reste bloqué en elle et qui a besoin de le faire sortir à travers une feuille." À travers ce commentaire, Katia révèle l'enjeu d'une expression sur la médiation (ici le dessin) pour évacuer des émotions jugées "bloquées".

Katia utilise le dessin dans cette visée en signifiant qu'elle se sent enfermée dans son corps (dessin du 21/05/2019). On pourrait penser que les autres dessins de Katia, bien qu'étant implicites et n'affichant pas l'expression directe d'une émotion, poursuivent tout de même une visée cathartique (mais cela reste interprétatif).

Le temps de verbatim est agité car les nombreuses interruptions de parole marquent la difficulté de garantir un espace d'expression apaisé. La principale actrice de cette agitation, autant verbale que physique, est Maeva. Elle remue sans cesse, titille physiquement ses camarades, émet des bruits ou un babillage constant pendant l'expression des deux autres adolescentes (alors qu'un apaisement corporel et verbal est notoire lorsqu'elle dessine).

Cette agitation cesse lorsqu'elle demande son tour de parole. Elle se trouve alors en grande difficulté expressive, ce qui contraste avec son flot de paroles continu habituel.

4.4 Synthèse des résultats à partir de la corrélation des dessins, des verbatim et du journal de bord.

L'intérêt d'observer les dessins avec les verbatim réside dans l'étude du vécu de l'adolescente : que commente-elle ? L'expression figurative croise l'expression verbale. Le journal de bord permet de contextualiser l'expression de l'adolescente à partir du point de vue de la danse-thérapeute.

Tout comme le *mirroring* dans le mouvement dansé, il est intéressant d'observer des échos éventuels entre les dessins des adolescentes et le mouvement.

Le dessin de Claire, qu'elle titre : "La ligne de vi de haqin" (lire "chacun")⁷⁴⁷, figure des lignes-courbes qui peuvent évoquer le dessin de Maeva⁷⁴⁸ qui présente également des courbes qui se lient et se délient. Maeva intitule son dessin "Le chemin de mes amies" et écrit le prénom de Claire sur sa feuille accolé au mot "amie". La résonance entre le dessin de l'une et de l'autre montre qu'il se tisse une relation qui s'observe également dans le mouvement, par le

⁷⁴⁷ Dessin daté du 9/04/2019.

⁷⁴⁸ Dessin daté du 16/04/2019.

contact : en séance, elles se blottissent l'une contre l'autre, se contactent, dansent en miroir pendant la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique.

Dans le journal de bord daté du 9/04/2019, il est écrit : *"Claire montre une grande recherche de contact dans la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique : elle pose sa tête sur les genoux de Maeva qui lui caresse les cheveux."*⁷⁴⁹ Puis dans la séance datée du 16/04/2019 : *"Lors de la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, elle (Claire) contacte Maeva avec sa tête comme un chat le ferait avec un autre chat en se frottant légèrement à l'autre"*.⁷⁵⁰ Nous pouvons observer une résonance entre le mouvement et sa trace dans le dessin.

Les courbes et les lignes arrondies que Maeva représente dans son dessin concordent avec le mouvement arrondi qu'elle propose dans le rituel de fin de cette même séance : *"Dans le rituel de fin, le mouvement est une courbe réalisée avec fluidité et douceur."*⁷⁵¹

Lors de la séance du 4/06/2019, Katia présente deux dessins dont l'un figure deux formes spiralées collées l'une l'autre. Ce dessin fait suite à une séance où Katia *"propose de nombreuses roulades et glissades au sol."*⁷⁵² Il est envisageable d'interpréter un lien entre les formes circulaires qui se retrouvent dans le mouvement et le dessin.

Les médiations du mouvement et du dessin sont des supports contenant dont les adolescentes se saisissent pour s'apaiser. Dans la séance du 4/06/2019, Maeva arrive en séance particulièrement agitée mais parvient à s'apaiser lorsqu'elle dessine. Par contre, le temps de verbalisation groupale est troublé par son hyper-excitation. Il est noté dans le journal de bord : *"Elle ne cesse de couper la parole aux autres dans le temps de verbalisation des dessins, ce qui s'avère très gênant pour le groupe. Elle ne semble pas pouvoir contenir cette parole, comme si s'arrêter de parler c'était faire face au vide."*⁷⁵³

L'indication TDAH de Maeva apparaît dans un comportement marqué par une impulsivité difficile à contenir. Le contact avec autrui qu'elle cherche pendant la séance, la seconde peau du sac tubulaire dans lequel elle se glisse entièrement, ainsi que le temps du dessin semblent atténuer ses troubles et contenir l'agitation qui la déborde. Dans le journal de bord du

⁷⁴⁹ voir journal de bord daté du 9/04/2019 en Annexes.

⁷⁵⁰ voir journal de bord daté du 16/04/2019 en Annexes.

⁷⁵¹ voir journal de bord daté du 16/04/2019 en Annexes.

⁷⁵² voir journal de bord daté du 4/06/2019 en Annexes.

⁷⁵³ voir journal de bord daté du 4/06/2019 en Annexes.

4/06/2019, il est écrit : *"Je propose des sacs tubulaires dans lesquels les participantes peuvent se glisser afin d'approfondir le travail de contenance. Maeva se blottit à l'intérieur, ressort sa tête uniquement pour se déplacer. (...) Elle s'apaise lorsque je lui propose d'expérimenter librement."*⁷⁵⁴

Les dessins de la dernière séance⁷⁵⁵ semblent tous suggérer le corps des jeunes.

Maeva dessine son visage plutôt que ses personnages habituels. Elle apparaît donc figurée pour la première fois autrement que sous les traits d'un panda. Elle se dessine en train de pleurer et parvient à nommer son émotion (ce qui arrive rarement), en témoigne le verbatim de cette séance : "Maeva : Ben c'est le bras de F. et le bras de S... et moi ça me rend triste."⁷⁵⁶ Katia présente un dessin abstrait, ce qui est nouveau. Elle commente son dessin en parlant de son corps, notamment de sa cheville gauche qui se trouve être un endroit de récurrence du symptôme puisqu'elle a des entorses de cheville à répétition. Il est arrivé qu'elle vienne en séance avec une attèle ou qu'elle ne participe pas à la séance en raison de son entorse à la cheville.⁷⁵⁷

Claire se représente dans son dessin, ce qui n'est jamais arrivé auparavant. Elle dessine une fille sur un bateau qu'elle désigne comme étant elle-même. Le verbatim de cette séance du 25/06/2019 le confirme :

"E, *en montrant le dessin* : Donc là c'est toi ?

Claire : Oui. C'est moi qui conduis le bateau toute seule."⁷⁵⁸

Parce que c'est la dernière séance, il semble pour le moins évocateur que Claire conclut en déclarant qu'elle "conduit le bateau toute seule". Cela laisse à interpréter...

Pour conclure, la corrélation entre dessin, verbatim et journal de bord renvoie à l'essentialité d'une transmodalité mouvement-trace. En effet, des échos sont observés entre les mouvements réalisés en séance de danse-thérapie par les adolescentes de cette étude et les formes qu'elles figurent sur leurs dessins. Il serait vain de dire que c'est le mouvement qui se poursuit dans la trace ou bien la trace qui continue le mouvement. Ce qui semble fondamental est la résonance

⁷⁵⁴ voir journal de bord daté du 4/06/2019 en Annexes.

⁷⁵⁵ Séance datée du 25/06/2019.

⁷⁵⁶ Voir verbatim daté du 25/06/2019 en annexes.

⁷⁵⁷ Séance datée du le 25/06/2019.

⁷⁵⁸ Voir verbatim daté du 25/06/2019 en annexes.

entre deux médiums qui viennent agir comme transpositeurs d'un dire, d'une émotion, de sensations.

L'attrait particulier de cet écho, qui s'opère du mouvement du corps au mouvement de la main qui dessine ou écrit, présente une similarité de contenu. En effet, les courbes prédominent autant graphiquement que lors du mouvement. La forme circulaire est un motif régulier qui s'incarne du corps à la page blanche du dessin : enroulements, courbes du dessin/mouvements arrondis, roulades/dessins aux formes circulaires. La forme du cercle traverse les médiations et s'incarne dans l'expressivité, dans le mouvement autant que dans sa trace.

4.5 Synthèse et analyse des résultats à partir des entretiens.

L'outil des entretiens vise à recueillir la parole des adolescentes en 1ère personne sur l'expérience de danse-thérapie qu'elles ont vécue pendant l'année scolaire. Afin de recueillir des données utiles à la recherche, nous observons si l'adolescente évoque l'émergence de mouvements, de sensations ou d'émotions qui lui semblent nouveaux.

4.5.1 Analyse de l'entretien individuel avec Katia.

Concernant le lien entre image et mouvement, l'outil des entretiens vient renseigner sur l'émergence d'images, de mouvements incontrôlés et de sensations (*phantasia*) d'après le vécu des enquêtées suite à une auto-confrontation avec les vidéos des séances. Il s'agit donc de repérer si l'évolution de l'émergence des *phantasia* a construit un vécu conscient d'une évolution psycho-corporelle.

- Katia répond qu'elle ne sait pas si elle a vu des images en dansant.

" **DT** : (...) Toi, du coup, qu'est-ce que tu en penses quand je disais ces images-là ?

Katia, *voix endormie* : Bah, je ne sais pas..."

- L'enquêtée n'exprime pas de sensations sur un mouvement particulier.

" **DT** : (...) Est-ce qu'il y a des sensations particulières que tu as vécu pendant le moment de danse de l'atelier ? Des sensations de bien-être... ou pas..."

Katia : Non parce qu'après la danse, je me sentais super fatiguée et... après je m'endormais super tôt (...)"

- L'enquêtée ne semble pas avoir conscience d'évolution concernant ses *pattern* de mouvements.

Lorsque un passage vidéo fait état de sa progression corporelle, sa capacité nouvelle à la torsion, au schème homologue et au Flux libre, elle ne répond pas ou détourne la conversation :

"DT : D'accord. Et faire le miroir parce que tu faisais souvent le miroir, toi !

Katia : Le miroir ?

DT : Quand tu proposais des mouvements et nous te suivions en miroir.

Katia : Bah... je sais pas... c'est parce que... *Elle s'arrête de parler.*"

Plus loin :

"DT : Ça c'est une des premières fois que tu fais des mouvements saccadés et soudains, d'habitude tu fais des mouvements très doux, très fluides. Alors que là, il y a des mouvements explosifs !

Katia : C'était la semaine dernière, c'est ça ?

DT : Ça, oui, c'était la semaine dernière.

Katia : Ah parce qu'en fait j'étais contente que la séance se finisse ! "

Ou bien :

"DT : A la fin des séances, tu t'élançais dans le mouvement, tu tournes, tu virevoltes ! C'est nouveau ! Quand je te vois là, faire pleins de mouvements... *Un autre passage vidéo montre Katia qui s'élanche en tournant dans les airs.* Regarde ! Tourner... ! C'est autre chose. Je trouve que tu as vraiment progressé. (...) T'as l'impression ou pas, toi ?

Katia : Hum... pas trop. En vrai, je sais pas. *Katia regarde sa camarade sur la vidéo :*

Maeva... oh elle ne faisait rien du tout !"

Enfin :

"DT : (...) Alors qu'au début tu étais dans des mouvements de danse mais calmes, fluides et à la fin, tu étais "fouhhhh". *La DT mime de grands mouvements vifs avec ses bras.*

Moi, c'est ça la progression que j'ai vu. Comment t'expliques ça, toi ?

Katia : Hum... Que j'ai pas changé.

DT : T'as pas changé, c'est-à-dire ?

Katia : Que je suis toujours aussi blonde. Ça n'a aucun rapport mais c'est pas grave."

De l'entretien avec Katia, il est possible de dégager des thèmes selon les fragments de textes recueillis : c'est le codage ouvert. Les thèmes rendent compte des émotions et des sensations

exprimées, relativement aux hypothèses de cette étude, à savoir que les *phantasia* permettraient de se connecter aux sensations et de développer l'expression des émotions.

Tableau VIII : Codage des thématiques élaborées en entretien par Katia.

Fragment de texte	Encodage ouvert
"(...) après la danse, je me sentais super fatiguée (...)"	Sensation de fatigue
"Le problème c'est que ça me saoulait parce que je profitais pas de mes collègues parce que je descendais pas trop souvent..."	Émotion colère
" (...) au début j'avais envie de le faire parce que je croyais que c'était de la danse euh... pas comme ça (...)"	Emotion surprise
"C'est pour ça que je faisais un peu que ma tête."	Emotion colère
"(...) je m'énervais souvent !"	Emotion colère
"(...) je faisais des efforts pour ne pas m'énerver en danse."	Emotion colère
"En vrai, quand j'aime pas les choses, je ne le montre pas parce que je fais l'effort de le faire."	Emotion colère
"Le dessin, oui c'était bien"	Emotion joie
"enfin j'aime un peu parce que ça me fait du bien, ça m'aide à m'endormir. "	Emotion joie / Sensation plaisir
"(...) Mais après, moi, j'aimais bien faire la séance "	Emotion joie / Sensation plaisir

L'enquêtee fait un retour sur le cycle de prise en charge danse-thérapeutique en évoquant globalement sa mauvaise adhésion au cadre et à la séance : horaires, présence des autres participantes, le fait que la séance ne soit pas un cours de danse mais de la danse-thérapie, son mal-être.

Durant l'entretien, Katia tient un discours dont le jugement est principalement négatif quant à son expérience de danse-thérapie, ce qui contraste avec son implication et son évolution psycho-corporelle en séance (voir tableau observations du mouvement, Grille de l'Effort ainsi que verbatim des dessins et compte-rendu du journal de bord). Puis, elle affirme le contraire en fin d'entretien en déclarant qu'elle a apprécié les séances de danse-thérapie et que ça l'aidait à s'endormir.

Il serait envisageable de penser que l'entretien a induit une posture de défense : Katia ne répond que brièvement à mes questions, elle arrive fatiguée, baille (un bâillement qui est

ensuite "transmis" à la danse-thérapeute et que l'on pourrait interpréter comme un signe du contre-transfert dans la communication non-verbale).

Katia répond aux questions avec une voix ensommeillée ou bien les élude et juge négativement la séance. Il est possible d'affirmer un grand écart entre son discours concernant son vécu post-séance dans cet entretien et son adhésion à la séance, notamment en fin d'accompagnement : rôle de "leader" positif du groupe, grande participation, nombreux sourires, comportement joyeux, implication émotionnelle et expressive.

Ce qui semble toutefois être nécessaire de souligner est qu'elle verbalise sa difficulté à "se lâcher", expression qu'elle interprète négativement. Elle associe l'expression "se lâcher" à un moment de violence contre autrui. Elle raconte que la dernière fois qu'elle s'est "lâchée", elle a mordu des camarades de l'ITEP. Selon elle, "se lâcher" va de pair avec sa propre violence.

Je lui suggère que cette expression désigne également une absence de contrôle qui peut être positive. Je lui fais remarquer que cela a induit une évolution de ses mouvements tout au long de cette année d'accompagnement danse-thérapeutique.

L'expression "se lâcher" peut être aussi entendue comme le fait de s'abandonner, de ne plus être présente à soi au point de basculer dans des réactions extrêmes, comme ici avec l'exemple de la morsure.⁷⁵⁹ En cela, il serait possible d'interpréter que l'absence de contrôle peut être vécu comme dangereuse pour Katia. Ce qui fait écho à l'hyper-contrôle caractéristique de son analyse de mouvement et à sa difficulté à s'exprimer personnellement.

En effet, Katia a commencé à incarner son corps et à s'exprimer avec ses propres mouvements fin Janvier 2019 soit environ cinq mois après le début de l'accompagnement en danse-thérapie. Auparavant, le tableau d'observation du mouvement ainsi que les études de cas désignent une propension à se cacher derrière des postures stéréotypées, des danses de clips fabriquées. Katia est dans la reproduction de mouvements qu'elle ne semble pas s'approprier. Dans un second temps, elle va progressivement se diriger vers une voie d'expression personnelle et commencer à créer. C'est alors que l'on commence à voir Katia danser.

"Katia : Mais moi je ne fais pas trop attention à me lâcher comme ça parce qu'à force de me

lâcher...

Silence.

⁷⁵⁹ Du point de vue de la psychanalyse, la morsure peut être une manière d'entrer en relation avec l'environnement de manière violente, de prendre "un bout de l'autre" avec soi. Voir Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris.

DT : A force de te lâcher, quoi ?

Katia : A force de me lâcher ben... c'est pas trop bon pour moi car plus je me lâche et plus je... comment on dit... de faire ce que les autres jeunes fait et que moi je suis pas comme ça de base. Je suis quelqu'un qui fait attention et qui me lâche pas trop vite dans toutes les bêtises des autres.

DT : Mais là... de se lâcher dans le mouvement, ça voudrait dire que tu vas faire des bêtises ?

Katia : En ce moment, oui, je fais que des bêtises parce que je me lâche un peu trop.

DT : Mais est-ce que se lâcher c'est automatiquement faire des bêtises ?

Katia : Non mais...

DT : Tu vois, en danse, tu peux te lâcher avec des mouvements...

Katia : J'ai pris cette habitude de ME LÂCHER. Et donc, en ce moment, c'est un peu n'importe quoi, et la dernière fois, je me suis lâchée en mordant S. et G. "

Ce qui retient notre attention est la verbalisation de son besoin de soin à travers le contact, ce qu'elle appelle "les massages", qui renvoie à un temps de contact des systèmes (os-muscles-peau) avec un objet médiateur (bâtons rythmiques, balle, foulard). Elle indique que ce temps l'apaise et lui permet un meilleur sommeil post-séance. Elle exprime également son ressenti de ne pas "mériter" du soin et de l'attention :

"DT : Hum... ok d'accord. Donc les massages te faisaient du bien, te reposaient ?

Katia : Oui c'est pour ça que je dormais après les séances massages !

DT : Ça devait t'apaiser, en fait ?

Katia : Bah ça m'apaisait souvent hein ! J'aime quand on me fait des massages parce que moi j'en fais tout le temps mais moi je mérite pas en fait... 'fin personne ne me fait des papouilles donc euh...

J'en fais tout le temps et personne m'en fait."

Le fait de ne pas penser mériter le contact dans le soin peut renvoyer à une faible estime de soi et à un besoin d'attention. La peur de "se lâcher" peut se lire comme la symbolique de l'absence de limites. "S'abandonner" en toute sécurité nécessite de pouvoir se sentir assez contenu.e.

Cet entretien peut nous renseigner sur l'estime de soi de l'interviewée, sur son besoin de contact et d'attention et sur la peur générée par l'absence de limites. Toutefois ces interprétations sont subjectives et ce que nous observons principalement est sa difficulté d'adhésion à l'outil de l'entretien.

4.5.2 Analyse de l'entretien individuel avec Claire.

- Claire répond qu'elle se souvient des images suggérées par la danse-thérapeute mais qu'elle ne les expérimentait pas en dansant :

"DT : "...imagine qu'on est des spaghetti dans une casserole qui boue...". Tu te rappelles de ça ? Quand je vous disais : "Imaginons qu'on est des oiseaux ou des sumos" pour danser...

Est-ce que tu t'en souviens ?

Claire, voix boudeuse : Bah oui !

DT : Toi, ça te parlait ces images-là ou pas du tout ?

Claire : Non !

DT : Non, ça te ne te parlait pas ? Est-ce que tu te rappelles si tu les dansais ou pas ?

Claire s'énerve : Non ! Je ne sais pas !"

- L'enquêtée n'exprime pas de sensations sur un mouvement particulier.
- L'enquêtée ne semble pas avoir conscience d'évolution concernant ses *pattern* de mouvements. Lorsque j'évoque la posture d'animal qui a disparu dès la seconde séance, elle répond ne pas s'en souvenir :

"DT : (...) Et tu te rappelles au début quant tu es venue, la toute première séance, tu avais fait pleins de petites postures d'animal, tu te rappelles ? Et après l'animal a disparu et t'as commencé à danser, tu t'en souviens ?

Claire, gémit : Nonnnnnn !"

Je désigne un passage vidéo où Claire est en mouvement au sol, ce qui représente une réelle évolution pour elle, étant donné qu'en début du cycle de séances, elle se heurtait fréquemment au sol et ses mouvements étaient majoritairement réalisés à la verticale. Claire n'émet aucun commentaire verbal et répond par un grattement frénétique :

"DT : (...) Là, tu caresses le sol. Tu ne faisais pas le sol avant ! Tu étais toujours en verticale, debout, maintenant tu fais "plein de sol".

Claire gratte frénétiquement la table avec sa casquette."

Plus loin :

"DT : (...) A la fin tu avais des mouvements très très doux. Pleins de mouvements doux, très fluides, très esthétiques, c'était très beau. Tu l'as vu ça ? Tu t'en es rendu compte ?

Claire, *gémît encore* : Nonnnnnnnn !

DT : Non ?

Claire : *Propos inaudibles."*

A l'issue de cet entretien, se dessine clairement la difficulté de Claire à y participer. En témoigne ses nombreux "non" en début de conversation et le fait qu'elle verbalise qu'elle n'aime pas être interrogée.

" **DT** : Tu ne sais pas ? ça te dérange que je te pose des questions ?

Claire : Oui !

DT : Tu ne veux pas qu'on fasse l'entretien peut-être ?

Claire : J'aime pas !

DT : T'aimes pas ? Tu veux qu'on arrête ?

Claire : J'aime pas qu'on pose les questions."

Et plus loin :

"**Claire** : J'aime pas parler !"

Elle répond à mes questions par des réponses fermées (Oui / Non) ou ne répond pas et grogne. Elle verbalise son adhésion à l'atelier, confirme que "ça lui a fait du bien" sans pouvoir expliciter davantage les éventuels bienfaits ressentis :

" **DT** : T'aimes pas parler ? C'est vrai que d'habitude, on danse, on ne parle pas. Alors, je t'explique pourquoi je te demande tout ça, c'est juste pour m'aider dans ma recherche, pour voir si l'atelier ça t'a fait du bien ou pas.

Claire : Oui !

DT : Oui, ça t'a fait du bien ?

Claire : ...

DT : Et tu pourrais développer comme ça moi je dis : "Bah voilà ça lui a fait du bien parce que ci ou ça".

Claire : Oui ça m'a fait du bien, voilà !

DT : Qu'est-ce que ça t'a fait comme bien ?

Claire : Je ne sais pas !"

Plus loin :

"**DT** : T'aimes bien quand on a fait les ateliers ?

Claire : Oui.

DT : T'aimes bien danser ?

Claire : Oui !

DT : T'aimes bien le groupe aussi ?

Claire : Oui !

DT : Tu t'es sentie à l'aise dans le groupe ?

Claire : Oui !

DT : *Rires*. Tu dis "oui" tout le temps ?

Claire : Oui !

DT : Est-ce que tu saurais dire pourquoi ça t'a fait du bien ?

Claire : Non !

DT : Non, tu ne saurais pas dire ?

Claire : ..."

Cet entretien nous renseigne sur l'adhésion de Claire aux séances de danse-thérapie, la difficulté à verbaliser son vécu et le malaise qu'elle semble éprouver dans la situation de l'entretien.

Le manque de matière durant cet entretien ne permet pas de regrouper les thématiques désignant le vécu de Claire. C'est pourquoi, il n'y a pas d'élaboration du tableau de codage concernant cette adolescente.

4.5.3 Analyse de l'entretien individuel avec Maeva.

Il n'y a pas d'entretien car Maeva refuse d'y participer. Elle me retrouve dans la salle "Famille" où je la reçois. Elle marque une franche opposition, déplace les objets de la salle et est en

proie à une grande agitation physique. Elle semble être en difficulté et verbalise qu'elle ne veut pas faire l'entretien. Le ton est celui d'une enfant en bas âge.

Nous pouvons conclure en affirmant que l'outil des entretiens ne fonctionne pas pour relater le vécu des participantes. Les trois participantes ne s'expriment guère, s'opposent parfois catégoriquement à l'exercice de l'entretien comme Maeva.

La difficulté à verbaliser son ressenti, à "se" dire à l'autre, est présente au quotidien chez ces adolescentes qui symbolisent davantage corporellement par le symptôme que par l'expression verbale et directe de leurs émotions.

La difficulté d'expression pendant les entretiens peut s'expliquer par le rapport frontal qu'il implique et l'absence de la médiation (danse, dessin) qui agit comme support expressif. Il est donc difficile de dégager une observation du vécu des *phantasia* vis-à-vis de cet outil.

VI. Analyse des résultats et discussion.

1. Prologue.

Au commencement de cette recherche, le dispositif imaginé relevait des bénéfiques thérapeutiques du croisement entre image mentale et mouvement dansé. Comment la suggestion d'images mentales peut impacter le mouvement dansé et en dégager des bénéfiques thérapeutiques dans le cadre de la séance de danse-thérapie ? Pour mettre au travail ce premier questionnement, le choix se porte sur la suggestion d'images aussi bien visuelles que sensorielles, sensibles, kinesthésiques, au travers de la pratique inspirée du *Gaga* d'Ohad Naharin. En séance, une dizaine d'images sont suggérées verbalement et en mouvement par la danse-thérapeute à trois adolescentes souffrants de troubles du comportement.

Les adolescentes sont invitées à se laisser "bouger" par ces images, à les vivre corporellement dans le mouvement dansé.

Afin d'observer le trajet opposé, du corps à la conscience, du mouvement au mot, nous étudions les images émergentes par le biais de la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique. Le public de cette étude est incité à se mettre à l'écoute des mouvements, images et sensations qui lui parviennent, à les laisser émerger dans le mouvement, puis à les verbaliser dans un second temps si elles le souhaitent.

Les deux pratiques inspirées du *Gaga* et de la Discipline du Mouvement Authentique relèvent de l'improvisation et invitent le sujet à s'exprimer librement dans un cadre défini. Elles sont employées dans une visée de recueil des mouvements, images et sensations lorsque l'image mentale croise le mouvement ou la danse. Les *phantasia* caractérisent l'éveil des images, mouvements inconscients et sensations dans le vécu des adolescentes.

Or, il s'avère que le dispositif s'appuyant sur les pratiques inspirées du *Gaga* et de la Discipline du Mouvement Authentique ne fonctionne pas avec ce public. Ces adolescentes rejettent les deux pratiques qui ne paraissent pas être des supports efficaces pour les aider et les accompagner dans leurs troubles manifestés par l'impulsivité, la violence verbale et physique, le rejet, l'opposition. Elles ne dansent pas ou peu, ne souhaitent pas participer, se disent "saoulées" par les images que je suggère, m'assènent que "ce sont toujours les mêmes". Elles s'opposent, se violentent les unes les autres, tentent de mettre en échec le cadre du dispositif, se moquent, jugent, crient, pleurent, etc. Je me rends compte rapidement qu'il faut modifier mon protocole de recherche sur le terrain pour leur présenter une proposition thérapeutique qui répond à leurs besoins, adaptée à leur âge et à leurs troubles.

1.1 La quête identitaire adolescente.

Nous pouvons considérer que le dispositif de recherche et le choix des pratiques somatiques citées précédemment ne sont pas ajustés aux capacités et nécessités du public. Ces trois jeunes filles âgées de douze à quinze ans se situent dans la période complexe de l'adolescence.

La phase adolescente est un passage aride où la question du corps qui change, évolue, se modifie, est au coeur de leurs préoccupations.

La quête identitaire est en creux, il s'agit de ne pas "se perdre" dans ce nouveau corps qui apparaît au fil des jours : "La mise en déséquilibre qui en résulte "réveille l'angoisse du premier âge sous forme de cette interrogation précise : Qu'est-ce que je suis ? Qui je suis ?"⁷⁶⁰

Le sentiment d'existence, initialement lié à la sensation d'avoir un corps habité et pensé par soi – ce que ne connaît plus l'adolescent à l'intérieur de lui, souvent débordé par l'intensité de la poussée pubertaire, est remis en doute. Se rejoue alors ce qu'a déjà connu le petit enfant. Son sentiment d'identité est de nouveau interrogé de façon parfois très douloureuse."⁷⁶¹

La quête identitaire est bousculée par un besoin de réappropriation du corps "(...) dont les impératifs biologiques déséquilibrent les assises narcissiques gagnées durant l'enfance."⁷⁶²

Les troubles du comportement, qui naissent ou s'amplifient durant cette période, remettent en jeu les tumultes du passé, la question familiale et la nouvelle place à trouver au sein du groupe "famille". Concernant les adolescentes de cette étude, le cadre familial défaillant ou manquant les expose à des expressions symptomatiques plus profondes et violentes.

Il est envisageable de penser que de venir travailler la question brûlante du corps, dans la phase difficile que représente l'adolescence, puisse être vecteur d'angoisse et accroître les mécanismes de défense. Catherine Potel, psychomotricienne, évoque cette interrogation: "(...) proposer un travail thérapeutique à médiation corporelle aux adolescents en mal d'être, est-ce une bonne idée ? Alors que nous savons que leur corps leur échappe, qu'ils font tout pour le fuir ou pour le mettre entre parenthèses, ou encore qu'ils l'utilisent comme flambeau ou comme objet persécuteur ou à persécuter, parfois même à détruire ? Alors même que nous savons que l'excitation est à fleur de peau, que débordement, érotisation, passage à l'acte sont

⁷⁶⁰ Kestemberg, É., 1999, *L'adolescence à vif*, Paris, France : Presses Universitaires de France, p.11.

⁷⁶¹ Potel C., 2006, 4. L'adolescence : un passage , dans : *Corps brûlant, corps adolescent. Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, sous la direction de Potel Catherine. Toulouse, Érès, « L'Ailleurs du corps », pp. 57-70.

⁷⁶² Potel C., 2006, 4. L'adolescence : un passage, dans : *Corps brûlant, corps adolescent. Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, sous la direction de Potel Catherine. Toulouse, Érès, « L'Ailleurs du corps », pp. 57-70.

les risques à encourir quand l'angoisse est trop forte."⁷⁶³ L'âge adolescent est donc une période où le rejet du corps en devenir peut rendre délicat le travail psychocorporel et la verbalisation du vécu.

Mais ne serait-ce pas finalement le fait de passer par ce corps si propice aux symptômes qui pourrait servir d'exutoire, de ménager un espace où il est question du corps dans tout ce qu'il représente, sans visée performative ou utilitaire ? Un temps qui serait dédié à l'éprouvé et la sublimation de ce corps si changeant ?

D.W. Winnicott envisage l'adolescence comme une période propice à la créativité et lui confère "(...) les traits les plus excitants de la pensée créative, des sentiments neufs et frais, des idées pour une vie nouvelle."⁷⁶⁴ Il peut être envisagé que c'est justement à cette période charnière que l'adolescent.e a besoin de cet espace d'expression. Si la proposition créative est ajustée, pensée et en constante adaptation, alors le gain thérapeutique peut être conséquent : "L'adolescence est toujours une période de troubles et de tumultes, mais elle porte aussi en elle une force de créativité et de remaniements psychiques tout à fait bénéfiques."⁷⁶⁵

Pour que la destruction se mue en construction, le travail des professionnelles (danse-thérapeute, éducatrice spécialisée) que nous sommes est de permettre la mise en place d'un cadre nécessaire à l'expression et la symbolisation des troubles. L'importance de la médiation danse agit comme un support aux mouvements corporels et psychiques en vue de créer un espace d'expression personnel où les émotions pourraient s'exprimer par l'acte créateur et participer à la construction d'une assise narcissique : "Aussi, proposer aux adolescents des médiations qui vont soutenir leur créativité personnelle et groupale, c'est les aider à se construire, dans leur corps comme dans leur tête, et les valoriser narcissiquement. Qui peut, mieux que le travail d'expression artistique, leur donner le sentiment de leur valeur et de leur utilité ? Se découvrir des capacités insoupçonnées, trouver en soi des trésors cachés, rêver et imaginer, sont des expériences absolument nécessaires pour avoir du plaisir dans la vie."⁷⁶⁶

⁷⁶³ Potel C., 2006, Introduction, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent : Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 53-56.

⁷⁶⁴ Winnicott, D.W. 1975. *Jeu et réalité, l'espace potentiel*, Paris, Gallimard. p. 202.

⁷⁶⁵ Potel C., 2006, 4. L'adolescence : un passage, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent. Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, sous la direction de Potel Catherine. Toulouse, Érès, « L'Ailleurs du corps », pp. 57-70.

⁷⁶⁶ Potel, C., 2006, 10. Tout au fond de nous, il y a un petit être qui danse, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent : Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 125-144.

Le travail de création dans un cadre thérapeutique pourrait donc être adapté pour le public adolescent. Mais le premier dispositif de recherche imaginé qui invite à l'introspection et l'élaboration directes n'est peut-être pas l'angle approprié pour le travail thérapeutique.

Il semblerait que pour ce public (comme pour beaucoup d'autres !), la stratégie du détour⁷⁶⁷, qui se résume par l'habileté à ne pas confronter directement le sujet à ses désirs, symptômes et défenses mais à les contourner, soit la plus efficiente : "L'adolescent en quête de son identité veut devenir Sujet de lui-même et de sa vie, mais il est encore dépendant de ses parents ; surtout, il est l'Objet de son propre corps à la transformation duquel il assiste."⁷⁶⁸ Conformément à la stratégie du détour, on ne travaillera pas dans un registre tabou.

Il est sauvage d'attendre de lui une énonciation sur le mode "Je désire être soigné" : le /je/ est ce qu'il tente de définir, ses désirs sont ambivalents, quant à lui faire reconnaître qu'il ne va pas bien ! De même, on n'attaque pas frontalement le symptôme, l'abord trop direct d'un corps conflictuel qui se cache ou s'exhibe de façon provocante est exclu, d'autant que les phantasmes de séduction-agression sont souvent à l'œuvre de part et d'autre. Il faut aussi respecter ses défenses et contourner ses résistances, ne pas prendre son parti contre les adultes ni le contraire. Ne pas se déguiser en ado dans une fausse identité qui n'aidera pas l'adolescent à trouver la sienne."⁷⁶⁹ Jean-pierre Klein évoque la nécessité d'une thérapie par le détour, par l'énonciation du "Il" plutôt que du "Je", par l'évitement du langage introspectif. Nous pouvons en effet avancer que les émotions "à vif" de l'adolescent.e requièrent de penser des dispositifs indirects et progressifs.

Afin de respecter la notion de tabou, la thématique des troubles du comportement n'est pas évoquée en séance. Les symptômes, tels que la régression corporelle animale chez Claire, la plainte somatique et les passages par l'acte violents de Katia, ou encore l'hyper-activité de Maeva, ont été travaillés indirectement.

La danse-thérapeute évite de répondre frontalement aux résistances particulièrement vives et présentes mises en jeu par les adolescentes : l'opposition, le rejet, la violence.

⁷⁶⁷ Concept élaboré par Jean-Pierre Klein, médecin psychiatre et art-thérapeute. Voir : Klein J.P., 1997, *L'art-thérapie, Que sais-je ?*, Paris, Presses Universitaires de France.

⁷⁶⁸ Klein J.P., 2005, « L'adolescence création éphémère (le génie esthétique de la tragédie adolescente) », *Art et Thérapie* n°90-91 ; Granier E., Sternis C., (dir.), 2013, *L'Adolescent entre marge, art et culture*, Toulouse, Érès.

⁷⁶⁹ Klein, J.P., 2019, Chapitre III. L'art-thérapie, avec qui ?. Dans : Klein J.P., *L'art-thérapie* Paris, France : Presses Universitaires de France, pp. 82-98.

Enfin, les défenses manifestées principalement par le fait de se dissimuler au regard de l'autre ou de s'échapper (mouvements stéréotypés, fuite, corps lourd, chute) ont l'espace d'exister pour ensuite évoluer graduellement.

Certaines résistances se fixent parfois dans la création même du mouvement par la manifestation du Poids lourd de Maeva, lors des chorégraphies de Katia calquées sur les clips, ou au travers du registre de mouvement spasmodique de Claire : "En effet, la clinique montre que parfois, ce qui s'exprime dans les oeuvres et dans la manière de leur donner vie, c'est une défense psychique ou une résistance au processus thérapeutique, (...), un acte de non-vie plutôt qu'un déploiement."⁷⁷⁰

La stratégie de détour de J.P Klein fait écho à la dynamique de décentrement de Paolo Knill, scientifique, artiste et thérapeute suisse⁷⁷¹, qui intime de ne pas travailler directement sur le symptôme, la demande ou les objectifs évalués mais de les laisser émerger d'eux-mêmes dans l'associativité et la forme artistique.⁷⁷² Le terrain de cette recherche montre l'essentialité de la stratégie du détour, du décentrement, dans la clinique des troubles du comportement afin de créer une relation thérapeutique et un dispositif qui soient acceptables pour ces adolescentes en constante quête de confrontation.

1.2 La question de l'introspection.

Un des écueils du premier dispositif de recherche est de s'adresser à ces adolescentes comme je l'ai précédemment fait avec des adultes⁷⁷³, avec des attentes déterminées par l'introspection, l'élaboration en "Je", etc. J'étais certaine que ces adolescentes allaient frontalement me narrer leurs images, leurs sensations, leurs émotions et leurs difficultés. Le terrain révèle rapidement les limites de ces attentes. Le sujet de la recherche est maintenu, à savoir la possible valeur thérapeutique de l'émersion d'images, de sensations et de mouvements inconscients

⁷⁷⁰ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poétiques, p.29.

⁷⁷¹ co-fondateur de la thérapie par les arts expressifs, a contribué au développement de ce domaine d'étude à l'Université de Lesley, Cambridge, Massachussetts.

⁷⁷² Knill P. et al., 2005, *Principles and Practice of Expressive Arts Therapy*, London, Jessica Kingsley.

⁷⁷³ Recherche à destination d'un public adulte en addictologie : Chamodon, J.M., 2017, Mémoire de recherche « *Les bénéfiques thérapeutiques d'une corrélation entre danse et représentation mentale* », Master "Création artistique, danse-thérapie", Université Paris 5 Descartes.

(*phantasia*) dans le cadre de la séance de danse-thérapie, mais les moyens de les convoquer évoluent grâce la réflexion d'un nouveau protocole.

La proposition de contenance et de cadre pour border l'agitation et sécuriser les adolescentes ainsi que le support détourné du mouvement et du dessin pour symboliser les émotions s'inscrivent dans le protocole de recherche ajusté.

Le second argument qui tente une explication de l'échec du premier dispositif résiderait dans l'ajustement et l'accordage avec les troubles du public rencontré.

Les adolescentes présentent des troubles du comportement sévères caractérisés par l'anxiété, la fragilité psychique, l'agressivité, etc. Dans l'anamnèse⁷⁷⁴, on peut lire qu'elles ont toutes subi des violences physiques et/ou verbales, ce qui vient ajouter une donnée essentielle au travail d'accompagnement : "La transformation dont les adolescents sont à la fois objet et sujet est déterminée par une modification de leur corps et donc par une remise en cause de leurs relations antérieures avec leur corps."⁷⁷⁵ Elles ont toutes vécu une ou plusieurs atteintes graves à leurs corps, réduits à l'objectification, porteurs de traumatismes, qui se ré-actualisent à cette période charnière de l'âge adolescent.

Il ne s'agit pas seulement de mettre au travail un corps adolescent mais un corps souffrant dont les passages "par l'acte"⁷⁷⁶ sont extrêmes : comportement animal chez Claire, hyperactivité et violence chez Maeva, somatisation constante et colères chez Katia.

Dans ce contexte clinique, il est évident que l'identification, la gestion puis l'expression des sensations et émotions soient particulièrement difficiles pour ces jeunes. Les émotions, à vif, les débordent autant qu'elles s'en cachent. C'est le cas de Katia qui se dissimule derrière des postures fabriquées issues des clips pendant une grande partie de l'accompagnement et qu'on ne voit que s'exprimer personnellement en fin de danse-thérapie. Notons que l'émotion la déborde en somatisations plurielles : Katia souffre toujours corporellement d'une blessure.

⁷⁷⁴ Anamnèse de chaque jeune fille renseigné par la psychiatre de l'établissement.

⁷⁷⁵ Kestemberg, É., 1999, *L'adolescence à vif*, Paris, France : Presses Universitaires de France. p. 10.

⁷⁷⁶ "René Roussillon distingue le passage à l'acte du "passage par l'acte" (Roussillon, 2012) qui permet de lier des éprouvés restés "en souffrance" de symbolisation (*ibid.*, p. 29). Mais, comme dans la cure analytique, l'effet symbolique de l'acte est fonction de l'accueil qui lui est fait." Dans : Paul, A.-M., 2016, "Danse et recherche de sensations à l'adolescence : danser, un acte de subjectivation", *Revue française de psychanalyse*, vol. 80, no. 4, pp. 1064-1073.

C'est également le fait de Maeva qui déborde de mouvements éclatés, d'une logorrhée incessante et qui, dans son absence psychique et corporelle de centre, évoque l'image d'un éclatement continu. Enfin, Claire se trouve agitée par des spasmes corporels dans un registre sauvage et pulsionnel proche du bestial.

Nous pouvons également avancer que, chez ces jeunes filles ayant des troubles du comportement, la difficulté ontologique de leur trouble attentionnel gêne leur accès à un état de concentration mentale propice à l'imaginaire.

On remarque, à travers les études de cas précédemment décrites, que ces trois adolescentes portent corporellement les marques d'une angoisse qui trouvent une issue corporelle et contraignent leur épanouissement (psychique, intellectuel, scolaire, affectif, etc.). La médiation danse, qui vient mettre en jeu ce corps souffrant, "brûlant" pour reprendre le terme de Catherine Potel, peut agir comme un réceptacle des traumatismes passés : "La danse est une médiation particulière, son outil, le corps, n'est pas un objet externe, mais bien le lieu "d'existence" du sujet, porteur du vécu, des émotions, des excitations... des traces de l'histoire."⁷⁷⁷ On peut supposer que l'histoire personnelle de chacune des trois adolescentes se ré-actualise dans le symptôme.

La désorganisation physique et psychique qui touche ces adolescentes altère leurs capacités, ce qui nous mène au prochain argument : outre l'âge et les troubles du comportement, il est envisageable de penser qu'une des résultantes de leurs problématiques psychiques et corporelles soit un amoindrissement de la capacité à rêver et imaginer.

La suggestion et l'écoute des images pour développer l'imagination et soutenir la création s'avèrent vaines tant ces consignes paraissent trop libres pour ces jeunes filles qui ont besoin d'un étayage et d'un cadre sur lequel s'appuyer. Il y a un besoin de modèle à l'intérieur duquel elles peuvent s'arrimer et se structurer.

Le besoin de support, de contenance, de cadre sont criants, et en tant que thérapeute, ma présence doit assurer une fonction de pare-excitation à l'impulsivité et à la violence des mouvements psychiques et corporels : "Quand, chez des adolescents à pathologie sévère, la difficulté à être en relation avec soi et avec l'autre va renforcer les effets dévastateurs de

⁷⁷⁷ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.50.

l'excitation, il faut non pas gérer (comme on l'entend si souvent à l'heure actuelle) mais contenir l'excitation, les débordements, les passages à l'acte possibles, voire les délires."⁷⁷⁸

Leurs mouvements et leurs corps appellent à l'enveloppement et ce n'est qu'à travers un support étayé et contenant que l'on peut supposer que la fonction du rêve et de l'imaginaire peuvent se réamorcer dans un second temps.

Comme une conséquence des carences affectives, la capacité de rêverie se trouverait entravée : "Les points de départ d'autres processus se trouvent aussi à cette période de "maintien" ; le plus important d'entre eux est l'éveil de l'intelligence et la formation des fonctions mentales comme quelque chose de différencié du psychisme. De là découle toute l'histoire des processus secondaires et du fonctionnement symbolique, ainsi que celle de l'organisation du contenu psychique personnel qui offre une base aux relations de la vie et des rêves."⁷⁷⁹ Si la désorganisation psychique empêche un étayage symbolique, l'accès à la représentation symboligène, au rêve et à l'imaginaire peut être réduit.

Catherine Yelnik, psychologue clinicienne, danse-thérapeute et professeure intervenante en danse-thérapie, dit à ce sujet qu'elle "prête sa rêverie" à ses patient.e.s. Cette expression semble fort à propos tant le besoin d'étayage est fondateur et renvoie à la fonction maternelle primaire, au rôle de la mère comme support identificatoire du bébé : "Je prête ma rêverie, elle se tisse et s'enrichit de celle de mes collègues, devenant co-rêverie, creuset dans lequel les adolescents, par identification, vont progressivement s'intégrer, se mêler, restaurant dans ce mouvement leurs propres capacités de rêverie."⁷⁸⁰ Pour que cette rêverie soit effective il faut qu'elle fasse "peau" avec la thérapeute qui l'énonce et avec ses collègues, pour qu'elle puisse être ensuite partagée avec les jeunes du groupe et se muer en rêverie collective.⁷⁸¹

La dynamique du transfert est particulièrement prégnante dans ce processus. C'est par cet appui symbolique représenté par l'adulte que l'adolescente peut se sentir assez contenue pour explorer corporellement et accéder à la symbolisation des émotions qui la débordent : "La

⁷⁷⁸ Potel, C., 2006, 8. Des médiations corporelles : lesquelles ?, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 101-116.

⁷⁷⁹ Winnicott D.W., 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Paris, Payot, p.367.

⁷⁸⁰ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.55.

⁷⁸¹ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97.

double composante d'un travail corporel – stimuler et contenir – est l'un des principes mêmes de nos engagements thérapeutiques. Pour qu'une médiation reste une médiation symbolisante, il faut qu'elle puisse permettre un certain niveau de refoulement nécessaire à une élaboration possible. Proposer un travail qui touche directement le corps et qui va donc exciter, c'est-à-dire provoquer des réactions physiques ou psychiques⁷⁸², tout en sachant qu'il va falloir d'entrée de jeu être capable de contenir les effets de cette excitation, est un parti pris, qu'il nous faut faire, en connaissance de cause."⁷⁸³ L'induction d'un travail corporel auprès du public adolescent se doit d'être pensé, ré-ajusté et sans cesse questionné dans le contre-transfert afin de permettre de construire un espace d'élaboration repéré et thérapeutique pour l'adolescent.e : "Plus précisément, un travail auprès des adolescents nous engage à une réflexion sérieuse et poussée, tant sur nos objectifs et nos moyens de réalisation que sur nos moyens d'élaborer ce qui se passe au sein de nos espaces de médiation et ce qui se passe en nous-mêmes. Et, à cette condition-là seulement, un travail corporel devient une occasion inespérée de rencontrer l'adolescent dans ses tentatives de régression, tout en lui permettant de se construire dans un corps qu'il peut se réapproprier, dans une relation à l'autre qui lui permet ce grand écart entre l'enfant qu'il était et l'adulte qu'il va devenir."⁷⁸⁴

L'étayage est essentiel pour que l'adolescente puisse entrer dans le processus de symbolisation et plus spécifiquement dans la mise en jeu introspective de l'imaginaire que propose la danse-thérapie. Penser un dispositif qui offre des supports à la rêverie relève d'une nécessité pour ce public.

1.3 La question du contre-transfert.

Il est à noter que le cadre de la recherche, dans le premier dispositif, impose un protocole verbal et en mouvement similaire à chaque séance (mêmes images et mouvements durant la pratique inspirée du *Gaga*). Cette démarche, quoique scientifiquement valable, rigidifie la

⁷⁸² Exciter : faire naître une réaction physique ou psychique. Définition du nouveau *Petit Robert*.

Dans Potel, C., 2006, 5. Le travail du corps au risque de l'adolescence, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 73-83.

⁷⁸³ Potel, C., 2006, 5. Le travail du corps au risque de l'adolescence, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 73-83.

⁷⁸⁴ Potel, C., 2006, 5. Le travail du corps au risque de l'adolescence, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 73-83.

possibilité d'une perméabilité au contre-transfert. Comment m'ajuster dans l'instant aux patientes si je répète un protocole automatique ?

Lors de la suggestion d'images, par respect du protocole scientifique, je propose les mêmes images et les mêmes mouvements dans le temps de pratique inspirée du *Gaga*. Les images sont verbalement communiquées en même temps que le mouvement. Il peut être pertinent de fonctionner sur une base de recherche immuable dans bien des domaines scientifiques, mais à l'épreuve des sciences humaines, et plus particulièrement de la thérapie et du contre-transfert qu'elle implique, cette entreprise s'annonce stérile.

D.W. Winnicott écrit : "Bien que nous ne puissions pas nous passer de la théorie que nous élaborons au cours de nos discussions, si notre compréhension du besoin du patient se contente d'être intellectuelle au lieu de relever du psyché-soma, notre travail est inévitablement faussé."⁷⁸⁵

Il aurait été, par exemple, thérapeutiquement adapté de moduler les images en fonction des participantes dans l'instant de la rencontre en mouvement, en fonction du contre-transfert ressenti. C'est ce que décrit Catherine Yelnik lors des séances qu'elle propose à l'hôpital de jour CEREP Montsouris : "Je ne sais jamais à l'avance ce que je vais dire, j'ai dans la tête, confusément, les séances précédentes... je suis dans un état de disponibilité sensorielle et imaginaire, je me laisse flotter, induire par ce que je ressens autour de moi, par l'ici et maintenant du groupe, je laisse faire mes capacités identificatoires."⁷⁸⁶

Cet état de disponibilité et d'écoute des mouvements psychiques et des expressions du corps dans l'instant présent, consacre la valeur thérapeutique de l'espace de médiation : "Les médiations thérapeutiques sont des espaces d'expériences partagées. Leur intérêt thérapeutique va dépendre avant tout de la capacité des adultes, encadrant ces médiations, à entendre les mouvements psychiques (émotionnels, conflictuels) liés à ce qui s'exprime au sein de cet espace d'expérience."⁷⁸⁷

Mener une recherche en danse-thérapie implique donc d'envisager l'essentialité d'une prise en compte des mouvements psychiques, corporels et contre-transférentiels dans le protocole de recherche.

⁷⁸⁵ Winnicott D.W., 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Paris, Payot, p.284.

⁷⁸⁶ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.52.

⁷⁸⁷ Potel, C., 2006, 8. Des médiations corporelles : lesquelles ?, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France : Érès, pp. 101-116.

Nous venons de dégager quelques pistes explicatives de l'échec du premier dispositif : spécificité de l'âge adolescent, clinique des troubles du comportement, besoin de contenance, capacité de rêverie entravée, limites du dispositif de recherche amoindrissant la dynamique transférentielle. Mais les pratiques d'improvisation dansée proposées ne présentent-elles pas également des limites qui auraient favorisé l'échec du premier protocole de recherche ?

La pratique du *Gaga* se destine principalement à des adultes ou des adolescent.e.s : les classes de *Gaga people* et *Gaga dancers* sont ouvertes aux danseur.euse.s amateur.trice.s et professionnel.le.s à partir de l'âge de 16 ans. Les enfants peuvent également pratiquer le *Gaga* en présence d'un adulte de leur famille, les classes *Gaga Families* proposent aux enfants âgés de 6 à 10 ans d'expérimenter la pratique. Il n'y a pas de proposition de la pratique *Gaga* pour un enfant/adolescent dont l'âge se situe entre 10 et 16 ans, soit l'âge des trois adolescentes de cette étude.

Quelle en est l'explication ? Est-ce en relation avec l'avènement de la période pubertaire ?⁷⁸⁸

Cette phase de pré-adolescence, entre enfance et adolescence, correspond à un temps où, comme évoqué précédemment, le corps est soumis à ces premiers changements et figure l'incompréhension, parfois le rejet, de ces modifications. Il serait alors envisageable de penser à la difficulté d'écouter et de mobiliser son corps avec aisance quelle que soit la pratique somatique, en raison de cette "gêne" ressentie vis-à-vis de son propre corps changeant.

Le *Gaga* ne se revendique pas d'être une pratique de développement personnel ou de thérapie (contrairement au Mouvement Authentique). Le *Gaga* est une pratique que son créateur, le chorégraphe Ohad Naharin, a inventé afin d'entraîner les danseur.euse.s de sa compagnie, de les aider à dépasser leurs propres limites et habitus corporel. Dans le cadre artistique, les bénéfices thérapeutiques peuvent être présents. La pratique du *Gaga* peut être considérée comme adjuvante à la santé physique et mentale : "Gaga me maintient, tout comme il maintient mon corps, actif et vivant ; il m'aide à traverser la vie avec plus de facilité, de plaisir et de légèreté."⁷⁸⁹ Yossi Naharin, le frère du chorégraphe et créateur du *Gaga*, a d'ailleurs

⁷⁸⁸ A ce sujet, j'ai contacté l'équipe de la *Batsheva Dance Company* mais je n'ai pas eu de réponse claire quant à l'absence de proposition de *Gaga* pour cette tranche d'âge.

⁷⁸⁹ Harari Saar, "Q&A with *Gaga's* Artistic Director, Saar Harari", <https://www.gagapeople.com/en/qa-with-gagas-artistic-director-saar-harari/>, consulté le 22/07/21. Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "Gaga keeps me and my body fresh and alive; it helps me to go through life with more ease, pleasure and lightness."

consacré son manuscrit de mémoire universitaire à l'étude du potentiel thérapeutique du *Gaga*.⁷⁹⁰

Malgré les éventuels bénéfices thérapeutiques que cette pratique induit, le *Gaga* reste un langage de mouvement qui, à travers la suggestion d'images, invite à une profonde écoute des sensations et au lâcher-prise : "*(Le Gaga)* a la capacité (...) d'amener les participants à un état d'harmonie où ils peuvent faire l'expérience de la vulnérabilité, de la disponibilité, de sensations multimodales et du lâcher-prise."⁷⁹¹

La connexion aux sensations, le lâcher-prise et l'expérience de la vulnérabilité peuvent être particulièrement délicats pour des adolescentes dont les troubles du comportement appellent une clinique du débordement (de sensations, d'émotions). Dans ce contexte, le lâcher-prise peut être vertigineusement angoissant, notamment pour les adolescentes de cette étude qui oscillent entre hyper-contrôle (Katia) et explosion (Maeva, Claire). Comment faire l'expérience de la vulnérabilité si cette dernière est si intense qu'elle handicape le quotidien ?

La pratique inspirée du *Gaga*, employée précédemment dans un contexte médico-social auprès d'adultes souffrant d'addictions⁷⁹² fut particulièrement probante mais l'expérience s'avère infructueuse dans ce contexte et auprès du public de cette étude.

Concernant le Mouvement Authentique, il n'apparaît pas que cette pratique soit généralement engagée auprès du public adolescent. Il est établi que le Mouvement Authentique s'adresse à un public de type névrotique adulte et s'envisage comme une pratique de développement personnel ou spirituelle quand elle n'est pas utilisée à des fins artistiques. Néanmoins, le Mouvement authentique peut être pratiqué dans un objectif de santé psychique. Certaines recherches dédiées à la valeur thérapeutique du Mouvement Authentique (Lyndsay Pixler⁷⁹³,

⁷⁹⁰ Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university, p.18.

⁷⁹¹ Patel, Bhumi B., 2017, *When the Whole World is Empty: Gaga as a Modality for Kinesthetic Grief Processing*, degree of Master of Fine Arts, The Mills College Department of Dance, Californie, ProQuest Dissertations Publishing, p.1.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "(...) it has the capacity (...) to bring participants to a state of attunement where they are able to experience vulnerability, availability, multi-modal sensation, and letting go."

⁷⁹² Chamodon, J.M., 2017, Mémoire de recherche « *Les bénéfices thérapeutiques d'une corrélation entre danse et représentation mentale* », Master "Création artistique, danse-thérapie", Université Paris 5 Descartes.

⁷⁹³ Pixler, L., 2017, Psychedelic movement : healing trauma through MDMA (3, 4-Methylenedioxyméthamphétamine)- Assisted Authentic Movement psychotherapy, *Journal of Transpersonal Psychology*, 49(2), pp.121-135.

Maeva Fladager⁷⁹⁴, Jennifer Franck Tantia⁷⁹⁵), notamment auprès de sujets porteurs de traumatismes, montrent une réduction du stress, une élévation du système parasympathique, le développement de la conscience des émotions enfouies, l'amélioration de l'état émotionnel.

Il n'y a pas d'études connues à ce jour à propos de l'efficacité du Mouvement Authentique dans la prise en charge de la spécificité des troubles du comportement. Tina Stromsted indique que le Mouvement Authentique s'adresse à des sujets bénéficiant d'une stabilité psychique, capables de contacter leurs émotions traumatiques : "L'utilisation du Mouvement Authentique repose sur un degré adéquat de résistance de l'ego et est souvent aidant pour des personnes qui sont déjà capables de gérer leurs pensées, sentiments et fantasmes interdits dans un environnement déstructuré."⁷⁹⁶

De ce fait, le Mouvement Authentique ne s'avère pas particulièrement adapté à un public d'adolescentes ayant des troubles du comportement, désorganisées par leurs émotions et sujettes à l'anxiété. Elles ne semblent pas prêtes à contacter leurs expériences traumatiques de manière si directe et ne jouissent pas d'une assise narcissique assez sécurisée pour se plonger dans leurs difficultés dans le cadre de cette pratique.

Nous pourrions donc avancer l'hypothèse que, pour un public adolescent sujet aux troubles du comportement, le travail sur l'imaginaire associé au mouvement dansé, à travers les pratiques inspirées du *Gaga* et de la Discipline du Mouvement Authentique, n'est pas particulièrement adapté et ne représente pas la priorité thérapeutique.

Ceci dit, ce propos est à nuancer étant donné que comme expliqué précédemment, les pratiques proposées dans cette étude sont inspirées du *Gaga* et de la Discipline du Mouvement Authentique. En ce sens, il n'est pas envisageable de confirmer la non-viabilité des pratiques du *Gaga* et de la Discipline du Mouvement Authentique. Pour le savoir, il faudrait mener une recherche avec des professeur.e.s certifié.e.s de ces deux pratiques.

⁷⁹⁴ Fladager, L., 2020, *Embodied Images of Suffering and Individuation in Authentic Movement*, Doctoral dissertation, Pacifica Graduate Institute.

⁷⁹⁵ Tantia, J.F., 2012, Authentic Movement and the Autonomic Nervous System: A Preliminary Investigation, *American Journal of Dance Therapy*, 34, 53–73.

⁷⁹⁶ Stromsted T., January 2007, *The Dancing Body in Psychotherapy: Reflections on Somatic Psychotherapy and Authentic Movement*, In book: *Authentic Movement: Moving the Body, Moving the Self, Being Moved: A Collection of Essays. Volume II*. Publisher: Philadelphia : Jessica Kingsley Publishers, Editors : Patrizia Pallaro, p.203. Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "The use of Authentic Movement rely on a adequate degree of ego strength and is often helpful for those already capable for enduring their forbidden thoughts, feelings, and fantasies in an unstructured environment".

1.4 Un protocole ajusté.

Ainsi la particularité de l'âge adolescent, la clinique des troubles du comportement, le besoin de contenance, la capacité de rêverie entravée, la nécessité du support de la relation transférentielle, le choix de deux pratiques somatiques inadaptées sont autant d'éléments qui entraînent l'échec du premier protocole de recherche. L'élaboration d'un nouveau dispositif scientifique et thérapeutique, ajusté aux problématiques rencontrées sur le terrain, voit le jour.

Le protocole ajusté s'axe autour de la nécessité de la contenance autant sur le plan psychique que corporel. C'est par la mise en place de facteurs spécifiques à la danse-thérapie, et communs aux psychothérapies, que des axes de travail cliniques s'érigent autour du concept fondateur de la contenance psycho-corporelle et de la stratégie du détour.

Les outils de la recherche évoluent. Le dessin et les verbatim apparaissent comme des supports de figuration du corps vécu.⁷⁹⁷ L'outil de mesure physiologique du recueil du corps vivant⁷⁹⁸ (variabilité cardiaque) est abandonné. La grille d'analyse du mouvement de l'Effort de Rudolf Laban, les tableaux d'observations du mouvement et la vidéo permettent l'étude du corps vivant. Le Journal de bord contextualise le recueil du vécu et du vivant depuis le point de vue de la danse thérapeute.

L'ajustement du dispositif et des outils figure les bases nécessaires à l'étude du potentiel thérapeutique des *phantasia* (émersion des images, sensations et mouvements) en séance de danse-thérapie auprès d'adolescentes présentant des troubles du comportement.

2. Les *phantasia* dans l'atelier de danse-thérapie, un levier de bénéfices thérapeutiques.

Les résultats décrits ci-dessous sont interprétés selon mes trois hypothèses opérationnelles et l'hypothèse générale.

L'émersion de mouvements inconscients apparaît au travers de la modalité du mouvement par la danse et de la modalité de l'image par le prisme du dessin. Les sensations se dégagent des diverses modalités à l'oeuvre : mouvement, image, mot.

2.1 Développement des capacités corporelles et psychiques : la modification du facteur Flux et l'évolution du mouvement.

La grille d'analyse de l'Effort de Rudolf Laban, de par son étude objective de l'évolution du mouvement, témoigne des changements expressifs du sujet : "L'analyse Laban apporte une contribution particulière au domaine car elle fournit un vocabulaire objectif et une notation

⁷⁹⁷ Andrieu B., 2016, *Sentir son corps vivant, Emersiologie 1*, Paris, Vrin.

⁷⁹⁸ Andrieu B., 2016, *Sentir son corps vivant, Emersiologie 1*, Paris, Vrin.

pour relever les observations du mouvement. Elle permet l'exploration de la gamme des nuances dynamiques qui composent l'ensemble de l'expérience et décrit les changements expressifs en relation avec le processus de mouvement lui-même."⁷⁹⁹ La grille de l'Effort offre la possibilité d'observer la modulation des facteurs chez chacune des trois patientes de cette recherche.

Cette grille d'analyse n'est pas un système de notation qui se limite à figurer les paramètres expressifs du mouvement mais représente un outil précieux qui nécessite une interprétation, une contextualisation avec le sujet et une compréhension de la part de la thérapeute. C'est un support qui permet de réfléchir, d'ajuster et de modifier les propositions en mouvement, en fonction des évolutions observées, sans jugement.

Dans le cadre de la recherche, un certain réductionnisme est nécessaire. Le choix du focus sur le facteur Flux s'établit après l'observation du mouvement des trois adolescentes. Le facteur Flux est l'élément qu'elles investissent davantage et dans lequel elles sont toutes trois particulièrement sclérosées : Katia ne parvient pas à s'inscrire dans le Flux libre tandis que Maeva et Claire alternent entre les deux éléments extrêmes du Flux.

L'étude du facteur Flux est envisagée dans une lecture de l'ensemble des facteurs, il s'agit de ne pas exclure un ou plusieurs facteurs mais d'observer le Flux en relation avec le Temps, l'Espace et le Poids.⁸⁰⁰ En cela, les propositions en mouvement présentées aux jeunes filles se basent sur l'expérimentation du Flux avec les autres facteurs : par exemple le Flux et le Temps dans les exercices de rythme, le Flux et le Poids dans l'enveloppement avec les tissus, le Flux et l'Espace dans les cercles inspirés de la danse occitane.

L'objectif est d'amener les adolescentes à investir d'autres qualités de Flux afin de se dégager des rigidités corporelles et psychiques et de développer leurs palettes expressives.

Rudolf Laban évoque que la fixation rigide dans l'un ou l'autre facteur est le lit de la pathologie.⁸⁰¹ L'Effort est également envisagé comme un outil adjuvant à la thérapie par les

⁷⁹⁹ Bartenieff, I., Lewis, D., 1980, 2002, *Body movement - Coping with the environment*, New York, Routledge, p.144.

Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "Labanalysis has a particular contribution to the field because it provides an objective vocabulary and a notation for recording observations of movement. It allows for exploration range of dynamic shades making up the wholeness of the experience and describes expressive changes in relation to the movement process itself."

⁸⁰⁰ I. Bartenieff parle à ce propos de "combinaisons" de facteurs.

⁸⁰⁰ Bartenieff, I., Lewis, D., 1980, 2002, *Body movement - Coping with the environment*, New York, Routledge, p.148.

⁸⁰¹ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.115.

collaborateur.trice.s de Rudolf Laban : Irmgard Bartenieff⁸⁰², Marion North⁸⁰³, Suzi Tortora⁸⁰⁴ ou encore Frances La Barre.⁸⁰⁵ Ces thérapeutes s'appuient sur l'analyse du mouvement pour dégager des pistes cliniques et élargir leurs facultés d'observation du mouvement de manière à améliorer qualitativement l'accompagnement de leurs patient.e.s. : "L'expérience et la contribution de ces thérapeutes montrent que l'Effort joue un rôle important dans ce qui concerne la formation du thérapeute (capacités d'observation et maîtrise des outils, disponibilité, réactivité et créativité), la mise en place des séances, l'observation des patient.e.s pendant les séances et en-dehors de la relation immédiate du thérapeute avec le patient."⁸⁰⁶ L'Effort représente bien plus qu'une simple grille d'analyse du mouvement, il est un outil de lecture qui a permis, dans cette recherche, de procéder à de nombreux ajustements : cadre, relation thérapeutique, dispositif, propositions de travail.

Notons que le support d'un outil d'analyse spécifique à la danse-thérapie est essentiel en ce qu'il admet à la fois le processus artistique et la dimension thérapeutique. L'Effort n'étudie pas le cheminement de la psyché au corps (*mind body*) mais révèle le processus du corps à la psyché (*body mind*) : "Mais une théorie du mouvement qui ne soit pas un simple emprunt au vocabulaire psychologique et psychiatrique à orientation verbale semble un facteur essentiel pour établir des méthodes et permettre au thérapeute d'apporter des contributions spécifiques à la recherche, tout en maintenant sa position intermédiaire entre les arts et les sciences."⁸⁰⁷

Pour chacune des trois adolescentes de cette étude, le travail en séance et hors séance (visionnage et analyse des vidéos, rédaction du journal de bord, création des grilles et des tableaux d'observation du mouvement, entretiens, réunions d'équipes, etc.) est guidé par

⁸⁰² Bartenieff I., Davis M., 1965, *Effort-Shape analysis of movement - the unity of expression and function*, Albert Einstein College of Medicine, Yeshiva University, New York.

⁸⁰³ North, M., 1990, *Personality Assessment through Movement*, Northcote House Publishers Ltd, Devon.

⁸⁰⁴ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing.

⁸⁰⁵ La Barre F., 2001, *On Moving and Being Moved - Nonverbal Behavior in Clinical Practice*, The Analytic Press, Londres.

⁸⁰⁶ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.117.

⁸⁰⁷ Bartenieff I., 1972/73, *Dance Therapy : a New Profession or a Rediscovery of an Ancient Role of the Dance* In *Dance Scope*, 7(1), pp.6-18, p.10-11.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "But a theory of movement that is not merely a borrowing from the verbally oriented psychological and psychiatric vocabulary seems a vital factor in establishing methods and in enabling the therapist to make specific contributions to research, while maintaining his intermediate position between the arts and sciences."

l'Effort. En séance et en mouvement, nous nous penchons autour de l'investissement des qualités manquantes de l'Effort et le renforcement des va-et-vient entre les différentes qualités du Flux.

2.1.1 Développement de la palette expressive et individuation.

D'après Benoit Lesage, l'expressivité se définit par les qualités de mouvement.⁸⁰⁸ Elargir sa palette expressive revient à offrir au mouvement davantage de possibilités de symbolisation : "(...) cette expressivité peut être explorée et servir de révélateur dans le sens où un sujet en visitant les différentes catégories d'expression décèle des affects, des images, des représentations, qui peuvent donner lieu à un travail associatif."⁸⁰⁹

La mise au jour et l'organisation des contenus psychiques à travers les différentes qualités du mouvement expressif offrent "(...) de nouveaux modes de sentir, de percevoir, d'être là, de se présenter et d'interagir."⁸¹⁰ En explorant divers registres expressifs, du perçu au vécu et jusqu'à la conscience, le sujet élabore corporellement et psychiquement pour construire son individuation. L'adolescence est charnière dans la mise au jour du processus d'individuation qui enclenche une réactualisation des "imagos parentales" : "À l'adolescence, c'est le désengagement libidinal vis-à-vis des objets d'amour infantiles qui est en œuvre, initiant une transformation des objets internes et une modification des modalités relationnelles avec les parents "réels", ouvrant sur un processus de subjectivation."⁸¹¹

Si cette édification fait défaut en raison d'un milieu familial carencé ou pathologique, la régression peut être un pallier dans le travail thérapeutique afin de construire la différenciation avec les objets parentaux primaires : "L'échec de ce processus, fondé sur le désengagement du lien aux objets infantiles, se constate à travers les troubles de l'apprentissage, la morosité, le négativisme ou encore des acting-out (fugues, vols, consommation de drogues, promiscuité

⁸⁰⁸ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.38.

⁸⁰⁹ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.68.

⁸¹⁰ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.146.

⁸¹¹ Houssier, F., 2012, PETER BLOS, « The Second Individuation Process », *The Psychoanalytic Study of the Child*, 22, 1967, pp.162-186 ; « Adolescence et second processus d'individuation », in Perret-Catipovic M., Ladame F. (éd.) (1997), *Adolescence et psychanalyse : une histoire*, Delachaux et Niestlé, Lausanne, 113-150, Dans : Jean-Yves Chagnon éd., *45 commentaires de textes en psychopathologie psychanalytique* (pp. 333-341). Paris: Dunod.

sexuelle).⁸¹² La régression encadrée par l'espace thérapeutique peut permettre un espace où recréer les bases de l'édification de l'individuation.

À travers cette recherche, nous pouvons remarquer que les trois adolescentes présentent toutes un schéma régressif lors de l'accompagnement. Le dispositif axé sur la contenance s'est élaboré à partir de l'observation de ce besoin central. A titre d'exemple, la position foetale revient tout au long du travail de danse-thérapie chez les trois adolescentes de cette étude. Plus particulièrement, l'observation de l'évolution des trois adolescentes, de manière individuelle, nous permet d'observer en quoi l'investissement des différentes polarités du Flux engage un développement expressif essentiel au processus d'individuation.

En début d'accompagnement, du mois de novembre 2018 au mois d'avril 2019, Claire témoigne d'un registre corporel proche de l'animal. Ses mouvements spasmodiques alternent entre les deux polarités extrêmes du Flux : condensé et libre, rétention et explosion. Il n'y a pas d'accès à la nuance, ce qui se traduit par un registre expressif que l'on pourrait qualifier de pathologique tant il est figé : "Ce qui me trouble le plus dans la lecture du corps de Claire, ce sont ses mouvements pulsionnels, avec une alternance du Flux Libre et condensé, entre mouvements d'explosion et de rétention. C'est très perturbant d'observer ce corps agité de spasmes, presque sauvage."⁸¹³

La dimension pulsionnelle de ses mouvements donne l'impression que Claire s'inscrit dans le Temps soudain or ce rapport au facteur Temps est une conséquence de sa propension au Flux libre. La conjugaison du Temps soudain et du Flux libre traduit des mouvements d'excitation et d'agitation.⁸¹⁴ Les facteurs du Poids et de l'Espace sont dans l'ombre, le Flux "prend" toute la place.

Le second temps de l'accompagnement marque l'évolution de Claire et se situe entre les mois d'avril et Juin 2019. Claire se meut dans des polarités du Flux plus souples, elle parvient à nuancer l'alternance entre Flux libre et condensé, ce qui lui permet d'aborder le Poids. Comme l'écrit Benoit Lesage : "Exister c'est peser ! Et accepter de peser, accepter son poids, c'est

⁸¹² Houssier, F., 2012, PETER BLOS, « The Second Individuation Process », *The Psychoanalytic Study of the Child*, 22, 1967, pp.162-186 ; « Adolescence et second processus d'individuation », in Perret-Catipovic M., Ladame F. (éd.) (1997), *Adolescence et psychanalyse : une histoire*, Delachaux et Niestlé, Lausanne, 113-150, Dans : Jean-Yves Chagnon éd., *45 commentaires de textes en psychopathologie psychanalytique* (pp. 333-341). Paris: Dunod.

⁸¹³ Etude de cas de Claire, voir précédemment dans cette thèse, pp.223-231.

⁸¹⁴ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.52.

aussi assumer son existence."⁸¹⁵ Le lien est ténu avec le fait que Claire délaisse la posture de l'animal pour investir son corps d'adolescente et s'assumer.

Notons que dans cette seconde phase d'accompagnement, le Flux de forme apparaît chez Claire, ce qui montre qu'elle aborde sa capacité à se différencier. Elle se forge une assise narcissique essentielle à l'individuation : "Il (*le Flux de forme*) est indispensable à la différenciation de l'enfant par rapport à son entourage et contribue "au sens du moi."⁸¹⁶

Le travail de consolidation des appuis et la libération du tronc qui devient mobile lui permettent d'affiner sa conscience corporelle et de jouir d'une palette expressive plus large.

Le cadre et le travail de contenance l'amènent à ressentir et conscientiser ses limites corporelles, de ce fait Claire ne se blesse plus en séance et aborde un contact plus adapté avec autrui. Progressivement, Claire parvient à s'exprimer personnellement, s'implique dans le processus de création et témoigne d'une grande créativité artistique. L'émergence de mouvements davantage nuancés, apaisés, l'investissement de nouvelles qualités de mouvement plus douces et fluides, le déverrouillage de certaines parties du corps (le tronc), indiquent des changements corporels qui ouvrent à des capacités psychiques. Ces évolutions tendent à l'édification de l'individuation et à l'accroissement du registre expressif.

En début d'accompagnement, Katia présente une modulation du Flux particulièrement sclérosée dans l'élément condensé. Le facteur Flux condensé caractérise une maîtrise du mouvement comme s'il pouvait "(...) être arrêté à n'importe quel moment (...)" traduisant ainsi une "(...) rétention de la progression du mouvement."⁸¹⁷ L'extrême retenue corporelle qu'elle affiche ne se dissipe que dans ses éclats de violence où elle va, par exemple, jeter des objets à travers la salle. D'ailleurs, dans l'entretien, on peut lire qu'elle associe le relâchement à la violence : "J'ai pris cette habitude de ME LÂCHER. Et donc, en ce moment, c'est un peu n'importe quoi, et la dernière fois, je me suis lâchée en mordant S. et G."⁸¹⁸

La rigidité corporelle est très forte chez Katia et se révèle par la rétention du bas du corps et le verrouillage du bassin et des jambes. Son registre de mouvement témoigne d'un contrôle excessif qui empêche son expression : "L'hyper-contrôle chez Katia caractérisé par le Flux condensé offre peu de variation de la forme en relation avec le monde, les évènements de la

⁸¹⁵ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.73.

⁸¹⁶ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.84.

⁸¹⁷ Loureiro A., 2013, *Effort : l'alternance dynamique*, Ressouvenances, p.35.

⁸¹⁸ Katia, entretien du 2/07/2019, Annexes.

vie, etc. Il y a également peu d'accès au Flux de forme donc à soi, à ses besoins en relation avec l'environnement. Plus qu'une posture (corporelle) c'est tout un dialogue soi-autre, soi-environnement à travailler."⁸¹⁹

Nous pouvons y voir la question de l'adolescence, la problématique de ce corps qui change sans qu'on ne puisse avoir une réelle maîtrise sur ses modifications. La perte du corps de l'enfant et le sentiment d'impuissance qui accompagne la transformation en un corps d'adolescente peuvent induire des réactions de maîtrise et des blocages corporels. Cependant, on ne saurait confiner cette lecture des blocages de Katia au seul évènement de l'adolescence tant son histoire corporelle est jalonnée de traumatismes.

Le manque d'appuis caractérise sa relation au sol, à l'environnement, au monde et fait écho à la carence de soutiens familiaux : "La qualité d'ancrage et d'appui renvoie aux soutiens dont a bénéficié un individu dans son développement, à commencer par ceux qu'il a éprouvés dans ses premiers moments, avec en particulier les soutiens de la tête."⁸²⁰ En séance, Katia ne lâche pas le poids de sa tête dans le mouvement, celle-ci tient de manière rigide et ne se dépose pas au sol.

L'évolution corporelle de Katia se situe en toute fin d'accompagnement, d'avril à Juin 2019, où le relâchement s'amorce : elle accède au Flux libre et au Temps soudain. L'ancrage apparaît tandis qu'elle déverrouille ses membres inférieurs et acquiert une mobilité du bassin, ce qui lui confère un tonus musculaire plus actif et fluide.

Elle trouve ses appuis : "Elle explore le travail d'ancrage et construit des bases corporelles pour se sentir soutenue. Lors de ces explorations, elle cherche à rendre ses jambes mobiles : elle les plie, les déplie, les étire, les touche. Ce travail de mobilisation des jambes favorise le développement tonique."⁸²¹

Cet assouplissement des fixations corporelles soutient le déploiement de sa palette expressive. Katia, dont l'expression se limitait au mimétisme de mouvements connus (gymnastique, danses de clips), accepte de se révéler par le mouvement : "Progressivement, l'intérieur devient visible à l'extérieur : Katia s'exprime corporellement en incarnant ses mouvements et ne se cache plus derrière des postures stéréotypées. Elle peut éprouver les sensations du corps sans être dans une volonté de représentation, de plaire à l'autre. De cette manière, la

⁸¹⁹ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁸²⁰ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p .73.

⁸²¹ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

symbolisation de ses émotions a pu émerger en fin d'accompagnement, lors des dernières séances où elle se "laisser aller" à la danse et à la parole."⁸²²

Dans le cas de Maeva, nous assistons à de grandes difficultés à entrer dans le travail de danse-thérapie. Elle fuit en présentant un corps polarisé dans le Poids lourd et chute au sol comme pour s'échapper de toute demande ou proposition : "Elle débute les séances en marquant son opposition aux propositions par de multiples stratégies : elle réalise des mouvements contraires à la consigne (elle s'oppose à mon mouvement "rond" par un mouvement "saccadé"), s'exclut du groupe par le Poids lourd volontaire en se laissant tomber au sol comme un "sac", arbore une verticalité passive (nombreuses chutes au sol), communique avec le regard bas et fuyant et s'annihile de l'espace du groupe à maintes reprises (part se cacher derrière le miroir, s'arrête dans un coin de la salle)."⁸²³ Toute son expressivité est marquée par l'évitement et l'excitation.

Elle alterne entre les deux extrêmes du Flux libre et condensé, entre un niveau de tension élevé et un relâchement atone : "Ses mouvements illustrent son comportement : Maeva évolue dans des fixations toniques extrêmes, d'un corps raide, elle passe à un corps "liquide", elle choit soudainement au sol et ne se "tient" pas. La structure corporelle est en constant déséquilibre. D'ailleurs, Maeva se déplace sur demi-pointe et n'apparaît pas ancrée. Le facteur Poids actif est dans l'ombre, elle investit majoritairement le Poids Lourd de manière volontaire pour marquer son opposition à la séance."⁸²⁴

À partir de la fin du mois de janvier 2019, Maeva assimile la notion de cadre, ce qui l'aide à contenir les débordements corporels et psychiques. Le cadre du dispositif, de la séance et le cadre interne de la danse-thérapeute agissent comme des contenants à l'agitation pathologique de Maeva : "Pour accueillir les patients, gérer les difficultés identitaires et/ou existentielles, et leur permettre de s'y mobiliser en vue d'une évolution, la séance doit être à la fois contenante, sécurisante, pour éviter la dispersion ou le morcellement (...)."⁸²⁵ Les résultats de cette étude montrent que Maeva ne s'oppose plus au travail en chutant au sol ou en s'évinçant du groupe et des propositions.

⁸²² Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁸²³ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

⁸²⁴ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

⁸²⁵ Lesage B., 2014, (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.112.

Elle nuance sa capacité à circuler du Flux libre au Flux condensé, ce qui se manifeste par un apaisement et une réduction du morcellement. De la structuration apparaît et soutient le développement de son expressivité.

Elle se dégage du Poids lourd pour aborder le Poids fort et nuance ainsi son registre tonique : "L'affinement des qualités de mouvements, c'est-à-dire de l'expressivité, est en effet lié aux nuances toniques"⁸²⁶. Le mouvement devient actif et Maeva se montre participante au sein du groupe. L'expression symptomatique d'un registre de mouvement agité laisse place à l'incarnation.

Rudolf Laban évoque la qualité structurante de l'usage de l'Effort et combien la malléabilité corporelle, j'entends par là la capacité à s'exprimer dans diverses modalités motrices, nourrit la sphère psychique et émotionnelle⁸²⁷ : "L'exercice des différentes modalités d'action motrice ouvre donc à une gamme d'états émotionnels (...)"⁸²⁸

Dans le cas de Maeva, on peut voir que la gradation de son investissement dans le Flux dégage un état d'apaisement psychique et corporel et lui permet d'envisager une structuration : du corps, de ses émotions et du cadre de la séance auquel elle répond plus aisément.

Ainsi contenue et apaisée, elle peut s'exprimer davantage et incarner ses mouvements. Le processus d'évitement n'est plus ce qui conditionne sa présence en séance.

Lors de cette seconde phase d'accompagnement, Maeva utilise le mouvement en vue d'une symbolisation : "Ce second temps est une accalmie : les défenses corporelles s'atténuent bien qu'elles ne disparaissent pas complètement (rien n'est magique) et Maeva peut accéder à une certaine forme de contenance et investir le processus de création en proposant des mouvements personnels."⁸²⁹ La capacité de Maeva à moduler ses rigidités corporelles l'ouvre au processus d'individuation et au développement expressif. Elle s'exprime à travers la modalité du mouvement dans le cadre thérapeutique qui soutient sa progression expressive.

L'utilisation de l'Effort présente l'intérêt d'agir sur la qualité du mouvement et non pas sur son illustration. Le sens se construit à partir de l'expérience du mouvement. Benoit Lesage évoque à ce propos la différence entre l'expression corporelle où l'on peut être invitée à venir interpréter un sentiment (tristesse, joie, etc) en mouvement, ce qui confère à ce procédé une

⁸²⁶ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.38.

⁸²⁷ Laban R., 2003, 1ère édition Londres 1948, *La danse moderne éducative*, Bruxelles, Éd. Complexe.

⁸²⁸ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.68.

⁸²⁹ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

visée illustrative, et la danse-thérapie qui s'appuie sur la modulation du mouvement pour en dégager du sens.⁸³⁰

Dans cette recherche, l'expression verbale et le dessin qui suivent le temps de mouvement créent du sens à l'expression. Il s'agit donc d'une "mise en sens" d'après le vécu du mouvement.

Les adolescentes symbolisent leurs éprouvés dans plusieurs modalités (mouvement, image, mot) : "Le travail des qualités gestuelles, tel qu'on peut le conduire avec la grille de l'Effort, peut donc déclencher un double-travail. D'une part, il amène le sujet à investir des éprouvés et des émotions, d'autre part il peut lui faire revisiter ses catégories mentales."⁸³¹

Ce processus n'est pas sans heurts, il peut être difficile d'être ramené à son ressenti et de confronter ses émotions. Cela est particulièrement visible avec ces adolescentes dont nous pouvons observer les résistances. L'opposition, le rejet, l'évitement jalonnent le travail.

Maeva s'oppose en affichant un Poids lourd et fuit aux toilettes lorsqu'elle se sent trop confrontée. Katia s'oppose par des éclats d'agressivité ou se plaint de douleurs au ventre qui disparaissent quelques minutes plus tard. Claire se réfugie dans un comportement animal lorsqu'elle est en difficulté.

Benoit Lesage évoque la surprise que peut susciter l'abord de nouvelles qualités de mouvement chez le sujet et les processus d'évitement qui en résultent : "En jouant sur les différents éléments évoqués, on conduit les partenaires à s'éprouver différemment, à explorer des expressions, sensations et émotions qu'ils ignorent parfois totalement. On observe d'ailleurs dans ce travail des résistances qui sont un signe qu'il se mobilise quelque chose au niveau psychique. Approfondir une qualité déclenche souvent des phénomènes émotionnels qui se traduisent par diverses réactions d'évitement : fatigue soudaine, distraction, ennui, nausées..."⁸³²

Mais l'Effort marque également les forces en action dans le mouvement, les "parts saines" sur lesquelles s'appuyer pour atteindre les parts manquantes : "Repérer que l'on fonctionne essentiellement dans un mode de "flux contrôlé" ne signifie pas seulement que manque le

⁸³⁰ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.89.

⁸³¹ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.89.

⁸³² Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.88.

"Flux libre", mais aussi et avant tout que le sujet trouve sa force dans une modalité particulière."⁸³³

La gestion du Flux condensé est aisée pour Katia qui sait se mouvoir de manière précautionneuse et douce. À l'opposé, les acquis de Maeva et Claire résident dans leur propension au relâchement, à l'écoulement libre du mouvement et à la capacité d'abandon. C'est en travaillant depuis les forces de chacune, depuis leurs acquis et ce qui les sécurise, qu'il a été possible d'aborder les polarités opposées et d'enrichir la qualité du mouvement.

La stratégie du détour, qui convient de contourner les résistances, rappelle la notion de "part saine" héritée du courant de psychologie humaniste qui entend s'appuyer sur la partie "valide" du sujet pour permettre son évolution.

La groupalité a également été adjuvante au processus de modulation. Katia, de par sa position de leader et l'influence qu'elle exerce sur les deux autres jeunes filles du groupe, renvoie un mouvement calme et apaisé. Maeva et Claire, de par leur vivacité et leur propension à se mouvoir librement, ont autorisé Katia à se relâcher et à se défaire de sa rigidité posturale.

La complémentarité du groupe et des axes de travail du Flux a participé à l'évolution de chaque adolescente du groupe, renforcée par l'étayage proposé par la danse-thérapeute.

C'est grâce à ces accordages relationnels que le cheminement vers l'individuation et l'enrichissement expressif se sont tissés : "La danse-thérapie exige une observation basée sur l'analyse du mouvement et, toujours, la possibilité de produire un changement. Même si le changement est minuscule, il est significatif car chaque déplacement se répercute sur l'ensemble de la Gestalt."⁸³⁴

Le travail des qualités de l'Effort et le passage d'un élément à l'autre (du condensé au libre pour le Flux par exemple) est un outil sur lequel s'appuyer dans un cadre de thérapie pour inciter le sujet à la modulation. En modulant sa palette expressive, le sujet évite de s'épuiser dans la sclérose d'une manière de se mouvoir et s'ouvre ainsi au monde.

2.1.2 Elaboration des capacités d'accordage relationnel.

La capacité à investir les diverses polarités du Flux témoigne d'une aisance émotionnelle et relationnelle : "Dans la mesure où le facteur flux est associé à l'émergence de sensations et

⁸³³ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.90.

⁸³⁴ Bartenieff, I., Lewis, D., 1980, 2002, *Body movement - Coping with the environment*, New York, Routledge, p.143.

Traduction de l'autrice de la thèse. Texte original : "Dance therapy requires observation based on movement analysis and, always, the possibility of producing change. Even if the change is minuscule, it is significant because each shift reverberates throughout the whole Gestalt".

sentiments dans l'interaction, l'alternance entre les pôles dans les phrases de mouvement peut être liée à une vie émotionnelle et relationnelle équilibrée."⁸³⁵ La modulation d'une polarité à l'autre du facteur Flux confère l'accès à une mobilité corporelle permettant une certaine souplesse et une adaptation à autrui et à l'environnement.

L'un des résultats que l'on peut analyser dans cette recherche est le développement de la relation à autrui et l'ajustement à l'environnement pour chacune des adolescentes.

En abordant de nouvelles qualités de mouvement, le dialogue entre l'intérieur et l'extérieur se structure. Katia apprivoise son corps en même temps qu'elle construit sa place dans le groupe : "Elle a d'ailleurs besoin d'aller tâter mes limites, celles du cadre, mais également de l'espace de la salle : elle cherche le contact avec les murs. La psychologue de l'ITEP énonce un parallèle avec la recherche de Katia des bords et des limites de sa structure familiale".

La quête de "ce qui fait limite" au sein même de la séance et du groupe de danse-thérapie favorise un travail thérapeutique qui renvoie Katia à la place qu'elle occupe dans le groupe "famille", premier lieu d'édification groupale. Katia retravaille symboliquement la question de "sa" place au sein du groupe privilégié de danse-thérapie dont le cadre est assez sécurisant pour permettre une possible réélaboration suite aux carences infantiles.

Dans le groupe, Katia souhaite maîtriser la relation avec les autres jeunes : elle les rappelle au cadre, aux règles, aux consignes, comme pour prendre la place de l'adulte. Elle tente d'ailleurs plusieurs fois de conduire la séance à sa place en imposant un exercice, en plaidant pour raccourcir la séance, en nous "grondant" parce qu'elle trouve que le groupe ne reproduit pas exactement son mouvement dans l'exercice du *mirroring*, en se positionnant comme la première à être force de propositions, etc. Au travers de ces agissements, nous constatons qu'elle cherche sa place.

En fin d'accompagnement, nous remarquons qu'elle entre davantage dans les propositions plutôt que de vouloir les maîtriser. De ce fait, elle revient à sa place d'adolescente bien qu'occupant une position de leader dans le groupe.

Son attrait pour le travail du schème centre-périphérie, fondamental dans la mesure où il indique un aller-retour entre intérieur et extérieur, montre que Katia met au travail sa relation à elle-même et à ses besoins dans l'ajustement aux attentes de l'environnement : "Elle revisite beaucoup la position foetale puis elle ouvre son corps en étoile, ce qui rappelle le schème moteur fondamental centre-périphérie dont le rôle est d'assurer un support interne, un "noyau" auquel sont connectés les six extrémités du corps : mains, pieds, tête, coccyx. Ce schème est

⁸³⁵ Loureiro A., 2013, *Effort : l'alternance dynamique*, Ressouvenances, p.35.

caractéristique d'un va et vient entre soi et l'environnement : "C'est une façon de commencer à percevoir où nous sommes - ce qui est moi et ce qui ne l'est pas. Nous apprenons également à suivre notre propre rythme dans l'aller-retour entre soi et le monde. (...)."836 Ce va-et-vient entre centre et extrémités, soi et environnement devient un dialogue qu'elle explore à travers le mouvement."⁸³⁷

La construction des appuis, des soutiens corporels et donc de la qualité d'ancrage consolide sa place dans le groupe et participe à sa construction identitaire : "Elle m'exprime qu'elle souhaite continuer la danse mais à l'extérieur de l'ITEP, dans un club ou une association. J'y vois une manière de se confronter à un cadre différent de celui de la thérapie, à l'environnement, comme si elle était, à présent, assez assurée pour pouvoir se projeter "au monde."⁸³⁸

S'ouvrir à la modulation et à la diversité des qualités corporelles participe à la capacité d'ouverture psychique à l'autre-que-soi et favorise les ajustements perpétuels à l'environnement : "L'être est défini non pas par ses limites mais par ses lignes de mouvement, ses polarités en rééquilibrage constant grâce aux échanges avec le monde extérieur."⁸³⁹

La recherche montre que Katia module sa relation à autrui : elle passe de l'évitement et de la maîtrise à un contact corporel plus respectueux et attentionné.

La question de la place se retrouve dans le travail avec Maeva. Sa propension à habiter tout l'espace relationnel et à occuper une place centrale perturbe la séance. Son agitation et sa logorrhée envahissante usent le groupe : elle parle à la place de Claire et lui coupe sans cesse la parole, s'agite autour de Katia qui lui intime de se calmer. Avec l'éducatrice, nous sommes épuisées par sa demande d'attention constante.

Son inscription majeure dans le plan vertical traduit sa difficulté à être en relation. Angela Loureiro rapporte que : "La kinesphère peu perméable de Maeva doit bien ressembler à un choix presque "cristallisé" du plan vertical, qui tout en étant un plan dit de présentation (je

⁸³⁶ Hackney P., 2002, *Making Connections, Total Body Integration through Bartenieff Fundamentals*, New York, Gordon and Breach Science Publishers, p.68 (traduction de B. Lesage, in Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès.

⁸³⁷ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁸³⁸ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁸³⁹ Laban R., 1994, *La Maîtrise du Mouvement*, Actes Sud, Arles. Traduction de Jacqueline Challet-Haas et Marion Bastien.

suis là), peu aussi indiquer une difficulté à créer du volume et à ouvrir la possibilité d'accueillir l'autre. Difficile d'enlacer quand on est cantonné au plan vertical."⁸⁴⁰

Corporellement, Maeva s'érige en se fermant à la relation ou en fusionnant avec autrui, ce qui suggère une carence de différenciation : "(...) elle "colle" physiquement Katia comme pour faire "peau" avec elle."⁸⁴¹

La corrélation entre la variation corporelle et l'évolution de son comportement dans le groupe est manifeste : la gradation du Flux, l'exploration de l'ancrage et du sol, l'enveloppement, l'aident à réduire son angoisse de ne pas avoir de place, de ne pas exister groupalement. En consolidant ses appuis corporels, elle s'ouvre à l'environnement.

Elle module sa relation à l'autre et témoigne d'une progression dans son contact à l'autre qui devient moins invasif et davantage empreint d'attention : "Elle arrive à proposer un contact bienveillant envers autrui, ce qui lui était difficile avant tant sont agitation la débordait et l'amenait à des contacts désagréables et brusques."⁸⁴²

Maeva se figure une place dans le groupe de pairs. Elle se soumet aux attentes de Katia et cherche à son tour à avoir l'aval sur Claire : "Elle se positionne entre ses deux amies, au milieu d'une sororie choisie, de cette manière-là, on peut dire qu'elle est également contenue."⁸⁴³ Progressivement, elle affiche moins de résistances à la groupalité et ne cherche plus à s'en extraire.

La relation transférentielle avec la danse-thérapeute l'invite à l'exploration de registres expressifs plus nuancés qui semblent apaiser ses défenses. La modulation des qualités de mouvement étoffe ses capacités expressives et l'amène à élaborer des capacités d'accordage relationnel plus larges.

Claire entre dans le groupe en adoptant un comportement marginal qui lui confère une place particulière où elle est objet des moqueries des autres adolescentes du groupe, ce que l'on peut entendre comme une manière d'être en relation.

Malgré une forte demande d'être en lien, le contact à l'autre est inadapté, brusque, invasif et fusionnel : "(...) Claire pose ses jambes violemment sur celles des autres membres du groupe jusqu'à faire mal ou bien elle "colle" physiquement ses pieds à ceux des autres."⁸⁴⁴

⁸⁴⁰ Loureiro A, 2021, correspondance privée avec l'autrice de la thèse.

⁸⁴¹ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

⁸⁴² Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

⁸⁴³ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

⁸⁴⁴ Etude de cas de Claire, voir précédemment dans cette thèse, pp.223-231.

La faible représentation des limites de son propre corps rend son rapport à autrui difficile : "Cette difficulté qu'a Claire à s'impliquer dans une relation corporelle adaptée à autrui peut s'expliquer par une conscience affaiblie de son corps. On peut imaginer que le manque de représentation de son propre corps ne lui permet pas d'envisager les autres corps."⁸⁴⁵

Le travail de sensorialité et d'enveloppement contribuent à fonder une enveloppe qui l'aide à affiner sa conscience corporelle. Son rapport à l'autre évolue positivement vers davantage de douceur : "Elle gagne en conscience corporelle et présente des contacts plus appropriés avec elle-même et les autres : elle dépose ses pieds doucement contre le mur, elle se reprend lorsqu'elle est brusquée dans son contact vis-à-vis d'autrui." C'est par l'élaboration de son *Moi-peau* que Claire parvient à se défaire d'une mise en jeu de l'intrusion. En s'individuant, elle explore d'autres manières de se mouvoir, enrichit sa palette expressive et nuance son rapport à autrui et à l'environnement.

Nous observons donc que tout au long de cette recherche, les adolescentes parviennent à accéder à des relations avec autrui plus adaptées au fur et à mesure du renforcement de la représentation interne qu'elles se font de leurs corps. Nous observons un tissage entre une construction interne du corps et sa différenciation avec l'extérieur, l'environnement, autrui : "Le développement du mouvement est un facteur critique pour établir la conscience de soi de l'enfant par rapport aux autres et à l'environnement, et pour mettre en relation ses besoins émotionnels internes et les demandes externes."⁸⁴⁶ L'édification d'un accordage entre soi, ses besoins et l'environnement (stimuli, demandes, impératifs, etc) pose les jalons nécessaires à l'individuation et à l'élaboration des limites.

Dans cette étude, l'évolution positive de la dynamique groupale marque la présence du travail d'accordage. Le groupe, qui pouvait précédemment manifester des comportements violents, s'ancre peu à peu dans la bienveillance. Le refus et l'opposition se muent en participation.

La confiance et le respect entre les jeunes et avec les adultes s'installent. Le niveau sonore s'abaisse, les cris cessent, il n'y a plus besoin de parler fort pour se faire entendre.

Les mouvements sortent de leurs fixations rigides caractérisées par les blocages ou l'excitation pour parvenir à davantage d'apaisement et d'ouverture.

⁸⁴⁵ Etude de cas de Claire, voir précédemment dans cette thèse, pp.223-231.

⁸⁴⁶ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.86.

Suzi Tortora, danse-thérapeute qui a particulièrement oeuvré auprès d'enfants, témoigne de la nécessaire observation du lien que porte l'enfant avec son environnement et autrui : dans la communication non-verbale, maintient-il un lien social ou s'en exclut-il ?⁸⁴⁷

Cette interrogation traverse cette étude puisque l'apparent rejet et les comportements des trois adolescentes peuvent laisser penser qu'elles s'absentent de la relation. Bien qu'elles présentent une opposition au travail danse-thérapeutique au début de l'accompagnement, elles n'en restent pas moins en relation (en témoignent les nombreuses fois où elles mettent à mal le cadre de la séance mais refusent de partir). L'adversité est le mode relationnel qu'elles engagent face à autrui. Nous pouvons donc observer une continuité relationnelle qui se déplace de la contestation à l'entente au cours de la recherche. A contrario d'adolescentes qui refuseraient la relation pour se plonger dans leur monde intérieur, le public de cette étude souffrant de troubles du comportement maintient son engagement relationnel et le travaille.

Ainsi, les adolescentes construisent des capacités d'ajustement aux stimuli externes (manifestés en séance de danse-thérapie par les propositions en mouvement des adultes mais également des jeunes entre elles) ainsi qu'une plus grande adaptabilité : "L'humain est ainsi perçu dans la relation et dans le monde, capable de moduler et d'ajuster sa présence."⁸⁴⁸⁸⁴⁹

Angela Loureiro souligne le parallèle entre la construction corporelle et le concept d'énaction de Francisco Varela.⁸⁵⁰ Le corps se construit conjointement au développement corporel dans son interaction avec l'environnement, comme un réseau qui se renouvelle continuellement,

⁸⁴⁷ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.206.

⁸⁴⁸ Note rapportée de Loureiro A., 2012, p.69 : "Cette conception s'approche de celle du neurobiologiste Francisco Varela (Santiago, 1946 - Paris, 2001), qui propose l'idée d'une interaction circulaire du vivant, qu'il nomme éaction, boucle entre interne et externe qui se consolide par l'expérience, indispensable à une des formes de plasticité du cerveau, celle appelée adaptative ou de modulation. Selon lui, l'organisme et l'environnement se dévoilent mutuellement dans la circularité fondamentale qu'est la vie même. Un organisme vivant autonome construit le monde qui l'entoure, qui lui-même révèle les capacités de construction et d'adaptation de l'organisme. Cf. *L'inscription corporelle de l'esprit*, Ed. Seuil, 1993."

⁸⁴⁹ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.69.

⁸⁵⁰ Varela F., Thompson E., Rosch E., 1993, *L'inscription corporelle de l'esprit, Sciences cognitives et expérience humaine*, Paris, Éditions du Seuil.

une "(...) boucle entre interne et externe qui se consolide par l'expérience, indispensable à une des formes de plasticité du cerveau, celle appelée adaptative et de modulation."⁸⁵¹

Ce système autopoïétique⁸⁵² se lit dans l'évolution corporelle, psychique et relationnelle de chacune des adolescentes de cette étude. Les allers-retours entre ce qu'elles perçoivent de la séance et d'elles-mêmes les aident à élaborer leurs capacités d'accordage relationnel.

La nécessité de leur offrir la sécurité d'un environnement contenant fait écho aux problématiques de violence verbales et physiques auxquelles elles ont été confrontées.

Les qualités de mouvement que ces trois adolescentes donnent à voir sont marquées par l'antériorité de cette violence et nous pourrions envisager une corrélation avec l'investissement particulier des facteurs du Flux et du Poids.

2.1.3 Flux, Poids et problématique de la violence.

Selon Kestenberg, l'observation du Flux paraît pertinente dans l'étude de l'évolution du comportement de l'enfant jusqu'à sa vie d'adulte : la manière dont il s'inscrit dans le facteur Flux détermine sa propre relation au corps. Judith Kestenberg souligne le lien entre la qualité du Flux et le développement du comportement de l'enfant d'après les suivis qu'elle a réalisés auprès de ses patient.e.s de la naissance à l'âge de 11 ans.⁸⁵³ Dans le cas de cette recherche, il s'agit de moduler les qualités de ce facteur fondamental, qui se construit dans les premières années de la vie et qui sert de base à l'élaboration des autres facteurs du mouvement.

Angela Loureiro évoque l'hypothèse d'une relation entre Flux, Poids et problématique de violence : "Le Poids, si lié à la gravité, au repousser, au redressement, à l'affirmation de soi, peut être aussi lié à l'attaque qu'à la défense, à la possibilité de se protéger. Le Flux, fondamentalement lié à la progression du mouvement, à retenir et à lâcher, mais aussi à laisser un coup se porter, à se rigidifier pour se protéger, à s'abandonner ou à se crispier, me semble soulever des problématiques fondamentales."⁸⁵⁴ A ce propos, Benoit Lesage écrit que : "La

⁸⁵¹ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.69.

⁸⁵² "L'autopoïèse est une propriété qu'ont certains systèmes à se construire eux-mêmes, en permanence et du fait de leur interaction avec leur environnement." Le Blanc, B., 2014, Francisco Varela : des systèmes et des boucles. *Hermès, La Revue*, 68, pp.106-107.

⁸⁵³ Kestenberg Amighi J., Loman S., Lewis P., Sossin Mark K., 1999, *The Meaning of Movement - Developmental and Clinical Perspectives of the Kestenberg Movement Profile*, Routledge, New York and London.

⁸⁵⁴ Loureiro A, 2021, correspondance privée avec l'auteurice de la thèse.

peur et la rage se présentent plutôt en flux retenu, alors que l'insouciance, certaines formes de colère, les paniques, se manifestent plutôt en flux libre."⁸⁵⁵

La corrélation avec cette étude réside dans le fait que les trois adolescentes présentant des troubles du comportement et une certaine agressivité, ayant souffert de violence verbale et physique dans leur enfance, s'inscrivent particulièrement dans le Flux puis le Poids.

Chez Claire, l'accès à une gradation du Flux lui permet d'amorcer une relation au Poids tandis que le Temps n'est que la conséquence du Flux et l'Espace reste dans l'ombre. Concernant Maeva, le Flux et le Poids sont les deux facteurs qui évoluent : le Flux condensé se développe, le Poids Lourd se mue en Poids actif. Quant à Katia, elle chemine du Flux condensé au Flux libre et développe le Poids fort. Les variations du Flux et du Poids sont prépondérantes et appuient l'hypothèse avancée par Angela Loureiro qui conférerait la primauté d'une mise en jeu de ces facteurs dans un contexte où l'anamnèse témoigne de violence. L'absence de littérature à ce sujet ne permet pas de développer cette hypothèse.

Pour autant, nous posons là un questionnement qui pourrait faire l'objet d'un développement futur.

Nous concluons ce chapitre en affirmant que la possibilité pour le public de cette étude de ne pas rester figé dans ses habitudes et d'expérimenter de nouveaux rapports au corps indique une disponibilité dialogique entre les sphères psychiques et somatiques. Ici, le travail thérapeutique s'observe davantage par les modifications corporelles du facteur Flux qui témoignent d'une progression des patientes à investir de nouvelles sensations corrélées à des émotions : " Ce qu'il y a de fondamental c'est le passage par l'expérience et par le vécu, pour que la mémoire des intensités et des modulations soit dorénavant accessible."⁸⁵⁶

Les adolescentes de cette recherche acquièrent corporellement de nouvelles capacités qui influent sur leurs manières de penser et de se représenter leurs corps.

Le travail sur l'Effort permet d'améliorer le lien entre corps et esprit : "Il est une composante essentielle du mouvement, conçu dans l'approche labanienne comme un processus en constante modification qui engage la totalité de la personne et qui est au coeur même de

⁸⁵⁵ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.72.

⁸⁵⁶ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, pp.113-114.

l'expérience humaine."⁸⁵⁷ De la modulation du mouvement émerge de nouveaux états de corps qui influent, à leur tour, sur les capacités expressives et le ressenti des adolescentes.

2.2 Déploiement des capacités d'expression des émotions et figuration des sensations : le mouvement, le dessin, les verbatim.

Nous venons de voir que la modification du facteur Flux et plus généralement l'évolution du mouvement des trois adolescentes de cette recherche concourent au développement de leurs capacités physiques, puisqu'elles abordent de nouvelles manières de se mouvoir, mais accroissent également leurs capacités psychiques et relationnelles. En élargissant leur palette expressive corporelle, les adolescentes font l'expérience de nouvelles sensations corrélées à des émotions. Elles développent ainsi leur monde intérieur, personnel, dans l'acte de création. Le vécu de leurs corps se modifie et ouvre à de nouvelles représentations. De cette individuation, naît une plus grande capacité d'accordage relationnel.

Les "signatures" corporelles de chacune des trois adolescentes évoluent au cours de la recherche, en témoigne la modulation du Flux mais également des autres facteurs de l'Effort auxquels il faut ajouter les observations du mouvement pour bénéficier d'une analyse plus complète.

Le terme "signature" renvoie à la définition de la danse-thérapeute Suzi Tortora qui indique que chaque individu a sa propre manière de se mouvoir, sa propre combinaison de facteurs. Les *phantasia* sont rendues visibles puisqu'elles modifient la signature de chaque sujet de cette étude, et montrent ainsi son évolution progressive.

À présent il s'agit d'observer si les *phantasia* permettent une connection aux sensations et développent l'expression des émotions.

Tentons d'abord de définir le terme "sensation". Du latin classique *sentire*, percevoir, la sensation est décrite, selon le dictionnaire Larousse, comme un "Phénomène qui traduit, de façon interne chez un individu, une stimulation d'un de ses organes récepteurs : Les sensations visuelles", ou encore : "Un état psychologique découlant des impressions reçues et à prédominance affective ou physiologique : Une sensation de bien-être."⁸⁵⁸

La sensation se matérialise dans le lien entre corps et psyché : une sensation de tristesse ou de froid par exemple montre que la précision de ce terme évolue dans des sphères différentes

⁸⁵⁷ Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances, p.111.

⁸⁵⁸ Dictionnaire Larousse en ligne : <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/sensation/72091>, consulté le 5/08/2021.

mais liées. La sensation "(...) se réfère au vécu, à l'éprouvé, au ressenti, se dit dans le vague ou la concision, voire ne se dit pas et appelle la métaphore ou la périphrase."⁸⁵⁹ La sensation, de par sa définition plurielle, décrit autant les émergences du corps physiologique que les émotions qui s'y rapportent. Nous pouvons donc observer les sensations provenant autant du schéma corporel que de l'image du corps.

La théorie de l'image inconsciente du corps de Françoise Dolto paraît appropriée pour illustrer l'influence des sensations issues du schéma corporel sur la représentation émotionnelle de l'image du corps, et inversement. Il s'agit d'observer comment les modifications du mouvement observées dans le chapitre précédent travaillent à une amélioration de l'image du corps chez les trois adolescentes de cette étude.

D'après Françoise Dolto, le schéma corporel désigne la construction physiologique du sujet au contact du monde physique : "Nos expériences de notre réalité dépendent de l'intégrité de l'organisme, ou de ses lésions transitoires ou indélébiles, neurologiques, musculaires, osseuses, et aussi de nos sensations physiologiques, viscérales, circulatoires (...)." ⁸⁶⁰ Selon la psychanalyste, le schéma corporel se construit depuis la naissance et est semblable à tous les individus, il est objectivement relatif à l'espèce humaine. L'image du corps, a contrario, est personnelle et étroitement liée à l'histoire du sujet : "L'image du corps est la synthèse vivante de nos expériences émotionnelles : interhumaines, répétitivement vécues à travers les sensations érogènes électives, archaïques ou actuelles."⁸⁶¹

Les adolescentes de cette étude témoignent d'un schéma corporel perturbé qui se manifeste par une organisation corporelle défaillante : difficultés à l'ancrage et à l'équilibre, faiblesse des appuis, gestion tonique passive ou hyperactive, manques de repères dans le temps et l'espace, rigidités du facteur Flux, etc.

Les schéma corporels déséquilibrés gênent la construction d'images du corps saines.

Les adolescentes restent figées dans des représentations du corps archaïques rendues visibles par des agissements régressés. Claire expose le déni de son corps d'adolescente tantôt par une mue en animal, tantôt par des actes de "toute-petite" : "Elle expose son corps d'adolescente

⁸⁵⁹ 2016, « Éditorial. Les sensations et leurs motifs », *Revue française de psychanalyse*, vol. 80, no. 4, pp. 933-936. (Pas d'auteurs.trice.s dans la référence)

⁸⁶⁰ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.18.

⁸⁶¹ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.22.

comme si elle était encore une petite fille, comme un déni de son corps sexué. Claire, au centre du cercle formé par le groupe lors de la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, laisse son tee shirt levé et dévoile ainsi ses seins, ne semblant pas se rendre compte que cette nudité est inadaptée."⁸⁶²

Katia "fait des colères" comme le ferait une enfant : "Le début de l'accompagnement en danse-thérapie est jalonné de ses éclats de colère et de ses grands élans de réparations sous forme d'excuses intimidées. Elle sort et revient dans la salle, violente physiquement les autres jeunes puis s'excuse aussitôt, dit qu'elle a trop mal au ventre pour entrer dans les propositions mais souhaite rester en séance puis rejoint le groupe en dansant en milieu de séance, se gratte une blessure jusqu'au sang, s'énerve et jette le trampoline dans la salle puis revient et s'excuse"⁸⁶³ ou bien "lorsqu'elle boude et qu'elle n'accepte de revenir avec le groupe que si je vais la chercher en lui prenant la main."⁸⁶⁴

Maeva réagit relationnellement comme si elle était encore enfant : "Maeva est âgée de douze ans, c'est une jeune fille dont le comportement fait davantage penser à une petite fille qu'à une pré-adolescente. Elle peut bouder et s'exprimer avec un ton enfantin."⁸⁶⁵

Les régressions se portent également sur le morcellement du corps particulièrement présent chez Maeva, une image du corps non différenciée chez Claire ou bien l'hyper-contrôle du corps chez Katia qui verrouille certaines parties de son corps.

L'organisation "défectueuse" du schéma corporel des trois adolescentes de cette étude réduit leur capacité à "organiser" leurs sensations et occasionne des états sensitifs internes désagréables : stress, agitation, épuisement, tensions, douleurs, lourdeur, fatigue dont elles se plaignent en séance et hors séance. Ces sensations affectent la sphère émotionnelle et se muent en acte. L'exemple de Maeva qui fuit aux toilettes lorsqu'il s'agit d'aborder les sensations tactiles au sol ou bien celui de Katia qui déborde de sensations jusqu'à les manifester par des éclats de violence montrent à quel point les sensations négatives ou le trop-plein de sensations trouvent des issues peu favorables.

Dans le travail amorcé en danse-thérapie, les *phantasia* occasionneraient une réorganisation du schéma corporel en vue de modifier l'image du corps. En se connectant à des sensations

⁸⁶² Etude de cas de Claire, voir précédemment dans cette thèse, pp.223-231.

⁸⁶³ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁸⁶⁴ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁸⁶⁵ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

qui s'extraient de l'habitus, il s'agirait de développer l'expression des émotions afin que celles-ci n'entravent pas les capacités des adolescentes.

Observons comment les voies d'expression proposées dans cette étude facilitent l'émersion des *phantasia*.

La modalité principale utilisée dans cette recherche est celle du mouvement, la médialité est la danse. Jacques Stitelmann précise les différences entre les termes modalités et médialité : "La modalité exprime une orientation existentielle alors que la médialité exprime la matière avec laquelle une action est réalisée"⁸⁶⁶, "La médialité se réfère au médium, c'est-à-dire aux matériaux avec lesquels le patient oeuvre."⁸⁶⁷

Toutes les modalités génèrent une entrée dans le processus de création par le corps, les sens et encore plus particulièrement la modalité du mouvement. Paolo Knill⁸⁶⁸ et Steve Levine⁸⁶⁹ évoquent la force de déploiement expressif des modalités liées au corps et à la sensorialité.

De la modalité du corps émerge des sensations, des images, des émotions qui participent à l'acte de création dans la séance de danse-thérapie.

Jacques Stitelmann décrit la pluralité des formes de la modalité "mouvement" en ce qu'elle représente l'expérience interne et sensorielle du sujet en relation avec la représentation de son corps en mouvement : "La modalité mouvement est multidimensionnelle également. Elle peut se déployer dans la posture corporelle où on éprouve les verticales, horizontales, obliques du positionnement du corps. Dans la cénesthésie, elle peut aussi indiquer les mouvements internes du corps, ses rythmes, ses contractions et détentes, ses élans. Elle ouvre également aux phénomènes du toucher, du contact au monde par la peau. Dans la kinesthésie, elle indique enfin les déplacements du corps dans l'espace, les ajustements des parties, tronc, membres, avant, arrière, haut, bas,..."⁸⁷⁰

Afin de rendre compte des *phantasia*, qui émergent plus spécifiquement au travers de la modalité du mouvement en danse-thérapie, il nous faut traduire par les mots, ce qui

⁸⁶⁶ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.53.

⁸⁶⁷ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.26.

⁸⁶⁸ Knill P. et al., 2005, *Principles and Practice of Expressive Arts Therapy*, London, Jessica Kingsley.

⁸⁶⁹ Levine S. Et al., 1999, *Foundations of expressive Arts Therapy*, London, Jessica Kingsley.

⁸⁷⁰ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.43.

s'expérimente dans ce corps. La difficulté de trouver un langage pour parler des sensations corporelles est notoire, aussi ce travail s'appuie sur ce qui émane du corps et se transforme.

Comme l'explique parfaitement Catherine Potel, les transformations du corps sont le visible, la "voix de passage" d'une évolution psycho-corporelle : "Ce qui se traduit en mots, ce sont les effets, les éprouvés, les émotions, les ressentis. Pour ne pas nous engager dans l'impasse d'un descriptif laborieux des phénomènes corporels, il nous faut donc trouver des voies de passage. L'une de ces voies – et c'est celle que je vais emprunter – est de mettre l'accent sur la transformation que subissent ces sensations, ressentis, éprouvés, ces diverses manifestations et expressions corporelles qui se jouent et s'éprouvent dans nos médiations. C'est ce processus de transformation et d'intégration des vécus corporels, parfois entravé par la glaciation, le retrait, la régression, qu'il m'a semblé important de dégager."⁸⁷¹ C'est dans ce registre de l'éprouvé que nous nous penchons pour observer les transformations induites par les *phantasia* sur le plan corporel.

Chez chacune des adolescentes de cette étude, les transformations permettent une connection plus large aux sensations. Le contact et l'enveloppement génèrent une sensation d'apaisement chez Maeva qu'elle exprime verbalement : "Le contact avec l'objet médiateur (balle, foulard) lui permet de se détendre, elle verbalise que "ça lui fait trop de bien."⁸⁷² Son corps cesse d'être en proie à l'agitation, se dépose au sol et les traits de son visage se détendent. La parole ne se déverse plus en flot ininterrompu. L'accalmie est complète puisqu'elle se manifeste autant sur le plan physique que psychique. Dans ce temps où la quiétude s'installe, Maeva parvient à exprimer qu'elle éprouve une sensation de plaisir, ce qui est rare chez elle qui communique habituellement dans le registre de la plainte.

Les expériences d'enveloppement permettent à Maeva d'accéder à l'apaisement et au plaisir, ce qui lui est quotidiennement difficile tant elle semble harassée par la tension. L'état corporel qu'elle perçoit lorsqu'elle est enveloppée l'amènerait à ressentir des sensations qu'elle n'a pas ou peu l'habitude d'éprouver. La réorganisation du schéma corporel procède de ces sensations nouvellement perçues : "Le travail de bercement dans les draps l'apaise, elle ne parle plus,

⁸⁷¹ Potel, C., 2006, Introduction, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 13-19.

⁸⁷² Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

son corps est détendu, sa respiration devient profonde. Lorsqu'elle sort du drap, ses appuis sont davantage stables : elle se repousse avec ses mains sans déséquilibres."⁸⁷³

En accédant à cette réorganisation du schéma corporel, Maeva construit une représentation du corps un peu différente : elle sait qu'elle est capable de s'apaiser. Cet apport convoque une sensation de détente qu'elle verbalise et qui l'amène à explorer d'autres états de corps et manières de se mouvoir : "(...) ce *Moi-peau* ravivé paraît l'aider à construire ses appuis. De cette manière, elle semble assez enveloppée pour explorer le repoussé du sol."⁸⁷⁴

En déverrouillant des zones du corps auparavant bloquées, Katia accède à une image de son corps plus "sexualisée" : "Dans cette exploration du bassin, des hanches, de la poitrine, une certaine féminité émerge à travers ses mouvements"⁸⁷⁵. Nous pouvons imaginer qu'une foule de sensations procède d'un déverrouillage d'une partie du corps, qui plus est si cette transformation s'opère sur une partie du corps hautement symbolique. Les mouvements ondulés du bassin que Katia réalise nouvellement l'enjoignent à se déployer dans un registre de mouvement sensuel auparavant absent de sa palette expressive.

Katia explore également la sensation de relâchement corporel et semble en dégager une émotion de surprise et de joie manifestée par le rire. Dans cet exemple, la sensation de relâchement induit une expression émotionnelle. C'est à partir de ce moment-là, que Katia laisse la spontanéité guider davantage ses mouvements et réorganise ainsi son schéma corporel : "Lors d'une séance où nous expérimentons une proposition d'expression primitive nommée "Le combat des cheffes", qui suscite un jeu de questions / réponses entre deux tribus en alliant voix et mouvement dansé, Katia propose, pour la première fois, un mouvement soudain qui la fait sortir de son registre de contrôle habituel. Elle saute avec un rire qui émerge à ce moment-là, ce qui semble la surprendre autant que nous, comme un jeu d'enfant."⁸⁷⁶

Dans le cas de Claire, nous voyons combien le travail de contenance, et particulièrement l'enveloppement, l'amène à ressentir davantage son corps, à ancrer corporellement des sensations relatives à la différenciation et aux limites. Son évolution corporelle, la nuance de l'alternance du Flux, l'inscription dans le Poids transforment l'image qu'elle se représente de son corps puisque d'une posture animale, elle se métamorphose en adolescente.

⁸⁷³ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

⁸⁷⁴ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247

⁸⁷⁵ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁸⁷⁶ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

La boucle réflexive perception - sensations - émotions - réintégration corporelle montre comment chez chaque adolescente des sensations émergent issues des mouvements.

La possible réorganisation du schéma corporel permet de modifier les sensations de l'image du corps et amène des nouveaux modes de sentir. La connection aux sensations est davantage visible par le biais de la modulation du mouvement que par la retranscription verbale du vécu. Comme expliqué auparavant, le public de cette recherche présente des difficultés à la verbalisation de son propre vécu, à l'introspection.

Dans cette étude, l'exploration des registres des sensations et des émotions est rendue visible par l'évolution du mouvement et du corps des trois adolescentes. C'est par la dynamique corporelle que chacune développe une connection aux sensations, aux ressentis et plus globalement à la sphère émotionnelle : "L'être humain utilise des signifiants formels, c'est-à-dire des signifiants exprimés sans le langage verbal, dans d'autres modalités expressives et dotés de qualités propres aux vécus archaïques, qui apparaissent en des temps préalables à l'acquisition du langage verbal."⁸⁷⁷

Françoise Dolto lie l'expérience d'une construction de l'image du corps avec le schéma corporel dans l'élaboration du narcissisme primaire.⁸⁷⁸ Le travail de différenciation, de la limite entre intériorité et environnement extérieur est un axe majeur de l'élaboration narcissique de ces trois adolescentes. C'est en affinant sa conscience corporelle que Claire ne se heurte plus aux autres ou aux limites de l'espace et situe son propre espace corporel, sa kinesphère.

De même, Katia construit ses appuis, ce qui lui permet de s'ériger et de gagner en assurance pour pouvoir s'exprimer personnellement en mouvement.

Enfin, l'agitation de Maeva se réduit lorsqu'elle se sent davantage contenue corporellement, et qu'elle affine sa conscience corporelle et ses limites.

Comme nous l'avons vu précédemment, les modifications corporelles admettent l'expérimentation de nouvelles manières de se mouvoir et donc de vivre son corps. L'expérience physiologique et expressive se module, l'adolescente parvient à sortir des fixations corporelles de son habitus et ce faisant, elle module la représentation qu'elle se fait de son propre corps.

⁸⁷⁷ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.88.

⁸⁷⁸ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.262.

Dans le travail amorcé en danse-thérapie, les *phantasia* occasionnent une réorganisation du schéma corporel en vue de modifier l'image du corps. En se connectant à des sensations et des affects vécus qui s'extraient de l'habitus, il s'agit de développer l'expression des émotions afin que celles-ci n'entravent pas les capacités des adolescentes.

Outre le travail d'expression des émotions et de figuration des sensations par le mouvement avec la danse, d'autres modalités sont considérées dans cette étude : l'image avec les dessins et le mot avec les verbatim.

2.2.1 Des émergences qui voyagent d'une modalité à l'autre : le mouvement, sa trace dans le dessin, son écho verbal.

Nous pouvons supposer que l'émersion des *phantasia* à travers la modalité de l'image figure des sensations et des émotions éprouvées premièrement dans l'espace corporel. Le corps met en mouvement la pensée, les émotions, les problématiques non dicibles. La trace qu'offre le dessin permettrait de figurer cette mise en mouvement, la prolongerait, et inversement l'élaboration graphique se re-déplierait dans le corps au travers du mouvement .

La modalité du mouvement porté par le corps est soumis à l'éphémérité alors que la modalité de l'image s'inscrit dans une durabilité : "Chez le peintre ou le sculpteur, le corps est aussi à l'œuvre dans les prolongements qu'il trouve dans le pinceau, la peinture, la terre, la pierre, la toile, mais les instruments, les matières, les surfaces offrent une plus grande possibilité de mise à distance et de projection. Le danseur, lui, n'a pas cette garantie. Son corps est sa matière et son instrument tout à la fois. C'est avec lui qu'il va dessiner, donner forme à l'espace, habiter les silences et les pleins. Il lui faut un certain rapport narcissique à son corps pour s'engager dans cette matière si brûlante."⁸⁷⁹ Il s'agit de porter son attention sur la trace du corps qui s'élançe pour se poursuivre dans une autre modalité telle que celle de l'image dans les productions graphiques des adolescentes de cette étude.

Nous pouvons observer la présence d'une continuité du contact amorcé en mouvement entre Claire et Maeva dans la modalité image puisque leurs dessins figurent cette relation : "Dans ce dessin Maeva note d'ailleurs le prénom de Claire qu'elle affiche ainsi comme "amie".

Cela s'avère marquant au vu de leur relation qui va progressivement se tisser jusqu'à ce qu'elles échangent dans le mouvement par le contact : elles se blottissent l'une contre l'autre,

⁸⁷⁹ Potel, C., 2006, 10. Tout au fond de nous, il y a un petit être qui danse, dans : Potel, C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*. Toulouse, France: Érès, pp. 125-144.

se touchent, dansent en miroir pendant la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique."⁸⁸⁰

La corrélation entre dessin, verbatim et journal de bord renvoie à l'essentialité d'une transmodalité mouvement-trace. En effet, des échos sont observés entre les mouvements réalisés en séance de danse-thérapie par les adolescentes de cette étude et les formes qu'elles figurent sur leurs dessins : "D'autre part, Maeva présente dans son dessin des lignes arrondies, des courbes. Dans le rituel de fin de cette même séance (16/04/2019) elle présente un mouvement arrondi, courbé qui fait écho à la trace qu'elle vient d'inscrire sur sa feuille, elle qui affiche habituellement des mouvements anguleux et soudains : "*Dans le rituel de fin, le mouvement est une courbe réalisée avec fluidité et douceur.*" (Journal de bord)."⁸⁸¹

Il serait vain de dire que c'est le mouvement qui se poursuit dans la trace ou bien la trace qui continue le mouvement. Ce qui semble fondamental est la résonance entre ces deux médiums qui agissent comme transpositeurs d'un dire, d'une émotion, de sensations.

L'attrait particulier de cet écho, qui s'opère du mouvement du corps au mouvement de la main qui dessine ou écrit, est qu'il présente une similarité de contenu. En effet, les courbes prédominent autant graphiquement que lors du mouvement : "Lors de la séance du 4/06/2019, Katia présente deux dessins dont l'un figurant deux formes spiralées collées l'une l'autre.

Ce dessin fait suite à une séance où Katia "*propose de nombreuses roulades et glissades au sol*" (voir journal de bord du 4/06/2029). Il est envisageable d'interpréter un lien entre ces formes circulaires qui se retrouvent dans le mouvement et le dessin."⁸⁸²

La forme circulaire est un motif régulier qui s'incarne du corps à la page blanche du dessin : enroulements, courbes du dessin/mouvements arrondis, roulades/dessins aux formes circulaires. La forme du cercle traverse les médiations et s'incarne dans l'expressivité, dans le mouvement autant que dans sa trace.

Après avoir étudié les résonances du mouvement dans la modalité de l'image, nous nous penchons à présent sur l'émergence des *phantasia* et leurs bénéfices thérapeutiques que sont la connexion aux sensations et le développement de l'expression des émotions depuis la modalité

⁸⁸⁰ 4.4 Synthèse des résultats à partir de la corrélation des dessins, des verbatim et du journal de bord, p.284-287.

⁸⁸¹ 4.4 Synthèse des résultats à partir de la corrélation des dessins, des verbatim et du journal de bord, p.284-287.

⁸⁸² 4.4 Synthèse des résultats à partir de la corrélation des dessins, des verbatim et du journal de bord, p.284-287.

de l'image en elle-même sans lien apparent avec le mouvement. Comment la modalité de l'image génère des sensations et une empreinte émotionnelle ?

Dans les dessins de Maeva, il est souvent question d'une figuration affective : "Le motif du coeur est représenté dans tous ses dessins : la thématique du lien amoureux rompu revient souvent avec la figuration de coeurs brisés (2/04/2019, 9/04/2019), les liens amicaux sont représentés avec des coeurs pleins et/ou des sourires (28/05/2019, 16/04/2019, 4/06/2019)."⁸⁸³ Elle se sert également de l'image pour symboliser ce qui la perturbe émotionnellement comme dans le dessin où elle représente la scarification de deux de ses camarades de l'ITEP. Elle y exprime sa tristesse qu'elle figure avec le dessin de son visage en larmes.⁸⁸⁴

Katia se sert du dessin pour figurer ses peurs, celle de vieillir, d'avoir 16 ans⁸⁸⁵ mais aussi la tristesse d'être éloignée de son père.⁸⁸⁶ Dans la plupart de ses dessins, le symbole du coeur est présent, renvoyant ainsi un à une symbolique émotionnelle : le coeur, c'est l'affect.

Les trois adolescentes de cette étude ne s'expriment pas graphiquement dans un registre abstrait mais se servent de la médialité du dessin pour partager leurs émotions et sensations : "Les dessins des jeunes filles ne représentent pas pour la plupart des abstractions mais une volonté réelle de raconter quelque chose."⁸⁸⁷ Elles ne dessinent jamais leurs familles mais les mentionnent parfois dans les verbatim : "Claire parle de son grand-père ivre à travers le mot "bouré", Katia verbalise que son père lui manque en dessinant un drapeau espagnol, etc."⁸⁸⁸

La consigne "Si mon corps pouvait parler, il dirait...", qui leur est répétée avant chaque temps de dessin, conditionne la production graphique même si la phrase est évasive. Comme écrit précédemment dans cette étude, l'utilisation des termes "parler", "dirait", peut induire le passage à l'écrit et la conséquence d'une production de mots ou de phrases.

Notons que pratiquement la totalité des dessins dispose d'un titre ou de mots explicatifs : "Donner un titre, c'est faire passer la forme graphique dans le registre du langage verbal, c'est la définir comme entité propre, c'est l'identifier et lui donner une certaine stabilité d'être, c'est

⁸⁸³ 4.4 Synthèse des résultats à partir de la corrélation des dessins, des verbatim et du journal de bord, p.284-287.

⁸⁸⁴ dessin daté du 25/06/2019.

⁸⁸⁵ dessin daté du 2/04/2019

⁸⁸⁶ dessin du 9/04/2019

⁸⁸⁷ 4.2 Synthèse et analyse des résultats à partir des dessins, Analyse des dessins, pp. 281-283.

⁸⁸⁸ 4.2 Synthèse et analyse des résultats à partir des dessins, Analyse des dessins, pp. 281-283.

encore lui enlever une partie de ses possibles. C'est aussi prendre distance d'avec la forme sensible après avoir été impliqué.e très intimement. La modalité expressive verbale est ajoutée à celle de l'image, et le mot, par sa puissance réflexive, permet de trier, séparer, différencier et nommer un aspect essentiel de l'oeuvre et du processus vécu jusque-là."⁸⁸⁹ Les trois adolescentes de cette étude ont toutes apposé un titre sur un ou plusieurs dessins de manière spontanée, sans que cette éventualité leur soit suggérée.

Il y a naturellement ce besoin de convoquer la modalité du mot pour étayer leurs productions graphiques. Claire titre la quasi-totalité de ces dessins, suivie de près par Maeva puis Katia. Nommer son oeuvre renvoie à la faire exister symboliquement : "(...) c'est déjà introduire au sein d'une multiplicité sensorielle variable à l'infini, un premier facteur de constance."⁸⁹⁰

À chaque séance, les adolescentes interprètent leurs dessins. La modalité du mot rejoint alors celle de l'image et offre une symbolisation plurielle des sensations et émotions des adolescentes. Dans les verbatim qui suivent le temps de dessin, les adolescentes commentent tout autant leur production graphique que le titre qu'elle leur donne.

La modalité du mot, tout comme la modalité de l'image, soutient l'élaboration verbale.

Katia nous "raconte" son corps lors d'un dessin qui montre sa cheville⁸⁹¹ et dont elle se sert pour exprimer d'anciennes blessures (fracture, entorse). Dans un autre dessin daté du 21/05/2019, elle écrit qu'elle se sent enfermée dans son corps, nous partageant ainsi son émotion et ses sensations relatives à ce corps qu'elle verrouille à outrance.

Les trois adolescentes de cette étude font le choix de verbaliser leurs productions graphiques à chaque séance. Il n'y a pas une seule séance où elles n'entrent pas dans cette démarche réflexive qu'est le récit du dessin : "Malgré leurs difficultés d'expression singulières, toutes trois insistent pour parler de leurs dessins et les partager au groupe. Ce n'est jamais arrivé qu'une jeune ne souhaite pas montrer son dessin ou ne veuille pas s'exprimer à son propos."⁸⁹²

⁸⁸⁹ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.80.

⁸⁹⁰ Sami-Ali M., 1984, *Corps réel, corps imaginaire*, Collection Psychismes dirigée par Didier Anzieu, Dunod, Paris, p.64.

⁸⁹¹ Dessin daté du 25/06/2019.

⁸⁹² 4.3 Synthèse et analyse des résultats à partir des verbatim, *Analyse des verbatim*, pp.283-284.

Cet "écart réflexif"⁸⁹³ donne à voir ce qui se joue d'essentiel dans le processus de création pour chacune d'elles.

Ce qu'elles nomment, c'est ce qu'elles mettent au travail en séance et qui figure où elles se situent dans ce travail thérapeutique et esthétique. Pour aller plus loin il aurait pu être intéressant de proposer aux adolescentes une mise en mouvement suite aux élaborations graphiques et verbales, de manière à former une "boucle" (mouvement-image-mot-mouvement). Cependant, nous pouvons supposer que la réintégration en mouvement se poursuit dans les séances suivantes.

La parole qui émerge du dialogue "médiatisé" permet de modifier l'image du corps, de se représenter à l'orée du travail de thérapie dans une relation, un cadre et une expérience corporelle différente du quotidien. Chez Françoise Dolto, c'est par la parole que l'enfant construit son image du corps : "C'est par la parole que des désirs révolus ont pu s'organiser en image du corps, que des souvenirs passés ont pu affecter des zones du schéma corporel, devenues de ce fait zones érogènes, alors même que l'objet du désir n'est plus là."⁸⁹⁴

On pourrait donc avancer que la parole construit, et permet également de déconstruire, les failles d'une précédente édification en vue de renouveler et solidifier des bases pour l'image du corps. Les trois adolescentes s'appuient sur le langage verbal mais uniquement dans sa dimension imaginaire avec le support du dessin. Par contre, il est particulièrement visible que lorsqu'il s'agit d'arborer un langage verbal qui ne s'ancre pas dans l'acte de création, comme c'est le cas dans les entretiens, elles éprouvent de grandes difficultés. Il faut que le cheminement soit inconscient, donc détourné, pour que ces adolescentes expriment leurs émotions et figurent les sensations qui les traversent.

Marion Milner évoque la distinction entre une pensée qui relève de l'imaginaire, de la création, du rêve et la pensée rationnelle⁸⁹⁵. Selon elle, la pensée en image soutient "(...) les processus les plus archaïques de la psyché, l'inconscient et le préconscient."⁸⁹⁶

Françoise Dolto écrit que l'image du corps est inconsciente et qu'elle peut devenir préconsciente notamment lors d'associations verbales utilisant la métaphore et la métonymie

⁸⁹³ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.87.

⁸⁹⁴ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.41.

⁸⁹⁵ Milner M., 1957, *On not being able to paint*, London, Heinemann Educational Book.

⁸⁹⁶ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.23.

pour symboliser l'image du corps.⁸⁹⁷ Il serait envisageable, dans le discours des jeunes filles à propos de leurs dessins, qu'un glissement de l'inconscient au pré-conscient puisse s'opérer, rendant ces adolescentes davantage maîtresses d'une construction et d'une évolution de leurs représentations du corps. L'associativité qui voyage du mouvement au dessin puis vers la parole favorise la connection aux sensations et surtout à la verbalisation émotionnelle qu'elle amène.

Afin de garantir les conditions nécessaires à ces émergences, il est primordial de ne pas interférer dans le processus introspectif. En tant que danse-thérapeute, je me suis gardée d'interpréter les productions en mouvement ou graphiques des adolescentes. En cela, l'étude s'axe autour du vécu partagé des adolescentes et non de l'analyse que j'en fais. Cette position renvoie à la démarche phénoménologique qui établit un discours en première personne et rappelle la posture non-invasive de Françoise Dolto "(...) l'important (...) c'est qu'il (*l'enfant*) apporte lui-même les données de l'interprétation par ce qu'il dit de ses dessins fantasmagoriques."⁸⁹⁸

Le dessin est venu soutenir une élaboration des émergences qui se communiquent d'après le sujet qui en fait l'expérience : "Ces exemples ont l'intérêt de nous montrer comment dans toute composition libre, se représente, se dit, l'image du corps : les associations que fournit l'enfant venant y actualiser l'articulation conflictuelle des trois instances de l'appareil psychique. (...). Car c'est lui qui en arrive à se saisir lui-même comme le lieu de contradictions inhibitrices pour la puissance mentale, affective, sociale et sexuelle de son âge. Qu'on le comprenne bien : l'image du corps n'est pas l'image qui est dessinée là, ou représentée dans le modelage ; elle a à se révéler par le dialogue analytique avec l'enfant."⁸⁹⁹ Ce n'est donc pas un discours analytique posé sur une production qui est observé mais le temps de verbatim où la jeune adolescente associe librement depuis son dessin.

F. Dolto, en tant que psychanalyste, utilise le dessin comme une matière à analyse. Elle écrit à propos des productions des enfants qu'elle accompagne : "Ses dessins et ses modelages sont destinés à être parlés, ils sont dans le transfert, comme le sont pour la technique psychanalytique des adultes les rêves, fantasmes et libre association."⁹⁰⁰ Alors que chez

⁸⁹⁷ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.23.

⁸⁹⁸ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.9.

⁸⁹⁹ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.16.

⁹⁰⁰ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.27.

Jacques Stitelmann ou Jean-Pierre Klein, tous deux profondément ancrés dans la profession d'art-thérapeute, le dessin comme médialité représente en lui-même le propos de la thérapie sans qu'il n'y ait nécessité pour le thérapeute de venir lui apposer une interprétation.

Au contraire, cette intervention du thérapeute qui se pose comme analyste de l'oeuvre des patient.e.s concourrait à appauvrir le processus thérapeutique et créatif, et dans notre étude, l'émergence des *phantasia* : "C'est donc d'abord dans le déploiement et la transformation des formes qu'est réalisée la thérapie et non pas dans la compréhension d'un sens symbolique porté par les formes."⁹⁰¹

Jacques Stitelmann explique que plutôt qu'opérer un cheminement rétrospectif "(...) qui conduit à comprendre la psyché du créateur à partir de son oeuvre."⁹⁰², la démarche projective, qui suit l'évolution du sujet dans le processus de création et le cadre de la thérapie, présente une efficacité thérapeutique agissante. L'attachement à ce qu'on appelle communément en art-thérapie et dans la psychologie humaniste ou encore la psychosynthèse, la part "saine" du patient pour fonder le processus de symbolisation et de transformation, concourt à se pencher sur les formes esthétiques qui génèrent des états de vitalité chez le sujet.⁹⁰³ En éveillant cet état "vital", nous offrons la possibilité d'une expression des émotions et d'une connection aux sensations. La forme de l'oeuvre esthétique permet au thérapeute de se décentrer du sujet pour aborder le processus thérapeutique depuis la forme. L'accompagnement s'érige sur les qualités évolutives de la forme pour déployer les capacités du sujet⁹⁰⁴ : "L'oeuvre et ses processus sont alors des sortes d'éclaireurs existentiels du patient et de ses potentiels et désirs. S'occuper de l'oeuvre et de son déploiement c'est soutenir l'expérimentation du patient tel qu'il est en train de devenir."⁹⁰⁵

Il s'agit de prendre soin des formes, de l'oeuvre en elle-même, sans jugement ni interprétation, pour ne pas intruser le processus thérapeutique du patient : "Knill et Levine soulignent l'utilité méthodologique de protéger soigneusement les formes artistiques faites en situation

⁹⁰¹ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.86.

⁹⁰² Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.75.

⁹⁰³ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.87.

⁹⁰⁴ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.87.

⁹⁰⁵ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.91.

thérapeutique sans les interpréter psychologiquement lorsqu'elles sont en formation, et parfois même dans les temps de parole, ultérieurs aux temps de création."⁹⁰⁶

Le positionnement de l'art-thérapeute, et plus spécifiquement ici de la danse-thérapeute, préconise l'accompagnement des formes émergent dans le mouvement, l'image et le mot.

Le cadre soutenant et non-interprétatif pose les conditions essentielles d'une émergence des *phantasia*, qui à leur tour, génèrent un déploiement expressif. Les différentes modalités se nourrissent pour asseoir une traversée du sujet et son évolution expressive.

La transformation des formes vise à une transformation de l'être : "Ce qui nous intéresse ici ce n'est pas de considérer l'oeuvre seule, ni le médium, ni le matériel psychique, mais l'entier complexe de la situation, le processus de son advenue, le fait qu'elle advient et sa manière d'advenir ; (...)"⁹⁰⁷, ce que Jacques Stitelmann nomme le *working* pour désigner le processus en train de se faire, d'où l'emploi de la forme progressive. La réflexivité d'une forme à l'autre prend sens au travers de ce processus et invite le sujet à poursuivre l'expérience d'une mise en forme dans l'acte créateur.

Il y a donc une réelle réflexion à engager sur la manière dont est conduit un processus danse-thérapeutique : les questions du cadre, du dispositif, des modalités complémentaires envisagées si besoin, de la relation thérapeutique, du choix de la groupalité ou de l'accompagnement individuel ainsi que de l'émotion esthétique, conditionnent le *working* : "Le *working* représente le mouvement de formation et de transformation des formes, des humains et de la matière conviée au processus."⁹⁰⁸

C'est en s'immergeant dans le processus de création que le sujet se transforme. On le voit chez les trois adolescentes de cette étude qui dès lors qu'elles expérimentent le processus de création, parviennent à s'exprimer personnellement et approchent d'autres formes d'expression et de symbolisation en relation avec l'environnement : "La modalité, en tant que concept phénoménologique, " (...) s'attache à sentir et comprendre la rencontre avec le monde (...)." ⁹⁰⁹

⁹⁰⁶ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.96.

⁹⁰⁷ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.22.

⁹⁰⁸ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.22.

⁹⁰⁹ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.27.

C'est dans cet entrelac entre le monde et le sujet que la modalité se déploie, ainsi on peut évoquer le lien avec le concept d'espace transitionnel de D.W.Winnicott qui définit "(...) l'aire intermédiaire qui se situe entre le subjectif et ce qui est objectivement perçu"⁹¹⁰ ou encore la référence à la théorie du chiasme merleau-pontyen qui entend un entremêlement du corps et du monde.⁹¹¹

La trans-modalité dont le préfixe *-trans* signale l'idée du changement, désigne un déplacement entre la pluralité des modalités proposées. La transmodalité favorise l'émergence des *phantasia* qui voyagent dans l'éveil des mouvements inconscients, des images et des mots. Dans cette recherche, nous faisons l'observation d'un dialogue entre les diverses modalités.

Maeva lie la modalité du mouvement à celle de l'image suggérée par la danse-thérapeute (ici, l'image du repousser) qu'elle associe ensuite au mot : "L'action de repousser dans le mouvement semble l'amener à symboliser. Lorsque je propose l'image de repousser "Tout ce que l'on ne veut pas", elle appuie fortement des deux mains en l'air et s'écrie : "Je repousse ma mère !"⁹¹²

L'exemple de Maeva, qui parvient à exprimer ses émotions au fur et à mesure de l'accompagnement, nous renseigne sur l'effet thérapeutique d'une édification de l'image du corps basée sur l'enchevêtrement des modalités : "A la fin d'une séance, lorsque le groupe cesse de danser, elle se positionne au centre du cercle formé par le groupe et s'exclame : "Je veux danser moi, encore !"⁹¹³ alors elle nous présente une petite danse de fin."⁹¹⁴ Elle parvient également à verbaliser lorsqu'elle se retrouve en difficulté notamment dans le passage du sol ou au lieu de prendre la fuite, elle nous communique sa gêne et repart ensuite dans le mouvement.

Katia utilise la modalité du mot pour exprimer son émotion après avoir dansé : "Suite à un temps de pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique où elle donne à voir un corps retenu, des jambes en hypertension comme deux bâtons, Katia déclare : "Je me sens enfermée dans mon corps."⁹¹⁵

⁹¹⁰ Winnicott D. W., 1971 (1975 édition française), *Jeu et réalité, l'espace potentiel*, Gallimard, Folio essais, p.31.

⁹¹¹ Merleau-Ponty M., 1945, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard.

⁹¹² Séance du 14 mai 2019, 23ème séance. Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

⁹¹³ Séance du 14 mai 2019, 23ème séance.

⁹¹⁴ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

⁹¹⁵ Séance du 19/02/2019.

Elle s'appuie également sur la modalité de l'image pour verbaliser ce qu'elle ressent : "De cette manière, la symbolisation de ses émotions a pu émerger en fin d'accompagnement, lors des dernières séances où elle se "laisser aller" à la danse et à la parole."⁹¹⁶ Elle s'appuie sur le temps de dessin pour prolonger ce temps d'expression en mouvement par la verbalisation. Elle est très loquace, présente un discours abstrait et philosophique lorsqu'elle commente ses traces dessinées : "On marche, on vit, on danse", "Les gestes, ça peut faire penser à des choses qu'on ne peut pas savoir."^{917 918}

Nous constatons également combien le contact, qui relève de la modalité du mouvement, procure des sensations relatives au plaisir que Claire verbalise aussitôt : "Ses mouvements en direction d'elle-même et des autres sont marqués par davantage d'écoute et de douceur. Lors d'un contact groupal avec les mains, elle glisse ses mains sous celles de l'éducatrice et moi-même et s'exclame "Ah ça, c'est la belle vie !" Avoir ses mains contenues sous celles d'une adulte, c'est la "belle vie" pour Claire !"⁹¹⁹

Il serait envisageable de supposer que l'essentiel perdure d'une modalité à l'autre et que s'effacent les éléments de plus faible importance : le discours expressif se précise dans le passage de la modalité du mouvement à l'image puis au mot. Par conséquent, la richesse réside dans le choix d'un processus transmodal qui soutient la symbolisation et l'élaboration des émergences : "Des éléments essentiels vont pouvoir être alors soulignés et des éléments mineurs vont disparaître. Le processus créateur est donc poussé plus loin dans ce nouveau saut intermodal."⁹²⁰

Benoit Lesage rappelle que l'être humain dispose de plusieurs canaux sensoriels et que le passage d'une modalité à l'autre est constant : "Nous faisons couramment l'expérience de la transmodalité : la forme et le mouvement d'un nuage nous plongent dans une rêverie et nous ramènent à un souvenir qui semble avoir la même forme et la même dynamique (...)."⁹²¹

La physiologie et les neurosciences confirment la présence du dialogue transmodal : les neurones sont intermodaux puisqu'ils proviennent de différentes sources sensorielles et ne

⁹¹⁶ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁹¹⁷ Séance du 16/04/19, 21ème séance.

⁹¹⁸ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁹¹⁹ Etude de cas de Claire, voir précédemment dans cette thèse, pp.223-231.

⁹²⁰ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.81.

⁹²¹ Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès, p.216.

sont pas réduits à une seule modalité.⁹²² L'appréhension du monde interne (le corps) et externe (l'environnement) se construit dans cette communication sensorielle intermodale continue et rappelle de nouveau le concept de chair merleau-pontyen qui figure une communication entre corps et monde.

En considérant le dialogue entre les diverses modalités, nous engageons un travail fécond puisque nous permettons de créer de l'espace pour les émergences, pour accueillir les transformations. Les *phantasia* bénéficient de la transmodalité pour générer des sensations et des émotions nouvelles ou inhabituelles. Dans le cadre de cette étude, les *phantasia* opèrent dans le cadre particulier qu'est celui de la danse-thérapie. Les émergences naissent au sein du groupe, dans la relation à autrui. Il serait donc essentiel de considérer la dynamique transférentielle où les *phantasia* se déploient chez le sujet en relation.

2.2.2 Dynamique transférentielle : la médialité comme support de la relation. Les émergences favorisent l'expression à autrui.

Sans le support d'une médialité, il est très difficile pour ces adolescentes de s'exprimer face à l'adulte. En témoigne les entretiens où le mutisme s'allie de concert avec l'opposition.

Le support du dessin est une médiation, cette fonction du média entre soi et autrui permet d'entrer dans une communication langagière sans pour autant établir un dialogue en face-à-face qui s'avère trop confrontant pour ce public. Nous rejoignons ici la théorie de la stratégie du détour de J.P Klein ou la notion de décentrement de Paolo Knill qui invite à ne pas confronter directement le symptôme. En cela la médialité est un outil qui permet le décentrement de soi pour parvenir à une symbolisation. Cette stratégie du détour est cruciale dans l'accompagnement de certains publics, comme les adolescentes souffrant de troubles du comportement de cette étude.

De nombreux psychologues et psychanalystes envisagent le dessin comme médium à l'analyse. En revanche, D.W. Winnicott propose le jeu du *squiggle* comme un moyen de construire la relation entre l'enfant et le thérapeute, et non pas tel un support de diagnostic : "Winnicott se méfiait de l'usage diagnostique que pourraient faire certains professionnels des productions picturales issues du jeu de *squiggle*, c'est-à-dire d'une lecture des symboles

⁹²² Stern D.N, 2010, *Les formes de vitalité*, Paris, Odile jacob, p.49.

présents dans les dessins qui soit orientée sur la pathologie de l'enfant alors qu'il s'intéressait principalement à la puissance relationnelle et transformatrice de l'activité graphique."⁹²³

Avec le jeu du *squiggle*, D.W. Winnicott dialogue dans un registre imagé qui crée une situation de proximité avec l'enfant. Il s'efface de la "langue" du psychothérapeute pour investir l'imaginaire. Dans cette recherche, la consigne "Si mon corps pouvait parler, il dirait..." présentée comme introduction au dessin, emprunte à la langue des images pour susciter un déploiement créatif et aménager un dispositif relationnel ludique et accessible.

Le dessin agit ici comme support de l'alliance thérapeutique : "Plus encore, comme l'a très bien exprimé plus récemment Antonino Ferro⁹²⁴, dans le dessin, ce n'est pas seulement le dessin, élément graphique, qui est la forme qui se développe dans la création, mais le champ relationnel patient-thérapeute lui-même. La relation s'exprime dans le dessin et se transforme au travers du processus d'expression."⁹²⁵

Un point essentiel de la symbolisation se déroule dans la relation transférentielle. En s'exprimant à un autre-que-soi, le sujet associe librement : "Tout dessin, toute représentation du monde est déjà une expression, une communication muette, un dire pour soi ou un dire à l'autre."⁹²⁶ Il y a, en face du sujet, un "réceptacle" à sa parole. En cela, les productions, qu'elles soient de l'ordre de la danse, du dessin ou de la parole, évoluent en fonction du cadre relationnel établi.

Nous pouvons l'observer chez Maeva, qui en modulant la modalité du mouvement par les modifications du facteur Flux puis du facteur Poids, parvient à structurer son agitation. De ce fait, elle entre en relation de manière plus adaptée et s'ouvre au plan horizontal, désigné comme le plan de la communication⁹²⁷ : "Cette manifestation de son accord à être dans le groupe s'accompagne d'un investissement du Poids actif. Le Poids lourd perdure mais il est incorporé à sa palette expressive et n'est plus utilisé pour manifester une opposition. Ainsi, Maeva est davantage ouverte à autrui et à l'environnement dans une attitude plus mature.

⁹²³ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.62.

⁹²⁴ Non annoté dans la citation de Jacques Stitelmann : Ferro A., 1997, *L'enfant et la psychanalyse*, éditions Erès, Paris.

⁹²⁵ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.63.

⁹²⁶ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.28.

⁹²⁷ "The communication plane", Lamb W., Watson E., 1979, *Body Code : The meaning in movement*, London, Routledge and Kegan Paul.

Elle s'ouvre ainsi corporellement aux autres plans davantage tournés vers l'extérieur, comme le plan horizontal."⁹²⁸

Le sujet module son expression en fonction de son environnement. Ses intentions sont différemment communiquées s'il se trouve dans un cadre de danse-thérapie ou dans un cours de danse. L'intentionnalité, que l'on retrouve formulée chez Laban sous le terme "*inner Effort*"⁹²⁹, s'exprime dans la relation avec la personne qui perçoit cette intentionnalité : en l'occurrence ici le groupe, et plus particulièrement la danse-thérapeute. La situation engage un "vis-à-vis" pour reprendre le terme de Stitelmann⁹³⁰ entre l'adolescente qui partage son intentionnalité et la thérapeute qui la reçoit, la réfléchit (*mirroring*), la contient ou en est simplement la témoin/réceptacle. La notion d'intentionnalité renvoie à la position phénoménologique d'Husserl qui définit le vécu et ses productions comme intentionnels⁹³¹ : les *phantasia* sont imprégnées de la visée intentionnelle de chaque adolescente.

En séance, les jeunes filles de cette étude exposent leurs failles narcissiques auxquelles il a fallu répondre, comme un jeu de miroir, la danse-thérapeute endossant alors symboliquement une fonction maternelle primaire. La relation originelle du bébé à sa mère est marquée par le dialogue entre les différentes modalités : le tout-petit perçoit des informations, les intègre et communique dans le monde des odeurs, des sons, du mouvement, etc. Nous pouvons observer que les régressions opérées dans le cadre de la séance de danse-thérapie favorisent toutes un passage transmodal : les adolescentes sont bercées dans un drap, leurs corps et mouvement se modulent en réponse à cette contenance, au son mélodique et doux de la musique qui est diffusée dans cet instant (des chœurs de femmes sioux), au contact tactile du tissu sur leur peau, etc. La transmodalité permet d'observer l'essence même de l'intentionnalité qui se déploie d'une médialité à l'autre.

Afin de soutenir l'intentionnalité de chaque adolescente et donc de créer un terrain propice à l'émergence des *phantasia*, le rôle de la groupalité comme contenance des éprouvés psychiques et corporels est étudiée.

⁹²⁸ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-247.

⁹²⁹ Laban R., 1994, *La Maîtrise du mouvement*, Arles, Actes Sud.

⁹³⁰ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poétiques, p.33.

⁹³¹ Husserl E., 1947, *Méditations cartésiennes, "Deuxième Méditation"*, trad. G. Pfeiffer et E. Levinas, Vrin, p. 28.

Il s'agit d'offrir la possibilité à ces adolescentes de pouvoir vivre une ouverture au monde apaisée et épanouissante, de ménager un espace intermédiaire pour soutenir le travail de limites et d'ouverture. La mise en place d'un espace intermédiaire fait écho au concept d'objet transitionnel de D.W. Winnicott "(...) qui consiste à maintenir la réalité intérieure et extérieure distinctes et néanmoins étroitement reliées l'une à l'autre."⁹³²

Il est question d'établir un passage entre intérieur et extérieur. La médialité relèverait de cette transitionnalité car tout en accueillant les affects éprouvés par le sujet, elle permettrait une mise en forme corporelle en lien avec une dimension groupale ouverte aux échanges.

La médialité de la danse agit comme un contenant sur le groupe, c'est "(...) l'objet médiateur qui matérialise l'enveloppe psychique groupale (...)."⁹³³ Le groupe, composé des adolescentes, de la danse-thérapeute et de l'éducatrice, peut prendre appui sur cet espace intermédiaire pour symboliser les vécus primitifs qui s'éveillent.

Le travail danse-thérapeutique porte alors sur la constitution d'une enveloppe groupale capable de contenir les mouvements archaïques des adolescentes. La dimension groupale est particulièrement recherchée à l'adolescence : "Le groupe, autre composante relationnelle classique à l'adolescence, prend une importance considérable pour les adolescents et ce, d'une toute autre manière que pendant l'enfance. Le groupe est une enveloppe qui contient."⁹³⁴

En séance, il s'agit de construire un espace de relation sociale entre les adolescentes, et avec les adultes (danse-thérapeute et éducatrice). Comme décrit auparavant dans la partie méthodologie, la constitution du groupe de cette recherche nécessite du temps et un cadre particulièrement contenant. L'agressivité et la violence qui s'exerce dans le groupe en début d'accompagnement requiert de signaler fermement les limites du cadre afin d'évoluer vers un groupe thérapeutique.

Le groupe se crée au fur et à mesure que les relations se tissent dans la bienveillance et le respect : "L'expérience m'a prouvé combien la qualité des liens entre les personnes et le plaisir qu'elles ont à travailler ensemble sont fondamentaux pour le bon fonctionnement du groupe. Les liens soutiennent le cadre en le rendant chaleureux, la qualité des échanges

⁹³² Winnicott, D.W., 2010, Objets transitionnels et phénomènes transitionnels : une étude de la première possession non-moi, dans *Les objets transitionnels*, Petite bibliothèque Payot, Paris, pp.25-64.

⁹³³ Brun, A., 2013, Histoire de l'utilisation des médiations dans le soin, dans Brun A., Chouvier B., Roussillon R., *Manuel des médiations thérapeutiques*, Dunod, p.35.

⁹³⁴ Potel, C., 2006, 4. L'adolescence : un passage, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescents : Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France, Érès, pp. 57-70.

rendent la communication fluide et ludique, permettant aux adolescents, à la fois de se sentir en confiance, et également de pouvoir s'identifier à cette capacité d'échanges de tous ordres. Ces liens au sein du groupe forment un maillage contenant, au sein même du contenant institution. "⁹³⁵

Afin d'opérer un tissage relationnel sain, le travail se situe dans la capacité de l'individu à faire sa place et à exister dans le groupe. Ainsi, le travail individuel de chaque adolescente en séance permet une ouverture plus féconde à autrui. Marian Chace souligne que l'un des buts principaux de la danse-thérapie est d'articuler l'individu dans le groupe. D'après elle, le corps n'est pas qu'un corps, c'est un corps au milieu d'autres corps.⁹³⁶ Chaque corps du groupe est en constante relation avec autrui et retravaille ainsi les schémas archaïques du groupe ontologique.

Le premier groupe, le groupe familial, instaure les règles, le cadre et les interdits sociétaux, culturels, etc. Le sujet est contenu par le cadre familial qui lui est transmis : "En parlant avec son entourage de ses observations, de ses désirs, il reçoit des réponses, acquiescements, dénégations, jugements. C'est à l'occasion de ces échanges de paroles avec père, mère, familiers, que l'enfant entend dire et redire les interdits. C'est ainsi que la castration symboligène est redonnée, d'une façon ou une autre, par quelqu'un en qui l'enfant a confiance du fait de son appartenance au groupe. Par son acceptation de ces interdits, l'enfant prend valeur d'élément vivant du groupe."⁹³⁷

La contenance familiale permet à l'enfant de trouver sa place dans son groupe primaire et préfigure sa relation aux groupes ultérieurs (société, école, amis, etc).

Lorsque le contre-transfert "fonctionne", l'intersubjectivité des individus du groupe permet de construire une enveloppe psychique commune capable d'accueillir les mouvements psychiques de chacun des sujets. L'accompagnement thérapeutique groupal paraît essentiel pour des individus qui semblent en difficulté dans la confrontation duelle, ce qui est le cas des adolescentes de cette étude, comme en témoigne l'outil des entretiens : "(...) la souffrance des patients exige que soient d'abord établies ou rétablies les conditions d'un contenant psychique

⁹³⁵ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.51.

⁹³⁶ Sandel. S, Chaiklin, S. and Lohn, A., *Foundations of Dance/Movement Therapy: The Life and Work of Marian Chace*, 1993, Edited by S. Sandel, S. Chaiklin, and A. Lohn.

⁹³⁷ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.73-74.

plurisubjectif, de telle sorte que le groupe puisse progressivement s'internaliser en une enveloppe psychique."⁹³⁸

Afin de permettre la relation au groupe, la médiation, ici la danse et son caractère socialisant, contient les dynamiques transférentielles : "Le groupe va ainsi proposer un tissu contenant, avec un pivot central (l'objet médiateur). Et c'est à la fois le contenu lié directement à la médiation et les phénomènes transféro-contre-transférentiels, qui seront l'objet du travail du ou des thérapeutes."⁹³⁹

La médiation danse agit comme un contenant des processus inconscients et permet la mue d'une co-rêverie partagée entre les différents membres du groupe : "À partir de la rêverie partagée et au fil de ces liens intersubjectifs, on pourrait dire que se tisse une enveloppe onirique commune au groupe, comme la décrit Kaës⁹⁴⁰, enveloppe contenant qui génère un processus de transformation des contenus psychiques. Expérience vivante au sein de laquelle les adolescents peuvent retrouver leurs capacités créatives."⁹⁴¹ D'après Kaës, la médiation est "(...) le moyen et le lieu d'un travail psychique qui fabrique des médiations entre les espaces psychiques (...)."⁹⁴²

La médiation agit comme un intermédiaire dans la relation entre le sujet et autrui. Kaës reprend la théorie de la transitionnalité de Winnicott et figure la médiation dans l'enveloppe groupale comme "(...) un *processus* intermédiaire entre union et séparation."⁹⁴³

La médiation garantit un espace de projection groupale des processus inconscients mis en jeu dans la séance. En se posant comme support de la relation, la médiation favorise l'expression à autrui et favorise les émergences inconscientes (*phantasia*) dans le processus d'éveil émersionologique.

⁹³⁸ Kaës, R., 2021, Introduction, dans : René Kaës éd., *Les théories psychanalytiques du groupe*, Paris cedex 14, France, Presses Universitaires de France, pp. 3-14.

⁹³⁹ Potel, C., 2006, 8. Des médiations corporelles : lesquelles ? dans : Potel, C., *Corps brûlant, corps adolescent : Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents* Toulouse, France, Érès, pp. 101-116.

⁹⁴⁰ Kaës, R., 2002, *La polyphonie du rêve. L'espace onirique commun et partagé*, Paris, Dunod.

⁹⁴¹ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.60.

⁹⁴² Kaës, R., 2010, Les médiations entre les espaces psychiques dans les groupes. *Le Carnet PSY*, 141, pp.35-38.

⁹⁴³ Kaës, R., 2010, Les médiations entre les espaces psychiques dans les groupes. *Le Carnet PSY*, 141, pp.35-38.

2.3 Cheminement émergiologique : atténuer la perte de données du vivant au vécu grâce au rapport direct et inconscient des médiations.

Nous pouvons observer que du corps vivant à la conscience, s'opère une perte des données issues du corps. En émergiologie, l'activation du corps vivant se produit sous le seuil de conscience et ne parvient que partiellement au vécu.⁹⁴⁴ Les adolescentes de cette étude présentent des transformations corporelles que nous pouvons observer grâce aux outils d'analyse du mouvement mais dont elles ne semblent pas avoir conscience.

Dans les entretiens, les émergences d'images, de mouvements inconscients et de sensations (*phantasia*) sont observées d'après le vécu des adolescentes suite à une auto-confrontation avec les vidéos des séances. Il s'agit donc de repérer si l'émersion des *phantasia* a construit un vécu conscient d'une évolution psycho-corporelle.

Lorsque j'interroge Katia à ce propos, celle-ci me répond qu'elle "ne sait pas" ou détourne la conversation. Il en va de même pour Claire qui me répond par la négative dès lors que je lui montre un changement corporel apparu sur la vidéo. En ce qui concerne Maeva, son refus de participer à l'entretien ne nous permet pas de bénéficier de renseignements sur son vécu conscient.

Comme vu précédemment, l'outil des entretiens, de par le langage raisonné et la confrontation directe qu'il implique, est un échec d'observation du vécu conscient. Bernard Andrieu écrit que : "La différence entre émersion corporelle et conscience corporelle de l'intention, est utile pour comprendre l'anticipation inconsciente par rapport à la mise en action volontaire du corps. Entre les deux, le travail du vivant à travers les affects, les émotions, la mémoire associative, vient alimenter la production sémiotique du corps sans toujours que la conscience puisse y attribuer du sens par l'interprétation."⁹⁴⁵ D'où la mise en place de la médialité qui agit comme un support d'expression du vécu de manière indirecte.

Les médialités proposées dans cette étude (la danse, le dessin, les verbatim) apparaissent être des moyens de symbolisation qui permettent d'amoindrir la perte du vivant au vécu puisque ces médialités jouissent d'un rapport direct et inconscient avec le vivant : "Notre esprit conscient peut alors découvrir la forme ou le schéma qui émerge de l'éclosion du processus

⁹⁴⁴ Andrieu B., 2016, *Sentir son corps vivant, Emergiologie 1*, Paris, Vrin.

⁹⁴⁵ Andrieu B., 2017, Ressentir du bien-être dans la kinesphère de ses gestes vivants, dans Andrieu B., Collard L., *Apprendre de ses gestes, De la santé motrice au bien-être*, L'Harmattan, p.116.

créatif. Ce regard sur la structure du processus peut à son tour élargir et ouvrir plus encore les voies de l'expression inconsciente.⁹⁴⁶"

La langue des images soutient le dialogue du vivant au vécu par l'abstraction des formes qu'elle propose. Or, le langage de la "pensée rationnelle", pour reprendre le terme de Marion Milner⁹⁴⁷, dans tout ce qu'il a de culturellement construit, restreint la visibilité des transformations internes. On le voit avec l'outil des entretiens où il se joue davantage une question relationnelle qu'une expression des émotions.

C'est dire l'importance des médialités pour parvenir à élaborer une symbolisation relevant de l'ineffable, du vide, du non-dit causé (ou non) par des traumatismes antérieurs. La grille d'analyse de l'Effort et l'observation du mouvement nous indiquent qu'il y a transformation car la symbolisation est à l'oeuvre et il en va de même pour l'outil du dessin.

La corrélation entre une modalité et l'autre nous permet de voir que l'expression des émotions se poursuit ou se répond d'une médialité à l'autre. L'émotion de Katia, qui surgit par le biais du rire, intervient après le premier mouvement spontané qu'elle s'autorise en séance : "(...) Katia propose pour la première un mouvement soudain qui la fait sortir de son registre de contrôle habituel. Elle saute avec un rire qui émerge à ce moment-là, ce qui semble la surprendre autant que nous, comme un jeu d'enfant. Nous rions en réponse et poursuivons le jeu dansé. La dimension du jeu (et en cela l'héritage Winicottien est bien présent) favorise la spontanéité du mouvement. À partir de ce moment, elle va explorer le relâchement corporel dans le facteur Temps soudain et continuer à se/ nous surprendre."⁹⁴⁸ La production de gestes et de mouvements imprévisibles permet à Katia de "(...)se dépendre pour se surprendre."⁹⁴⁹

Nous pouvons également observer cet éclat du vivant dans la forme et son trajet jusqu'au vécu, puis jusqu'à la conscience dans le cas de Maeva. Lors de la séance où la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique marque la bascule d'une phase d'opposition à la conciliation, des mouvements émergent et Maeva danse pour la première fois. Dans ce temps qu'elle utilise pour s'exprimer personnellement en mouvement, le corps vivant s manifeste par la présence des larmes de Maeva. Puis, elle partage verbalement au groupe le récit d'une agression qu'elle a subie étant petite. Le trajet de l'émersion du

⁹⁴⁶ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.48.

⁹⁴⁷ Milner M., 1957, *On not being able to paint*, London, Heinemann Educational Book.

⁹⁴⁸ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁹⁴⁹ Notes de cours de Bernard Andrieu.

mouvement à l'expression de l'émotion est particulièrement visible dans cet exemple. Le vivant du corps s'actualise dans le vécu de Maeva et se poursuit à la conscience dans la verbalisation. L'expression du vivant, caractérisée par les larmes, parvient au vécu et va jusqu'à se "dire" consciemment par la voie du récit.

Sans velléité de circonscrire le vivant aux manifestations physiologiques, nous voyons plus généralement au travers de cette étude que le corps vivant s'exprime également par la modulation du mouvement et du schéma corporel : Claire s'extrait du registre animal pour habiter son corps de jeune fille, Maeva apaise l'agitation qui la déborde, Katia déverrouille son corps et construit ses appuis. Toutes ces transformations corporelles qui adviennent dans la modalité du mouvement nous renseignent sur l'activité du vivant. : "(...) la symbolisation corporelle comme réalité émergente doit être affirmée."⁹⁵⁰ Les outils d'analyse du mouvement nous permettent d'observer l'émergence des *phantasia* dans l'éveil émergentiel du vivant au vécu. L'étude du vécu des adolescentes s'observe à travers les outils du dessin et des verbatim.

Serge Tisseron⁹⁵¹ et Geneviève Haag⁹⁵² énoncent le cheminement du dessin à la pensée chez l'enfant, du "vivant" inconscient de leur abstraction artistique au vécu puis à la conscience : "Ces auteurs montrent comment s'élabore le passage de l'abstraction à la figuration, du geste à la pensée, en passant par l'expression réflexive de sensations corporelles, par l'émergence de formes non-figuratives ou à peine figuratives, mais pourtant déjà définies en leur positionnement sur la feuille, en la fermeture des formes ou en la liaison établie entre plusieurs formes."⁹⁵³

Chez Stitelmann le terme "Forme" englobe les diverses modalités et relève d'un rapport sensible au monde : "Un dessin peut être donc une forme, tout comme la phrase rythmique jouée sur un tambour, le poème ou la danse effectués en thérapie. Sont également des formes le récit d'un rêve, l'association d'idée, la narration d'un événement du quotidien, l'acte manqué

⁹⁵⁰ Andrieu B., 2017, Ressentir du bien-être dans la kinesphère de ses gestes vivants, dans Andrieu B., Collard L., *Apprendre de ses gestes, De la santé motrice au bien-être*, L'Harmattan, p.109.

⁹⁵¹ Tisseron S., 1983, Le dessein du dessin, dans *Art et fantasme*, Editions Champ Vallon, Paris, pp.91-105.

⁹⁵² Haag G., 1993, Hypothèse d'une structure radiaire de contenance et ses transformations, dans Anzieu D., *Les contenants de pensée*, éditions Dunod, Paris, pp. 41-56.

⁹⁵³ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.64.

et le symptôme psychosomatique. Les créations artistiques, formes particulières lorsqu'elles sont faites durant les séances, me semblent porteuses de très forts potentiels thérapeutiques."⁹⁵⁴

Stitelmann envisage les formes artistiques comme des espaces où les problématiques existentielles du sujet peuvent s'exprimer et potentiellement se transformer : "C'est donc d'abord dans le déploiement et la transformation des formes qu'est réalisée la thérapie et non pas dans la compréhension d'un sens symbolique porté par les formes."⁹⁵⁵ L'efficacité thérapeutique demeure dans la notion de processus, de cheminement que le.la patient.e réalise dans la séance art-thérapeutique et ne saurait se résoudre à l'interprétation des formes créées. La spécificité de l'art-thérapie, à l'encontre des psychothérapies à médiation, repose sur cette notion d'accompagnement du processus des formes "(...) car c'est au travers et par ce déploiement que s'actualise l'existence du patient, c'est-à-dire qu'il se soigne et élabore un sens et donne forme à son existence."⁹⁵⁶

Le cheminement déploie ici toute sa valeur et nous ramène au voyage émersionnel qui théorise le passage des transformations des formes artistiques dans le cadre de la danse-thérapie. C'est dans le passage des *phantasia* que s'actualise une connection aux sensations et le développement de l'expression des émotions.

Afin de veiller à ce que le cheminement émersionnel se déroule, un dispositif spécifique a été mis en place pour accueillir les *phantasia* et activer le processus d'éveil.

3. La *phantasia* à partir du *holding* de Winnicott : le besoin de contenance pour laisser émerger et activer le processus d'éveil.

Le protocole ajusté de la recherche s'axe autour de la contenance pour créer un terrain favorable à l'émersion des *phantasia* et déclencher l'éveil émersionnel. Nous allons observer précisément les conditions nécessaires à la création du terreau émersionnel.

Plus particulièrement, il s'agit de dégager les facteurs thérapeutiques spécifiques à la danse-thérapie et les facteurs communs aux psychothérapies pour déterminer les moyens de mise en oeuvre de la contenance auprès du public de la recherche. En se basant sur les définitions que

⁹⁵⁴ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.83.

⁹⁵⁵ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.86.

⁹⁵⁶ Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.87.

la chercheuse en danse-thérapie, Sabine Koch, a précisé pour différencier facteurs communs et facteurs spécifiques⁹⁵⁷, un nouveau protocole a été imaginé. Les facteurs communs aux psychothérapies renvoient à l'universalité des facteurs utilisés dans toutes les approches psychothérapeutiques comme par exemple l'alliance thérapeutique, l'engagement du.e patient.e, l'actualisation de la problématique dans le registre sensoriel, la clarification de la motivation (intention), la solution/l'orientation.⁹⁵⁸

Les facteurs spécifiques déterminent l'efficacité thérapeutique d'une approche particulière. Sabine Koch distingue plusieurs facteurs thérapeutiques spécifiques à la danse-thérapie et observés de manière empirique : la non-directivité vers un objectif (*Non-Goal Directedness*), l'expérience de la connexion entre corps et esprit (*Experienced Body-Mind Connection*), l'expérience de l'unité avec le partenaire (*Experienced Unity with Partner*), l'expérience de l'unité avec la musique (*Experienced Unity with Music*), le rebond (*Bouncing*), la création active / Expérience de la liberté, du choix, du contrôle, de la créativité (*Active Création / Experiences Freedom, Choice, Control and Creativity*), l'expérience esthétique / être vu.e (*Aesthetic Experience, being seen*).⁹⁵⁹

Sabine Koch et al. décrivent également le concept de "Médiateur" (*Mediator*) qui définit comment ou pourquoi l'approche thérapeutique concourt à un changement.⁹⁶⁰

Au travers de l'expérience du terrain de cette recherche, nous distinguons des facteurs communs avec le domaine des psychothérapies : l'alliance thérapeutique, la groupalité, l'engagement des patientes, l'actualisation de la problématique dans le registre sensoriel, la contenance avec les théories du *holding* de D.W Winnicott et du *Moi-Peau* de Didier Anzieu. Les facteurs spécifiques à la danse-thérapie que nous pouvons identifier dans cette étude sont : le registre expressif non-verbal ; l'analyse du mouvement (*Effort* de Laban, observations du mouvement) ; la notion de jeu au sens winicottien du terme, c'est-à-dire considéré comme une interface d'expression et d'impression entre soi et l'environnement : "Le jeu n'est plus

⁹⁵⁷ Koch S. C., April 29 & 30 2021, *Therapeutic Factors in DMT and CATs : What helps, what works ?* International Dance Therapy Conference on 'Multiple Perspectives', Codarts.

⁹⁵⁸ Grawe, K., Donati, R., & Bernauer, F., 1994, *Psychotherapie im Wandel : Von der Konfession zur Profession*, Göttingen: Hogrefe Verlag.

⁹⁵⁹ Koch S. C., 2021, *Being moved as an active factor in dance movement therapy*, in Wengrower and Chaiklin, 2021, *Dance and Creativity within DMT*, Routledge, New York.

⁹⁶⁰ De Witte M, Orkibi H, Zarate R, Karkou V, Sajjani N, Malhotra B, Ho RTH, Kaimal G, Baker FA and Koch SC, 2021, From Therapeutic Factors to Mechanisms of Change in the Creative Arts Therapies : A Scoping Review, *Frontiers in Psychology*, 12:678397.

uniquement un contenu mais aussi un contenant."⁹⁶¹ ; la conscience corporelle (différenciation, travail des limites, informations sensorielles) ; l'expérience/émotion esthétique : expression authentique et artistique, unité psycho-corporelle, "être touché.e par" ; la symbolisation : la danse comme vecteur du processus de symbolisation (image mentale, mouvements) ; être considéré.e et vu.e par autrui (*mirroring*, contact) ; l'espace transitionnel⁹⁶² : espace pour tester la relation pour faire "comme si"; L'espace éenactif.⁹⁶³ L'éenaction, concept de Francisco Varela, neurobiologiste chilien, définit l'assimilation et l'adaptation constantes du mouvement en relation avec le monde : "La théorie de l'éenaction propose de considérer que l'action du corps en contexte de tout être vivant est à l'origine de sa subjectivité et de son expérience : la cognition est dite "incarnée", elle est toujours "située" dans l'interaction entre le corps et le monde. Autrement dit, la conscience ou la subjectivité d'un individu relève, en premier lieu, de son vécu corporel en situation. La pensée peut être considérée comme une émergence de l'expérience corporelle"⁹⁶⁴. Les autres facteurs spécifiques de la danse-thérapie dans cette étude sont la création (liberté de créer, traces, renarcissisation) et les processus inconscients (modulation mouvements inconscients, métaphores).

Les éléments "médiateurs" du facteur de la contenance qui interviennent en séance de danse-thérapie dans une visée de réduction des troubles de comportement sont : le rythme structurant (stop and go, rythme groupal, modulation), le *mirroring*, le contact (contact autrui, auto-contact, systèmes, regard), le cadre (consignes, règles, dispositif, cadre interne/séance/institutionnel), l'espace sécuritaire (limites spatiales : sol, murs, forme du cercle, espace personnel : kinesphère/espace externe, relationnel), l'expérience de l'archaïque (enveloppement, régression thérapeutique, schèmes moteurs).

⁹⁶¹ Bailly, R., 2001, « Le jeu dans l'œuvre de D.W. Winnicott », *Enfances & Psy*, vol. n°15, no. 3, pp. 41-45.

⁹⁶² Winnicott D. W., 1971 (1975 édition française), *Jeu et réalité, l'espace potentiel*, Gallimard, Folio essais, p.31.

⁹⁶³ Varela F., Thompson E., Rosch E., 1993, *L'inscription corporelle de l'esprit, Sciences cognitives et expérience humaine*, Paris, Éditions du Seuil.

⁹⁶⁴ Desnos, Y., Gepner, B., Bellusso, P. & Segond, H., 2019, Subjectivité de la personne adulte autiste avec retard mental profond, prise en charge dans un établissement d'accueil médico-social. *Bulletin de psychologie*, 562, pp.259-287.

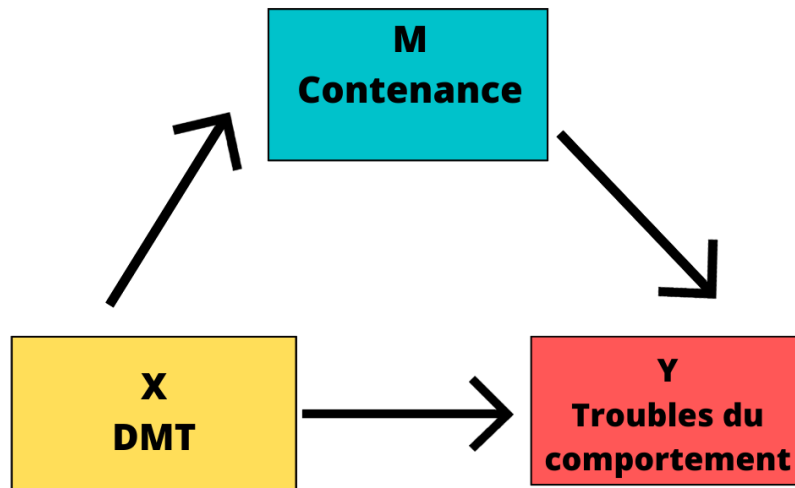


Figure 17 : Mesure d'un médiateur en vue du développement de l'efficacité thérapeutique.

La contenance (M) médiatise la relation causale entre la DMT (X) et les troubles du comportement (Y).

*Legende.*⁹⁶⁵

⁹⁶⁵ Inspiré de Kazdin, A, 2007, *Measure one or several mediators to advance your profession*. Réalisé sur canva.com.

Les théories du *holding* de D.W Winnicott et du *Moi-peau* de Didier Anzieu désignent les concepts théoriques choisis pour envisager la contenance et sont observées dans le domaine spécifique de la danse-thérapie. La caractérisation des divers éléments et des théories à l'oeuvre dans l'élaboration de la contenance permet de figurer les conditions nécessaires relevées dans cette étude pour favoriser l'émergence des *phantasia* et l'activation émersionnelle.

Cette distinction des facteurs communs, des facteurs spécifiques à la danse-thérapie et des éléments relatifs à la contenance utilisés sur le terrain de cette étude sont non exhaustifs et nous pourrions envisager encore de nombreux éléments ou facteurs qui participent à l'efficacité thérapeutique. Cependant, nous faisons le choix d'une réduction scientifique afin de circonscrire cette recherche et d'affiner notre propos.

En premier lieu, nous décrivons les éléments contenantants qui ont permis d'activer un mécanisme de changement dans la séance de danse-thérapie. Puis, nous verrons en quoi les théories sus-citées de Winnicott et Anzieu représentent de solides appuis aux médiateurs désignés dans l'efficacité thérapeutique.

Avant d'envisager les éléments contenantants de cette recherche, nous faisons le choix de les introduire dans la lecture narrative d'une séance-type afin de mettre en perspective les axes de travail énoncés précédemment et d'ancrer la théorie sur le terrain, dans la pratique.

La contenance apparaît être l'axe majeur de l'accompagnement des trois adolescentes de cette étude tant leurs corps et comportements sont marqués par "(...) une indistinction des frontières et une indifférenciation des enveloppes corporelles et psychiques."⁹⁶⁶ Le besoin de limites, de bords et plus globalement la nécessité pour ces adolescentes d'être contenues autant psychologiquement que physiquement apparaissent être les voies d'accès au mécanisme de changement, relevant de l'activation émersionnelle.

La séance se structure en différents temps qui portent chacun sur le travail de construction des enveloppes psychiques et corporelles.

Un premier temps est dédié à l'échauffement où l'accent est porté sur les auto-contacts, le travail des systèmes en contact et en mouvement. C'est un temps pour sentir son squelette, ses muscles, ses articulations, sa peau, de manière individuelle, dans une recherche sensorielle et enveloppante.

⁹⁶⁶ Potel, C., 2006, 5. Le travail du corps au risque de l'adolescence, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent : Des thérapies à médiation corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France, Érès, pp. 73-83.

Le travail des systèmes, par la suggestion d'une image d'un élément du corps (squelette, muscle, peau, etc) et l'observation de son impact sur le mouvement, s'inscrit dans un processus d'écologisation : "Par exemple, je demande à quelqu'un de bouger sa cage thoracique en posant ses mains sur ses os, c'est-à-dire d'initier le mouvement par les os. Puis je dis "maintenant, pose tes mains entre les os et sens bouger les muscles'. Cette fois, la qualité du mouvement change."⁹⁶⁷

Le corps écologisé par la pratique des systèmes accède à de nouvelles sensations qui peuvent "éveiller" (au sens émersionologique) à une modification de la représentation du corps : Je sens mon squelette différemment, j'en ai une image nouvelle que je mets en mouvement.

Les auto-contacts et le travail des systèmes sont très appréciés des trois adolescentes, si bien que, rapidement, ce n'est plus moi qui amène ce travail en séance mais ce sont elles qui le convoquent. Lorsqu'elles guident, dans l'exercice du *mirroring*, elles proposent toutes de tapoter les os, de masser les muscles ou de caresser la peau. À chaque séance à partir du mois de Janvier, les trois adolescentes de cette étude présentent des propositions de travail des systèmes via les auto-contacts qui se muent souvent en contacts groupaux : frotter le dos de sa partenaire, caresser les cheveux, masser les épaules, chercher les os du bras, etc.

Le temps d'échauffement est un moment d'écoute et de conscientisation du dedans pour mieux envisager la frontière avec le dehors.

Puis, vient le temps où le travail d'enveloppe, de fusion et de défusion s'explore dans la relation à l'autre et le groupe via l'exercice du *mirroring*. Le *mirroring* ouvre à une valence emphatique : la personne qui danse voit ses mouvements répétés et inscrits dans le corps du groupe. Il y a comme un écho de son propre mouvement, ce qui permet de travailler l'assise narcissique.

De cette manière, le *mirroring* participe à l'intégration de l'individualité au sein du groupe. Répéter le mouvement d'une personne c'est lui donner une place, la considérer, la faire exister. Le *mirroring* favorise l'activité des neurones-miroirs⁹⁶⁸, ces "neurones corticaux, qui s'activent lorsqu'un individu exécute une action, mais, également, lorsqu'il observe un autre

⁹⁶⁷ Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse, p.40.

⁹⁶⁸ Rizzolatti G., Fogassi L., Gallese V., 2007, Les neurones miroirs, *Pour la science*, 351, pp. 44-49.

Rizzolatti G., Sinigaglia C., 2008, *Les neurones miroirs*, Paris, Odile Jacob.

individu en train d'exécuter la même action"⁹⁶⁹. Le processus neuronal-miroir dynamise le développement de l'empathie : "Le système miroir pourrait jouer un rôle fondamental dans l'établissement et le maintien des relations sociales ; il permettrait de comprendre ce que l'autre fait et ce qu'il ressent."⁹⁷⁰

Aussi, nous pouvons observer la manière dont notre propre mouvement traverse les autres corps. Chaque participante du groupe de danse-thérapie s'approprie différemment le mouvement d'autrui, ce qui peut entraîner un travail de défusionnement, de séparation.

La valeur explorative du *mirroring* invite à la découverte de nouvelles qualités de mouvements, à l'exploration d'autres formes en mouvement. Les adolescentes s'engagent hors de leur registre de mouvement habituel.

Ce processus est visible dans le groupe de cette étude où Katia s'exprime en mouvement dans un registre presque à l'opposé de ceux de Maeva et Claire. Dans le *mirroring*, elle invite ses deux comparses à un mouvement plus condensé, contrôlé, et à réaliser un réel travail de concentration et d'écoute qui n'est pas familier des deux autres adolescentes. A l'inverse, Maeva et Claire entraînent Katia à explorer le mouvement spontané, la dynamique du jeu. C'est aussi grâce au *mirroring* que je guide Katia pour qu'elle investisse de nouveaux registres de mouvement. Par l'exercice du *mirroring*, elle crée sa place dans le groupe et commence à s'exprimer personnellement : "Cela vient progressivement et elle s'appuie sur la relation qu'elle a tissé avec moi ainsi que sur mes mouvements pour évoluer. Elle est en miroir avec moi et j'utilise ce *mirroring* pour l'inviter à investir des qualités de mouvements plus relâchés au sol et à aborder le facteur Temps soudain, tout en lui renvoyant l'image d'elle-même qu'elle me donne avec ses mouvements."⁹⁷¹

Un des bénéfices contenant du *mirroring* figure dans la capacité à offrir un cadre à l'adolescente : le mouvement est amplifié, répété par l'adulte et le groupe de pairs ; il est contenu par l'autre. Le *mirroring* présente un cadre contenant tout en offrant la liberté de créer, ce qui semble répondre aux besoins des adolescentes : "L'adolescent est tiraillé entre

⁹⁶⁹ Guillain, A. & Pry, R., 2012, D'un miroir l'autre. Fonction posturale et neurones miroirs. *Bulletin de psychologie*, 518, pp.115-127.

⁹⁷⁰ Guillain, A. & Pry, R., 2012, D'un miroir l'autre. Fonction posturale et neurones miroirs. *Bulletin de psychologie*, 518, pp.115-127.

⁹⁷¹ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

son besoin d'être tenu, soutenu, porté (à condition de ne pas le sentir) et son désir d'éprouver sa liberté."⁹⁷²

Le temps de *mirroring* marque le passage du sol à la verticale, avec un arrêt vers le mur comme support pour s'ériger. Cette mise en verticalisation est abordée tantôt par la danse-thérapeute, tantôt par les adolescentes et s'invite dans l'instant, au moment opportun.

Le sol est le support des mouvements et des appuis et ramène en cela au développement du bébé qui construit sa motricité.⁹⁷³ Le contact avec les limites spatiales que représentent les murs et le sol figurent des appuis contenant et rappellent l'expérience de la construction des appuis : "Dans la partie au sol, le dos contre le sol, on retrouve les premiers appuis du bébé, l'enveloppement est proche, les sensations internes sont parlées, l'objet externe est aussi interne, nous sommes là dans une situation très proche du holding décrit par Winnicott."⁹⁷⁴

En s'érigeant à la verticale, le travail d'appréhension de l'espace apparaît. Afin d'apporter des repères contenant, cet espace est souvent envisagé dans des formes circulaires qui contiennent le groupe (ronde, cercle) ou via un rappel des limites (se mouvoir contre les murs de la salle).

L'espace circulaire figure une forme spatiale contenant, "(...) qui met tout le monde à égalité."⁹⁷⁵ : il n'y a pas de hiérarchie dans le cercle. De manière symbolique, le cercle fait écho à la forme corporelle du fœtus. La lecture symbolique de cette forme primaire rappelle la portée archaïque du travail avec les adolescentes de cette étude.

L'abord de l'espace est un temps où les adolescentes expérimentent la notion de centre et de périphérie. Elles explorent leur espace individuel, la *kinesphère*. Elles appréhendent ainsi leurs limites internes en relation avec les limites spatiales externes, dont la perméabilité est variable.

⁹⁷² Potel, C., 2006, 5. Le travail du corps au risque de l'adolescence. Dans : Potel, C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France : Érès, pp. 73-83.

⁹⁷³ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.60.

⁹⁷⁴ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.60.

⁹⁷⁵ Loureiro A., Conversation privée.

La notion de perméabilité pourrait faire écho aux nombreuses intrusions (violences) qu'elles ont subi : il s'agit pour ces trois adolescentes de retisser un espace auparavant troué par l'agression.

Leur inscription dans le plan sagittal "qui ferme sur soi" et l'absence du plan horizontal de leur palette expressive porte les marques de la problématique relationnelle du lien à autrui.

Nous constatons que lorsqu'elles sont contenues par le sac tubulaire, qui agit comme une seconde peau, les adolescentes ouvrent au plan vertical, qui symbolise la présentation au monde : "*Here I am*" écrit Suzi Tortora pour caractériser ce plan.⁹⁷⁶

Le cercle évolue souvent vers un temps de rythme et de mouvement qui reprend les danses traditionnelles groupales (inspirées des danses occitanes) : "L'enveloppement est plus externe, plus tonique."⁹⁷⁷ Le rythme agit comme un contenant des mouvements psychiques et corporels : être sur le rythme, à côté du rythme, tout cela n'est pas anodin.

Lors des exercices groupaux en rythme, Maeva est particulièrement concentrée et tente de se conformer à la règle rythmique, elle qui, d'habitude, explose en tout sens. Les exercices qui jouent sur les limitations du rythme, de type "stop and go"⁹⁷⁸, permettent à Maeva d'accéder à une maîtrise de l'impulsivité.

Selon Vincenzo Bellia, la connexion rythmique est la base de la communication relationnelle. Le rythme s'inscrit comme origine de l'image du corps dans la pré-natalité : "L'image du corps, originée partiellement dans des rythmes, la chaleur, les sonorités (...)."⁹⁷⁹ Nous observons combien le rythme est fédérateur dans la relation et permet, associé au mouvement, de nouer une dynamique de groupe forte, dans une dimension ludique. Ce temps de danse et de rythme en groupe rappelle les danses tribales et fait écho à l'Expression Primitive d'Herns Duplan.

Nous pouvons également évoquer la notion de microrythme et macrorythme du pédopsychiatre Daniel Marcelli qui accompagne le développement individuel du bébé, entre

⁹⁷⁶ Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing, p.82.

⁹⁷⁷ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.60.

⁹⁷⁸ Exercice où le mouvement s'arrête puis repart et qui se décline dans plusieurs variations : avec un son, en silence, suite à un mouvement, un arrêt d'une autre personne du groupe, etc.

⁹⁷⁹ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.90.

surprise et répétition. Nous pourrions avancer qu'au vu de la défaillance du cadre familial, une prévalence des microrhythmes (rythmes soudains comme c'est le cas dans la violence, l'agressivité) a organisé le climat du développement de chacune des adolescentes dans la petite-enfance. Il s'agit de travailler la "rythmicité des sensations" qui, d'après Catherine Potel, "(...) est le premier facteur d'intégration temporelle, sur lequel repose les assises identitaires primaires."⁹⁸⁰

Aussi, l'essentialité d'un retour à des propositions favorisant les macrorhythmes permettrait d'ancrer des repères stables pour ces jeunes filles dont le cadre est flou : "Inscrit dans un macrorhythme suffisamment répétitif stable et sûr, le bébé peut "construire" la continuité de son narcissisme où ce qui est attendu advient, où l'attente confirmée calme et apaise. Dans le monde qui l'entoure, il investit alors les "indices de qualité", c'est-à-dire tout ce qui est identique à son expérience passée et qui renforce sa capacité de mémorisation puis ultérieurement de rêverie."⁹⁸¹ Ce qui nous ramène à l'explication du défaut de symbolisation imaginaire, à la capacité de rêverie entravée, que nous avons détaillée dans le prologue.

Le temps de rythme, ludique et dynamique, laisse place à un retour au sol avec des propositions d'enveloppement et de contact à l'aide de tissus, de sacs tubulaires, de couvertures.

Ce temps est dédié à l'expérience de la sensorialité pour favoriser une intégration corporelle interne : "Temps de nourrissage d'un monde interne où les sensations corporelles pourraient être alors liées, intégrées à l'intérieur d'une enveloppe séparant le dedans du dehors."⁹⁸²

Dans ces propositions d'enveloppement psychique et corporel, il s'agit de travailler sensoriellement en vue de développer un mouvement de "réparation" des enveloppes "trouées" des trois adolescentes : "C'est un temps régressif qui renvoie aux traces carenciales de l'enfance, aux cicatrices laissées par le premier environnement."⁹⁸³ L'enveloppement relève d'une expérience de l'archaïque qu'il s'agit d'accompagner afin que la régression soit thérapeutique. La sortie de l'enveloppe archaïque est guidée par des propositions narratives :

⁹⁸⁰ Fernandez Vergès, I., 2014, *Danse improvisation et psychomotricité : une boucle interactive*, Médecine humaine et pathologie, dumas.

⁹⁸¹ Marcelli, D., 2007, Entre les microrhythmes et les macrorhythmes : la surprise dans l'interaction mère-bébé. *Spirale*, 44, pp.123-129.

⁹⁸² Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.60.

⁹⁸³ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.60.

"Le papillon sort de sa chrysalide pour explorer l'espace " ou des invitations à prendre conscience de l'espace "du dehors".

Il s'agit de proposer aux adolescentes des pistes pour sortir de la régression, pour s'individuer suite à la fusion symboliquement utérine. Par exemple, nous soutenons le "jeu" de Katia qui consiste à faire semblant de s'endormir suite à une expérience enveloppante : "Oh mais dis donc, Katia s'est encore endormie", je m'exclame. Il s'agit alors de venir la "réveiller" pour qu'elle sorte du cocon. Elle sourit et déclare à chaque fois : "Oh la la, je m'étais endormie ! J'ai fais de beaux rêves." Cette mise en scène revient à chaque séance et permet à Katia de se séparer.

Un temps de symbolisation par le dessin est ensuite proposé avec l'induction d'une consigne autour du ressenti du corps : "Si mon corps pouvait parler, il dirait...". La modalité image s'ajoute à la modalité du mouvement et confère un espace d'élaboration différent puisqu'il admet une figuration permanente contrairement à l'éphémérité du mouvement.

La modalité du mot apparaît dans les dessins (titres, commentaires) et se poursuit dans la verbalisation du dessin. C'est un temps que les jeunes filles investissent particulièrement et qui leur permet d'exprimer leurs émotions. Katia nous confie que son père lui manque, Maeva exprime sa tristesse de savoir que ses amis se scarifient, Claire évoque son grand-père ivre. C'est le seul moment où elles se livrent émotionnellement, où elles parlent de leurs familles, ce qui leur est très difficile habituellement tant elles se sont forgées une carapace.

Le rituel de fin clôt la séance et permet de se séparer du groupe, de l'expérience, de la salle, de ce temps particulier pour repartir au-dehors. Chacune des adolescentes est invitée à exprimer "son mouvement de fin" face au groupe, en cercle. Ainsi, elles reviennent à leur individualité, elle se séparent chacune à leur manière.

Puis, je propose un mouvement commun d'"au revoir" qui invite à un auto-contact : les bras s'élancent vers le ciel et retombent comme une "douche" de la tête aux pieds. Bien que ce mouvement de fin soit commun, l'auto-contact invite à une conscience corporelle individuelle pour se séparer.

La différence entre le mouvement personnel représenté dans le rituel de début et celui affiché dans le rituel de fin est parfois considérable : Maeva présente souvent un mouvement très explosé dans les rituels de début alors que dans les rituels de fin, ses mouvements montrent un Flux davantage condensé et un corps regroupé sur lui-même.

Le détail des éléments mis en place dans le protocole de recherche ajusté nous permet de voir comment se travaille la notion de contenance. Outre le contenu des séances, l'axe de la contenance s'édifie également dans la manière d'adapter ce contenu, notamment à travers la notion de cadre.

En construisant le cadre de l'expérience de danse-thérapie, nous garantissons les conditions nécessaires au déploiement thérapeutique et artistique : "Le processus de création peut être vu comme un flux transformatif qui a besoin d'un contenant afin de s'écouler et se développer. Pour qu'il soit puissant, il doit être libre de s'écouler là où on ne sait pas, là où on n'a pas idée. (...) Pour gagner cette liberté d'un cheminement évolutif, il nécessite un contenant suffisamment stable et facilitant. C'est ce que nous nommons le cadre ou le dispositif."⁹⁸⁴

Nous observons comment l'évolution des adolescentes de cette recherche s'inscrit dans un cadre précis et soutient le concept de *holding* de Winnicott.

3.1 Le cadre, un élément essentiel du *holding* en danse-thérapie.

3.1.1 Le *setting*, un dispositif cadrant.

Le terme anglais *setting* renvoie à la manière dont le dispositif est mis en place, c'est-à-dire aux caractéristiques matérielles et immatérielles qu'il instaure. Jacques Stitelmann rappelle la nécessité du cadre pour garantir la fonction thérapeutique : "Le dispositif d'accompagnement dans lequel a lieu l'action de création est un outil de travail essentiel de l'accompagnant des oeuvres et des personnes. C'est un aménagement de certaines dimensions matérielles et immatérielles de la situation thérapeutique."⁹⁸⁵ Il s'agit de dégager les éléments de l'espace réel (lieu adapté, repères de temps et de lieu, cocon groupal, expérience de longue durée) qui favorisent la contenance dans cette étude et d'observer leurs résonances sur l'espace psychique des adolescentes ayant des troubles du comportement (objectifs individuels et groupaux, enjeux cliniques, etc).⁹⁸⁶

⁹⁸⁴ Stitelmann J., 2015, *Le concept de cadre en art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.12.

⁹⁸⁵ Stitelmann J., 2015, *Le concept de cadre en art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.12.

⁹⁸⁶ Potel, C., 2006, 8. Des médiations corporelles : lesquelles ?, dans : Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France : Érès, pp. 101-116.

La séance se déroule aux mêmes horaires, dans le même lieu avec le même groupe et les mêmes encadrantes chaque semaine pendant une année scolaire. Ce *setting* répétitif permet d'inscrire une régularité et des repères immuables pour ces trois adolescentes.

Dès lors que le groupe est constitué, il est "fermé", c'est-à-dire qu'il n'admet pas d'autres participantes afin de ne pas perturber la construction groupale et la sécurité psychique des adolescentes.

Les départs de Romane (séance quatre) puis Souane (séance douze) et l'arrivée de Claire (séance six) constituent déjà des changements groupaux importants. De même notons qu'une éducatrice stagiaire est présente pendant une séance afin de remplacer l'éducatrice exceptionnellement absente. Cette modification intervient en début d'accompagnement et est très mal vécue par les adolescentes qui rejouent leurs défenses de manière particulièrement virulente. N'aurait-il pas été plus thérapeutique, pour cette séance uniquement, avec ce public précis, de conduire l'atelier seule plutôt que d'introduire une nouvelle personne dans le cadre ? Lorsque l'absence de l'éducatrice se réitère par la suite ou lorsqu'elle doit sortir de la séance avec une jeune en difficulté, il est décidé que je conduise la séance seule plutôt que de faire appel à un tiers.

Dans la séance proposée dans cette recherche, le cadre du dispositif marque la frontière entre "le dedans" et "le dehors", symbolisé par les rituels de début et de fin de séance qui permettent une entrée et une sortie de l'expérience danse-thérapeutique. Au sein même du dispositif, la linéarité des propositions suit une temporalité : rituel de début, échauffement, *mirroring* (lien à l'autre, fusionner, se séparer), improvisation personnelle et collective, temps de soin contenant, dessin, rituel de fin.

Ce déroulement se répète d'une séance à l'autre et agit comme une structure repérante pour les adolescentes. Les rituels délimitent une frontière "(...) celle entre l'individu et son groupe, entre ce qui est dedans et ce qui est dehors, entre le concret et l'abstrait."⁹⁸⁷

La différenciation avec l'espace du "dehors" s'établit aussi par le mode de communication choisi en séance de danse-thérapie. La communication s'établit le moins possible par la parole afin de ne pas favoriser les joutes verbales que les adolescentes ont l'habitude de convoquer. Les réponses non-verbales, en mouvement, sont encouragées : avec l'éducatrice, nous répondons aux demandes verbales des adolescentes par le mouvement et leur intimons de

⁹⁸⁷ Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique : Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.220.

communiquer corporellement. Progressivement, le dialogue non-verbal amène davantage de silence et encourage les adolescentes à porter leur attention sur le corps.

Il est possible de conclure que, globalement, le public de la recherche fait preuve de régularité au vu d'une fréquence de participation élevée. Malgré leurs réticences et la mise en jeu de leurs défenses, les adolescentes sont présentes à presque toutes les séances. Nous comptons deux absences pour Katia, une absence pour Maeva et aucune absence pour Claire.

La construction d'un *setting* contenant aurait donc permis aux patientes de se situer dans un cadre, un dispositif et des consignes précises. Le besoin d'un cadre stable et repérant s'évalue par la présence, l'engagement, l'évolution de l'adhésion au *setting* proposé. Dans un premier temps, les adolescentes de cette étude rejettent le cadre puis nous observons qu'elles s'y conforment peu à peu jusqu'à l'investir totalement. La posture du rejet est une défense chez ces adolescentes et s'établit comme un fonctionnement relationnel. Rejeter un espace c'est également en découvrir les limites.

3.1.2 Un public en quête de limites.

Les attaques de cadre sont multiples avec ce public en manque de bords. La période charnière de l'adolescence intensifie la recherche de limites : "Si j'insiste sur cette question du cadre, c'est qu'elle est particulièrement délicate avec les adolescents. Leur explosivité, leur destructivité s'expriment autant dans leurs gestes, leurs mouvements, que dans leurs actes empreints d'agressivité, vis-à-vis de l'autre. Leur sensibilité, à fleur de peau, et leur grande réactivité émotionnelle nous demandent d'être à la fois à l'écoute et ferme. Trouver la juste mesure est difficile."⁹⁸⁸

La nécessité de "tenir le cadre" est constante et requiert un positionnement solide et strict pour contenir les angoisses des adolescentes. Cela passe inévitablement par un rappel des règles en début de séance : ne pas agresser physiquement ou verbalement autrui, ne pas crier, se retirer dans un coin de la salle si l'expérience est difficile.

La violence n'est pas tolérée, chaque adolescente qui tente une agression se voit renvoyée de la séance. Une reprise avec l'adolescente, la danse-thérapeute, l'éducatrice et la psychiatre est parfois envisagée.

⁹⁸⁸ Potel, C., 2006, 3. Thérapie à médiation corporelle : un abord thérapeutique qui permet que les mots prennent corps, dans : *Corps brûlant, corps adolescent : Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, pp. 39-49.

C'est en appliquant les règles de non-violence, sans faillir, séance après séance, que le groupe s'apaise. Progressivement, le registre de l'agressivité laisse place à un climat de confiance et de bienveillance : "À partir de février, la confiance s'installe, le groupe se constitue avec la présence de Katia, Maeva et l'arrivée de Claire. L'entrée dans le travail commence après avoir traversé toute une phase de grande résistance de leur part. Le cadre tient et semble les rassurer. Il n'y a plus de violence physique et verbale. Les filles se "posent" dans la séance, elles sont plus calmes et davantage à l'écoute d'elles-mêmes et des autres."⁹⁸⁹

Afin de pallier aux expériences d'intrusion qui se réactivent en séance chez ces adolescentes, le cadre est pensé comme garant des limites. Le groupe est fermé et le dispositif ne permet pas un droit de regard extérieur de l'équipe pendant le temps de l'atelier, afin de respecter l'intimité et l'espace personnel des adolescentes. Nous nous référons au concept winnicottien de mère-environnement qui se doit d'être "non-pénétrante" et "non-demandante"⁹⁹⁰ afin de permettre à l'enfant d'évoluer dans un cadre contenant qui n'envisage pas l'intrusion.

Lorsque les adolescentes se lancent dans la confrontation, la stratégie de non-réponse, ou de détour par la réponse en mouvement, fonctionnent. C'est régulièrement le cas avec Katia qui oscille entre participation active et grands éclats de violence au début de l'accompagnement : "Je ne réponds pas à la confrontation mais lui demande de sortir de la salle car son comportement n'est pas adapté. Je n'élève pas la voix, je ne réponds pas à sa violence. Parfois elle boude dans un coin de la salle et refuse de débiter la séance mais pour autant, elle ne souhaite pas non plus partir. Tant qu'elle ne dérange pas le reste du groupe, je la laisse revenir par elle-même sans répondre à son opposition. Ce processus fonctionne et je sens qu'elle a besoin de cet espace."⁹⁹¹ Cette stratégie est utilisée avec chacune des trois adolescentes de cette recherche et constitue un élément du cadre du dispositif tant il participe à son maintien.

Selon le danse-thérapeute et médecin Benoit Lesage, "la séance doit être à la fois contenante, sécurisante, pour éviter la dispersion ou le morcellement, suffisamment souple pour permettre les explorations et l'expérience de transformations, mais elle doit aussi pouvoir déranger un certain ordre dans lequel les participants se confinent."⁹⁹² Le cadre de l'atelier de danse-

⁹⁸⁹ Etudes de cas, groupalité, pp.221-223.

⁹⁹⁰ La mère - environnement, (*environment - mother*), D.W. Winnicott, 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Paris, Payot.

⁹⁹¹ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

⁹⁹² Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique : Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES, p.112.

thérapie doit donc pouvoir contenir l'expérience du sujet tout en lui permettant de se déployer et d'initier de nouvelles perspectives psycho-corporelles, ce que nous observons notamment avec la modulation du Flux de l'*Effort* et les modulations du mouvement.

Afin que le processus de transformation opère, il est donc du devoir de la danse-thérapeute de réfléchir à mettre en place "(...) un certain nombre d'éléments spécifiques, un cadre, une présence et une relation propices aux processus de transformation."⁹⁹³

L'adhésion au cadre du dispositif est fonction de la manière dont il est amené par la danse-thérapeute. Il s'agit de soutenir un cadre et de le maintenir temporellement malgré les mouvements psychiques et corporels qu'il accueille et qui s'avèrent parfois déstabilisants. Aussi, le cadre interne de la danse-thérapeute représente un élément fondamental du maintien du cadre du dispositif.

3.1.3 La nécessité d'un solide cadre interne.

La mise en place du cadre du dispositif bien que finalement accepté et respecté n'a pas été sans difficultés comme nous l'avons vu précédemment. Le maillage relationnel représente un appui indispensable du cadre : comment accepter un cadre si la relation en est absente ?

Les qualités de présence et d'écoute se travaillent dans la résonance avec les adolescentes.

La nécessité de trouver la juste posture entre fermeté du cadre et souplesse relationnelle est cruciale. Judith Kestemberg écrit à ce propos que l'adolescent jauge la capacité du thérapeute à le contenir : "Il supporte aussi mal un excès de neutralité comprise comme de la froideur qu'un excès de sollicitude qu'il peut interpréter comme le reflet de la peur qu'il ressent lui-même devant ce qu'il est."⁹⁹⁴

Face à ce public "à vif", le cadre interne est éprouvé dans ses limites. Afin d'accompagner et de contenir les affects que les adolescentes mettent en jeu dans la relation dans cette étude, un travail de renforcement du cadre interne a été nécessaire : "La capacité à contenir autant dans les mots que dans le corps est fortement sollicitée chez le thérapeute dans ces espaces thérapeutiques d'expression du corps."⁹⁹⁵

⁹⁹³ Stitelmann J., 2015, *Le concept de cadre en art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poïétiques, p.19.

⁹⁹⁴ Kestemberg E., 1962, L'identité et l'identification chez les adolescents. Problèmes théoriques et techniques, *La Psychiatrie de l'Enfant*, 5 : 441-522.

⁹⁹⁵ Potel, C., 2006, 3. Thérapie à médiation corporelle : un abord thérapeutique qui permet que les mots prennent corps. Dans : Potel C, *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France : Érès, pp. 39-49.

Le public de cette étude est carencé du point de vue du cadre. Les adolescentes développent des troubles du comportement qui révèlent l'insécurité dans laquelle elles se sont construites psychiquement et corporellement. Françoise Dolto évoque la difficulté de l'enfant qui a subi des manques à dire son désir et comment la relation thérapeutique dans le transfert est à imaginer pour répondre à ce besoin primaire d'espace où l'enfant peut s'exprimer : "(...) il y a quelque part un sujet qui a un désir propre, voilé, mais qui guette dans ses pulsions passives le moment où il sera trouvé par quelqu'un ; ou c'est un sujet qui, masqué d'indifférence prudentielle, à cause d'un état phobique envahissant, est animé de pulsions actives, et désire communiquer à travers elles avec quelqu'un qui accepte d'être totalement passif en sa présence, et disponible. C'est cela, cette disponibilité à la rencontre avec les pulsions le plus archaïques d'un être humain, qui est le propre du transfert (...)."996

L'état de disponibilité n'est pas inné, il se travaille. Avant chaque séance, je me prépare corporellement et psychiquement en dansant et en méditant. Mon cadre interne repose sur la construction d'un espace intérieur qui sera le support d'accueil des projections archaïques des adolescentes tout en étant un espace de support de mes émotions, et qui jouera un rôle transitionnel. Cet espace intermédiaire installe une sécurité interne qui évite de succomber à la réaction tant les adolescentes de cette étude sont en constante recherche de confrontation. C'est en rappelant les adolescentes à la modalité du mouvement qui fait tiers entre nous que se dégage un espace de travail des affects projetés. Cette posture rappelle la notion de cadre chez W. Bion⁹⁹⁷ qui place la mère comme réceptacle des éprouvés sensoriels bruts du bébé qu'elle va transformer "(...) en éléments psychiques propices à la symbolisation."⁹⁹⁸ La relation thérapeutique et la médiation "symboligène" agissent comme des contenants visant à la transformation.

Dans l'après-coup, l'analyse en supervision est également adjuvante pour élaborer sur le contre-transfert vécu en séance et travailler les impensés.

Dans le cadre d'une mise en jeu du corps dans la relation thérapeutique, comme c'est le cas en danse-thérapie, il apparaît éminent de relever le concept de contre-transfert somatique.

D'après les travaux de Marie-Claire Célérier, psychanalyste, neuro-psychiatre, spécialisée en psychosomatique, le corps, terrain du fantasme, peut soutenir l'actualisation des mouvements

⁹⁹⁶ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p. 275.

⁹⁹⁷ Bion W. R., 1974, *L'attention et l'interprétation*, Paris, Payot.

⁹⁹⁸ Stitelmann J., 2015, *Le concept de cadre en art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poétiques, p.30.

transférentiels.⁹⁹⁹ L'éprouvé physique et l'expression somatique du thérapeute peuvent être les témoins "(...) de la nature du lien et des enjeux psychiques (ré)actualisés dans l'espace thérapeutique (...)." ¹⁰⁰⁰

La psychologue et psychanalyste Annie Anzieu écrit que "Vigoureux ou affaibli, le corps reste un phénomène mystérieux qui s'intègre dans ce qu'il est convenu de nommer contre-transfert." ¹⁰⁰¹ La part mystérieuse du corps s'expliquerait par la manifestation parfois inconsciente des événements physiques. Les phénomènes corporels s'imposent, déstabilisent, surgissent sans que nous parvenions à les anticiper.

Il s'agit alors de porter une écoute attentive à ce que porte ce "corps-messager", nommé ainsi par les psychothérapeutes Isabelle Filliozat et Hélène Roubeix ¹⁰⁰² ou par le psychologue et psychanalyste René Roussillon ¹⁰⁰³, car le corps n'a cessé de transmettre des informations au thérapeute. Selon Catherine Potel, psychomotricienne, ces données permettent au professionnel de soin d'observer "(...) ce qui se réveille chez le thérapeute en présence de son patient, qui transfère sur lui des vécus primitifs, ceux-ci activant ce qui a été depuis longtemps enfoui dans la mémoire du corps du thérapeute, et qui est réveillé dans la relation transféro-contretransférentielle." ¹⁰⁰⁴ C'est pourquoi le travail de supervision s'avère déterminant dans l'analyse des contre-transferts corporels.

Enfin, le cadre interne se construit avant tout dans un cheminement thérapeutique personnel qui vise à instituer les bases d'une possibilité d'accompagner des publics dits vulnérable sans projeter ses propres problématiques sur autrui. Je ne le soulignerai jamais assez : le travail dans un espace thérapeutique personnel relève d'une impérieuse nécessité lorsqu'on souhaite être thérapeute.

Outre le rôle nécessaire du travail de renforcement du cadre interne, l'accueil institutionnel représente une donnée de viabilité du dispositif. Les temps de reprise avec l'éducatrice après

⁹⁹⁹ Célérier, M., 2013, Le corps de l'analyste. *Champ psy*, 63, pp.19-26.

¹⁰⁰⁰ Dumet, N., 2004, Le corps du thérapeute : lieu d'actualisation transféro-contretransférentielle, *Filigrane*, volume 13, numéro 2, pp. 81-95.

¹⁰⁰¹ Anzieu, A., 2006, Corps et contre-transfert, *Carnet Psy*, vol.111, pp. 27-32, p. 27.

¹⁰⁰² Filliozat, I., Roubeix, H., 2003, *Le corps messenger*, Paris, Desclée de Brouwer.

¹⁰⁰³ Roussillon, R., 2008, Chapitre 1. Corps et actes messagers. Dans : Chouvier B., *Corps, acte et symbolisation: Psychanalyse aux frontières*, Louvain-la-Neuve, Belgique, De Boeck Supérieur, pp. 23-37.

¹⁰⁰⁴ Potel, C., 2015, 9. Le contre-transfert corporel. Dans : Potel, C., *Du contre-transfert corporel: Une clinique psychothérapique du corps*, Toulouse, France : Érès, pp. 111-124.

chaque séance, les réunions d'équipe et la possibilité de communiquer aisément avec la psychiatre en fonction des situations et des événements qui surgissent en séance soutiennent mon cadre interne de thérapeute.

3.1.4 Un cadre institutionnel soutenant.

Concernant le cadre institutionnel, la théorie du psychanalyste et psychologue clinicien Jean-Claude Rouchy¹⁰⁰⁵, qui désigne la cohérence du dispositif en relation avec le cadre de l'institution, semble appropriée pour qualifier l'influence majeure de l'institution quant au processus thérapeutique en jeu dans l'atelier. Il est aussi essentiel que le cadre du dispositif s'insère dans l'encadrement institutionnel. C'est en travaillant sur des objectifs communs que la proposition fait sens pour l'usager.ère. Chaque séance s'inscrit dans les contraintes institutionnelles et l'approche de soins pluridisciplinaire de l'établissement. Dans le cas de cette étude, l'institution vise également à un accompagnement éducatif, thérapeutique et pédagogique contenant. La spécificité de la clinique des troubles du comportement appelle ce besoin de cadre que l'ITEP travaille à mettre en place. C'est pourquoi le dispositif de danse-thérapie, en s'axant sur la contenance, s'insère dans les objectifs institutionnels.

En art-thérapie, les écrits de Jean-Luc Sudres, Pierre Moron et Guy Roux, soutiennent les théories psychanalytiques, en évoquant la large place donnée à l'institution dans la fomentation des composantes du cadre en art-thérapie.¹⁰⁰⁶ Richard Forestier insiste sur la primauté du jugement de la structure médicale bien souvent à l'oeuvre face à la mise en place d'un atelier d'art-thérapie dans une structure de soin.¹⁰⁰⁷

Dans cette étude, la médecin-psychiatre de l'ITEP reconnaît les qualités des arts-thérapies dans l'accompagnement thérapeutique et promeut ces pratiques de soin au sein de l'équipe. Grâce à son investissement et sa posture vis-à-vis de l'institution et des équipes, la recherche a bénéficié de conditions d'accueils favorables : équipe à l'écoute, présence aux réunions, disponibilité de la médecin-psychiatre, reconnaissance des temps de post-groupe avec l'éducatrice, salle adaptée, mise en place du protocole de recherche facilitée.

¹⁰⁰⁵ Rouchy J.C, 2006, La conception du dispositif de groupe dans différents cadres institutionnels, *Revue de psychothérapie psychanalytique de groupe*, n°47, Erès, pp. 9-23.

¹⁰⁰⁶ Sudres J.L, Moron P., Roux G., 2003, *Créativité et art-thérapie en psychiatrie*, Masson, Paris.

¹⁰⁰⁷ Forestier R., 2000, *Tout savoir sur l'art-thérapie*, Lausanne, Favre.

Les indications en danse-thérapie se réfléchissent en équipe. Chaque adolescente est indiquée par la psychiatre et l'équipe en concertation avec la danse-thérapeute lors de réunions de préparation.

Les indications se basent sur la capacité de l'adolescente à être en groupe, son désir de danser et ses besoins identifiés relativement à une dynamique psycho-corporelle perturbée. Contrairement aux indications en psychomotricité où il s'agit de travailler à une relance sensorielle et au développement de la motricité dans un axe fonctionnel, je signifie en réunion d'équipe que la danse-thérapie s'ancre autour du processus de création et du cadre psychothérapeutique pour penser les indications.

L'éducatrice fait le choix d'accompagner la séance car elle s'intéresse à la danse-thérapie.

Elle n'est pas contrainte par l'équipe et ne montre aucun a priori sur cette approche encore méconnue au sein de l'institution. Bien que nos domaines de compétences soient différents, notre objectif est commun : il s'agit de créer une enveloppe, d'apporter un cadre sécurisant aux adolescentes. Si le cadre du dispositif peut tenir c'est grâce à l'implication de l'éducatrice spécialisée qui, dans la séance de danse-thérapie, maintient un rôle éducatif auprès des adolescentes : elle se charge d'isoler une adolescente s'il celle-ci perturbe le groupe ou se rend disponible si l'une d'entre elles se sent en difficulté. La clarté de son positionnement me permet de poursuivre la séance avec le reste du groupe et d'en maintenir le cadre.

Lorsque des événements difficiles ont traversé la séance, la disponibilité de la médecin-psychiatre a permis des reprises avec des jeunes ou des temps d'élaboration avec la danse-thérapeute. Suite aux difficultés de Souane à vivre la séance de danse-thérapie, nous avons pu nous rencontrer pour élaborer ensemble autour de ce départ et penser la manière dont cela allait être signifié à l'adolescente.

L'institution ITEP étant un lieu où les adolescentes en difficulté se rencontrent, les crises et les conflits éclatent jusque dans les couloirs. La nécessité est alors de proposer un espace de quiétude, un cocon hors du tumulte quotidien.

La salle dans laquelle se déroule les séances de danse-thérapie est une salle adaptée, habituellement utilisée par la psychomotricienne. L'espace est grand sans l'être excessivement (ce n'est pas un gymnase), ce qui garantit le besoin de contenance.

La salle est située au bout d'un couloir calme de l'institution où il n'y a pas d'agitation, à un étage peu fréquenté par les adolescentes. La salle renforce la sensation de cocon : les fenêtres sont hautes, ce qui permet d'avoir assez de lumière sans vis-à-vis direct avec les alentours.

Le fait d'être entourées de murs pose un cadre spatial fort et contenant : ce détail est important car ces jeunes filles sont vite déconcentrées. Un autre détail tout aussi essentiel réside dans le fait que personne ne peut les voir danser, ainsi leur intimité est préservée. Le choix du lieu qui abrite l'expérience de danse-thérapie est une donnée importante du cadre. Dans ce cas, la nécessité d'un espace contenant, à l'abri des regards est essentiel pour accueillir les angoisses de morcellement et d'explosion de ces adolescentes.

Si l'institution est garante des violences et parvient à établir un cadre pouvant accueillir le monde interne des patientes, alors elle fait office de seconde peau psychique "(...) sur laquelle viennent s'inscrire les éprouvés quotidiennement vécus."¹⁰⁰⁸ Ce concept de peau psychique fait écho à la théorie de l'expérience de la peau comme limite et support (corporel et psychique) élaborée par Didier Anzieu. La patiente répète ce qu'elle a vécu archaïquement mais cette fois-ci, elle le fait en présence d'un tiers, symbolisé par l'équipe, qui peut l'aider à prendre conscience de son vécu et à mieux l'intégrer. Ainsi, "(...) les qualités du cadre (sa fluidité, sa souplesse dans la fermeté) peuvent se développer dans la mesure où l'institution prend soin d'elle-même, c'est-à-dire dans la mesure où elle analyse les mouvements qui se déploient en son sein."¹⁰⁰⁹

Tout comme les thérapies psychanalytiques, le cadre art-thérapeutique témoigne de l'interdépendance des différents cadres qui le composent. La manière dont le cadre du dispositif est mis en place, reflète le cadre interne de la thérapeute en constante interaction avec le cadre institutionnel dans lequel il s'inscrit.

La théorie du cadre dans le champ de l'art-thérapie, bien que proche des théories psychanalytiques, s'offre la particularité de la médiation comme support. Ainsi, le corps du thérapeute en danse-thérapie est une matrice contenant des vécus archaïques mis en jeu dans la séance.

Outre le rôle de matrice qui accueille les mouvements transférentiels à l'oeuvre, le corps est également une voie d'évacuation des ressentis de la thérapeute. Par exemple, il m'est arrivé de danser suite à une séance pour "évacuer" les émotions et affects mis en jeu, dans une dimension cathartique. Le corps en mouvement agit comme une interface dynamique pour

¹⁰⁰⁸ Marty, F., 2007, L'institution de soin : un espace psychique interne. *Psychotropes*, 13, pp.99-113.

¹⁰⁰⁹ Marty, F., 2007, L'institution de soin : un espace psychique interne. *Psychotropes*, 13, pp.99-113.

soutenir les mouvements contre-transférentiels et consolider de ce fait le cadre interne de la thérapeute.

Le cadre interne est directement mis à l'épreuve dans le cadre du dispositif. La perméabilité est telle que la tenue d'une séance de danse-thérapie fluctue en fonction du positionnement de la thérapeute et de sa capacité à tenir un cadre souple et solide. L'observation des cas cliniques soulève l'importance de la supervision qui permet d'élaborer avec un tiers les mouvements transférentiels à l'oeuvre dans la relation thérapeutique et le dialogue institutionnel.

Bien évidemment, nous avons évoqué l'influence majeure du cadre institutionnel sur la mise en place d'un dispositif et sur la disposition de la thérapeute à accueillir l'institution tout en conservant la réalité thérapeutique de son dispositif.

Le cadre institutionnel, le cadre interne et le cadre du dispositif témoignent d'un fort impact sur la réussite de l'intervention. Ils en modifient la structure, l'efficacité et le propos. Il s'agit alors d'être attentive à l'inter-dépendance de ces différents cadres, de manière à créer un rapport harmonieux, gage de la réussite d'une intervention danse-thérapeutique et possible terrain des transformations émergentes.

Afin de soutenir théoriquement la notion de contenance et de cadre, le concept de *holding* est étudié en danse-thérapie.

3.2 La théorie du *holding* de D.W. Winnicott appliquée à la danse-thérapie.

La construction d'un espace sécurisé est l'un des thèmes majeurs de l'accompagnement pour aider les adolescentes à s'exprimer émotionnellement. La création de cet espace requiert des qualités de présence, d'ancrage et de communication non-verbale de la part de la danse-thérapeute, la mise en place d'un cadre précis et contenant en séance, la préservation du cadre interne de la danse-thérapeute (veiller à ses propres limites, cultiver une qualité de présence et de partage, prendre soin de soi), et implique d'observer les demandes du public.

En tant que danse-thérapeute, j'accompagne le processus des adolescentes de cette étude.

Pour ce faire, il s'agit d'écouter les demandes implicites, l'explicite étant hors-jeu pour ce public.

Il est très visible dans cette recherche, que le public a fourni les réponses à ses problématiques. Les trois adolescentes n'ont cessé de me montrer tout au long du travail leur besoin d'être contenues. Elles l'indiquent par leurs mouvements d'enroulement, leurs déplacements circulaires, leur insécurité spatiale, leurs attaques de cadre, leur incessante quête

de limites (corporelles, spatiales, relationnelles). Tout mon travail consiste à leur fournir les outils et le cadre nécessaires à leur déploiement.

C'est en observant ces trois jeunes filles que l'axe de la contenance est apparu une évidence thérapeutique : "Un travail de contenance est proposé afin qu'elles puissent ressentir et délimiter leur espace individuel : la création de leur espace personnel, de leur centre et de leurs limites dont la perméabilité est variable. Les patientes investissent beaucoup des mouvements en forme de boules, traduisant leur besoin de repli, de se contenir."¹⁰¹⁰

La contenance leur permet de construire un espace intime où appréhender leurs sensations et exprimer leurs émotions. L'application de la contenance est abordée en séance de danse-thérapie au travers des éléments "médiateurs" cités précédemment : contact, enveloppement, rythme, espace, cadre, *mirroring*.

La théorie du *holding* de D.W Winnicott apparaît être un support théorico-clinique pour appuyer le travail de contenance, particulièrement chez ces adolescentes peu "soutenues" dans leur cadre familial.

Il convient alors de réfléchir à l'application de cette théorie issue du champ psychanalytique à la danse-thérapie. Jacques Stitelmann rappelle l'importance d'une réflexion portée sur des concepts spécifiques à l'art-thérapie adaptés des théories des sciences humaines.¹⁰¹¹

Le concept de *holding* signifie littéralement "maintien" ou "portage." S'il désigne l'habileté du parent à maintenir le bébé, il se définit plus largement par la qualité des soins prodigués au bébé : "Le terme "maintien" (*holding*) est utilisé pour dénoter que l'on porte physiquement l'enfant mais il désigne aussi tout ce que l'environnement lui fournit antérieurement au concept de vie commune."¹⁰¹² Ainsi, en assurant un *holding* réussi, le parent participerait au développement psychique et corporel de l'enfant et l'ouvrirait à la relation : " Le maintien :

- Protège contre les dangers physiologiques.
- Tient compte de la sensibilité de la peau de l'enfant (toucher, température) ; (...).
- Il comprend toute la routine des soins jour et nuit (...)

¹⁰¹⁰ 4. Synthèse et analyse des résultats. 4.1 Synthèse des résultats relative à la grille de l'Effort de R.Laban et aux tableaux d'observation du mouvement. *Analyse du Mouvement*, pp. 278-281.

¹⁰¹¹ Stitelmann J., 2015, *Le concept de cadre en art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poétiques, p.14.

¹⁰¹² Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme Payot, p.365.

- Il s'adapte aussi jour après jour aux changements infimes dus à la croissance et au développement, changements à la fois physiques et psychologiques."¹⁰¹³

Un *holding* réussi est nécessaire à la construction psyché-soma : "L'existence psychosomatique est un accomplissement et, même si elle est fondée sur une tendance innée à grandir, elle ne peut être effective sans la présence d'un être humain qui participe activement au *holding* (maintien) et au *handling* (maniement) du bébé."¹⁰¹⁴ L'intégration psychocorporelle issue d'un *holding* favorable permettrait au nourrisson de se représenter ses limites, de développer un sentiment d'existence propre, et d'accéder à l'individuation : "Grâce aux bons soins, l'intégration peut commencer à s'établir et une personne à exister."¹⁰¹⁵

À l'inverse, un *holding* défaillant constitue une menace pour l'enfant qui va introjecter la faillite de l'environnement et la symboliser par l'angoisse. D'après Winnicott, un des types d'angoisse majeure développée par l'enfant réside dans la carence de la relation psyché-soma.¹⁰¹⁶ Dans cette étude, l'angoisse altère le schéma corporel des adolescentes et est visible dans les manifestations corporelles pathologiques. Il n'est pas anodin d'observer un morcellement corporel très présent chez les adolescentes de cette étude, particulièrement chez Maeva.

D'après Françoise Dolto, le morcellement est directement lié à la relation corporelle primaire : "Plus la relation à la mère est continûment vivante dans des relations subtiles vocalisées, visuelles, olfactives, mimiques, enjouées et ludiques hors des moments de manipulation pour le soin au corps de l'enfant, moins les fantasmes de morcellement s'établissent et perdurent."¹⁰¹⁷

Dans cette étude, Claire, qui n'a pas bénéficié de la présence de sa mère et dont le père présente un comportement violent, n'a résolument pas pu construire une image du corps symboliquement unie et sécurisée dans la prime enfance, ce qui pourrait suggérer la

¹⁰¹³ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme/l'homme, Payot, p.371.

¹⁰¹⁴ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot.

¹⁰¹⁵ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot, p.200.

¹⁰¹⁶ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot, p.200.

¹⁰¹⁷ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.71.

régression à un comportement animal, presque inhumain : "(...) une mère qui ne parle pas à son bébé en lui donnant à téter, tout en le caressant constamment, ou qui, au cours des soins, par dépression, se montre totalement indifférente, ne promeut pas chez l'enfant un sevrage favorable à la socialisation ultérieure, à une expression verbale et une motricité correctes."¹⁰¹⁸

La sensation d'une cohésion interne est relative à la manière dont l'enfant a bénéficié de soins et a perçu sensoriellement la qualité des soins prodigués : "Tout cela constitue un continuum cohésif, interne, limité à l'ensemble de son revêtement cutané, que des sensations tactiles ont délimité à l'occasion des soins maternels et du portage. C'est assez dire à quel point la mère, ou la nourrice, est vraiment le garant du narcissisme fondamental du nourrisson et ce jusqu'à la marche, et encore jusqu'à l'expérience acquise grâce aux retours réparateurs à la mère, après les difficultés relationnelles avec les autres en société."¹⁰¹⁹

Nous pouvons avancer que la relation primaire n'a pas assuré un maintien nécessaire au développement psycho-corporel des trois adolescentes de cette étude. Le signe manifeste de cette carence dans la relation primaire est l'expression de leur avidité à être enveloppées, touchées, bercées, entourées avec douceur et bienveillance dans un cadre sécurisé : "Tout le travail thérapeutique réside autour de l'axe de la contenance qui semble les apaiser : l'enveloppement, le bercement, le contact et le travail au sol. D'ailleurs, elles sont en constante recherche de contact, qu'elles amènent notamment par la périphérie (extrémités du corps), donc de manière extérieure."¹⁰²⁰

La dimension corporelle s'origine dans les premiers échanges avec l'environnement, et nous revenons toujours au concept de chair merleau-pontyen¹⁰²¹ qui entend une résonance entre corps et monde.

Nous pouvons supposer que si l'environnement familial, incarné par le parent face au bébé, réussit sa mission d'un échange sain et soutenant, alors le bébé se développe et accède à l'individuation : "Nous disons que le soutien du moi de la mère facilite l'organisation du moi

¹⁰¹⁸ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.107.

¹⁰¹⁹ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.157-158.

¹⁰²⁰ 4. Synthèse et analyse des résultats. 4.1 Synthèse des résultats relative à la grille de l'Effort de R.Laban et aux tableaux d'observation du mouvement. *Analyse du Mouvement*, pp. 278-281.

¹⁰²¹ Merleau Ponty M., 1964, *L'oeil et l'esprit*, Paris, Gallimard.

du bébé. Plus tard, le bébé sera capable d'affirmer sa propre individualité et même d'avoir un sentiment d'identité."¹⁰²²

En revanche si les conditions de l'environnement ne permettent pas un accompagnement sain de l'enfant, s'il y a présence d'une faillite entre corps et monde, alors le bébé n'accède pas aux stades nécessaires à son individuation.

Afin de permettre à ces jeunes adolescentes de se figurer un espace d'expression personnelle, le passage par l'individuation est nécessaire. Or, "si les soins maternels ne sont pas suffisamment bons, l'enfant ne parvient pas à exister vraiment (*come into existence*), puisqu'il n'y a pas de sentiment de continuité d'être (*no continuity of being*) ; (...)." ¹⁰²³ Il s'agit donc de restituer une relation thérapeutique qui fait écho à la relation primaire carencée.

D.W Winnicott étend la notion de *holding* aux soignant.e.s et thérapeutes qui accompagnent les patient.e.s dont les défaillances du *holding* ont entraîné des effets psychologiques et somatiques¹⁰²⁴. Pendant la séance, je maintiens (*hold*) le cadre et les corps, assurant une fonction symbolique primaire. Avec Maeva, ce travail de maintien relationnel lui permet de rester présente dans le groupe et d'accéder à une socialisation malgré son angoisse : "Dans les séances suivantes, plutôt que de fuir, elle parvient à verbaliser sa difficulté lors du moment de travail du sol. Je la rassure sur ce qu'elle réalise, lui adresse un retour positif concernant son évolution. Je lui dis que le groupe est là pour la soutenir, que tout le monde est ravi de sa présence. Je la contiens relationnellement."¹⁰²⁵

Plus qu'un simple "portage", le *holding* se définit par le cadre relationnel mis en place pour permettre un développement psycho-corporel adéquat.

Le *holding* appliqué à la danse-thérapie permet à ces jeunes filles carencées de faire l'expérience de l'archaïque à des stades infantiles où l'enveloppement, le bercement, le maintien par le contact, retravaillent symboliquement et matériellement la carence affective et

¹⁰²² Winnicott D. W., 1987 (1^{re} éd.), 1992, *Le bébé et sa mère*, Science de l'homme, Payot, p.29.

¹⁰²³ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot, p.377.

¹⁰²⁴ Winnicott D. W., 1987 (1^{re} éd.), 1992, *Le bébé et sa mère*, Science de l'homme, Payot, p.93.

¹⁰²⁵ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

physique : "Dans "maintien", il y a surtout le fait que l'on tient physiquement l'enfant, ce qui est une forme d'amour."¹⁰²⁶

Le terme "carencé" fait ici référence au milieu, à l'environnement de l'adolescente : "Une grand part des ennuis pour lesquels on consulte sont dus à une carence du milieu ; ce fait seul souligne l'importance essentielle de l'environnement et du cadre familial chez la plupart des adolescents qui parviennent effectivement à la maturité d'adulte (...)."¹⁰²⁷

On sait que les adolescentes de cette étude se sont développées dans un cadre familial défaillant et ont subi des atteintes corporelles. La carence du milieu est symbolisée par l'angoisse qui se manifeste via l'agitation (diagnostic de TDAH pour Maeva), la méfiance vis-à-vis d'autrui (en témoigne le long travail relationnel engagé en séance pour que le groupe "s'apprivoise"), la récurrence du symptôme (Katia qui se plaint répétitivement de douleurs somatiques, Claire qui se heurte et se blesse constamment), le rejet et la violence comme modes relationnels.

D.W. Winnicott relie la marque de l'angoisse à la carence de soins dans la prime enfance : "(...) je pense qu'il est indispensable que nous nous acharnions à débattre du sens de l'angoisse due à une carence dans la technique des soins : il en est ainsi lorsque l'enfant ne reçoit pas le soutien vivant et continu propre au maternage."¹⁰²⁸ Plus qu'une simple manifestation de l'angoisse, il s'agit d'observer tout un système développemental perturbé. Le schéma corporel des adolescentes est pathologique : Katia bloque ses membres inférieurs, Maeva présente un corps explosif et morcelé, Claire se maintient dans un registre de mouvement animal et pulsionnel. On voit bien à travers les cas cliniques écrits précédemment, l'état régressé de leur développement corporel.

Le travail de contenance, et notamment les temps d'enveloppement, de contact et de rythme, permettent d'apaiser l'agitation de Claire et Maeva et de les amener à investir de nouvelles capacités corporelles. Pour Claire, nous notons : "Le travail des systèmes, d'enveloppement, de rythme et de contact paraît favoriser sa capacité à se ressentir dans un cadre structurant et contenant. Ce travail de consolidation des appuis l'aide à explorer le niveau haut dans le plan vertical, à déverrouiller son bassin et à explorer le torse. Cette plus grande disponibilité du

¹⁰²⁶ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot, p.371.

¹⁰²⁷ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot, p.400.

¹⁰²⁸ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot, p.199.

centre du corps permet une ébauche d'exploration du schème centre-périphérie, fondateur dans le développement corporel."¹⁰²⁹

L'appréhension d'un espace contenant, à travers l'expérience de l'ancrage et des appuis des trois adolescentes, ouvre la voie à une modification du schéma corporel : "Le sol semble être contenant pour Maeva et l'aide à expérimenter un autre registre de mouvement. Elle explore le niveau bas en présentant des mouvements fluides, d'où émane une certaine douceur, avec une approche sensorielle du corps via des auto-contacts."¹⁰³⁰ ou encore : "L'objet médiateur des tissus permet aux patientes d'ouvrir sur le plan frontal car elles se sentent contenues et abordent ainsi des contacts plus directs entre elles."¹⁰³¹

La relation spatiale est également un élément du travail thérapeutique par l'expérience des limites qui déterminent le monde intérieur du sujet en relation avec l'espace extérieur : "J'observe un jeu de miroir centre/périphérie entre l'espace de la salle et l'espace du corps de chacune. Dans le cercle elles choisissent de reculer et d'avancer, le cercle étant un espace qui crée un dehors et un dedans."¹⁰³²

Katia traverse toute une phase où elle danse contre le mur, contre la limite spatiale. Ainsi, elle travaille ses appuis et s'érige à la verticale en cherchant le soutien de ses membres inférieurs par la contenance spatiale.

D. W. Winnicott explique qu'un être humain qui n'aurait pas bénéficié de soins suffisamment bons (*good enough*), d'un *holding* réussi, construirait son centre de gravité à l'extérieur, sur sa "coquille" plutôt que dans son centre, le "noyau". Cette construction en périphérie engendrerait des difficultés de différenciation entre dedans et dehors, et cristalliserait un empêchement à la constitution d'une membrane "frontière."¹⁰³³

Nous pouvons tisser un lien entre la théorie winnicottienne d'une construction périphérique, suite à une faillite du "noyau", avec l'analyse du mouvement des adolescentes de cette étude.

¹⁰²⁹ Etude de cas de Claire, voir précédemment dans cette thèse, pp.223-231.

¹⁰³⁰ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

¹⁰³¹ 4. Synthèse et analyse des résultats. 4.1 Synthèse des résultats relative à la grille de l'Effort de R.Laban et aux tableaux d'observation du mouvement. Analyse du Mouvement, pp. 278-281.

¹⁰³² 4. Synthèse et analyse des résultats. 4.1 Synthèse des résultats relative à la grille de l'Effort de R.Laban et aux tableaux d'observation du mouvement. Analyse du Mouvement, pp. 278-281.

¹⁰³³ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot, p.201.

Celles-ci témoignent d'une disponibilité faible à investir leur centre en relation avec la périphérie : "Corporellement, on peut remarquer qu'elles présentent toutes une absence du schème premier de développement moteur : le schème centre-périphérie."¹⁰³⁴

Nous avons vu, précédemment dans le corpus théorique, qu'un défaut d'intégration entre le centre et la périphérie peut entraîner des incapacités motrices. C'est le cas chez ces adolescentes dont le schéma corporel est marqué par le verrouillage de certaines parties du corps et par un registre de mouvement polarisé dans les extrêmes (la gestion du Flux en est la preuve). Il leur est donc difficile de distinguer leurs propres frontières si le cheminement du centre à leur périphérie n'est pas repéré.

La difficulté de ces adolescentes réside dans la reconnaissance des limites. La quête des "bords" est le fruit de leur recherche au sein de l'atelier de danse-thérapie : toutes trois ne cessent de solliciter le contact avec les limites qu'elles soient spatiales, corporelles (Katia qui place son corps dans des déséquilibres extrêmes, Claire qui se heurte aux limites spatiales et qui se "fond" dans le corps d'autrui, Maeva qui s'exprime uniquement avec la périphérie de son corps, etc), ou relationnelles (les adolescentes testent le cadre de la séance ainsi que mon cadre interne, m'enjoignant ainsi à "tenir" face à leurs déséquilibres).

Les adolescentes manifestent implicitement leur quête du centre à travers les enroulements et la récurrence de la notion de cercle qui figurent dans leurs mouvements et dans leurs productions dessinées. Leur demande répétée d'enveloppement, l'inscription avide dans le travail de mouvement au sol, leur adhésion aux danses "circulaires" traditionnelles, la remobilisation du centre de leurs corps (bassin, torse) notamment chez Katia, la condensation du mouvement qui passe d'une mobilisation des extrémités à un rassemblement autour du centre du corps (les gestes sont ramenés vers soi, notamment chez Maeva) confirment leur besoin et désir de consolidation du "noyau."

C'est dans l'exploration du centre en relation avec la périphérie que les adolescentes travaillent à une construction de leur "noyau" dans le but d'approcher leurs "frontières", pour reprendre les termes de Winnicott.

La quête des limites s'inscrit également dans la dynamique relationnelle, notamment face à l'adulte. C'est dans la mise en jeu de la relation primaire que la différenciation peut s'opérer. Dans cette recherche, l'identification symbolique à la mère (ou au parent) transparaît dans le transfert chez les trois adolescentes. En séance, Katia se positionne comme une enfant en bas

¹⁰³⁴ 3.1.3 Tableaux synoptiques des résultats d'observation du mouvement, pp.260-270.

âge suite au temps d'enveloppement ou dans les jeux dansés : "J'interprète aussi ce comportement comme relevant de l'archaïque car Katia est blottie en position foetale et souhaite que l'on vienne la réveiller comme une maman le ferait avec son tout-petit.

Cette position de "toute-petite", voir d'enfant, se retrouve par ailleurs dans des jeux dansés en séance où elle dit s'imaginer être une enfant qui joue, lorsqu'elle boude et qu'elle n'accepte de revenir avec le groupe que si je vais la chercher en lui prenant la main. Ce transfert affectif est présent, elle est l'enfant puis moi ou l'éducatrice sommes tour à tour, la maman qui vient la chercher, la bercer, la réveiller."¹⁰³⁵

Claire montre un comportement régressé qui nécessite un accompagnement équilibré (ni trop proche, ni trop distant) afin qu'elle puisse trouver une sortie à cet état régressif et aborder un espace qui lui est personnel : "Je veille à ne pas déborder de mon cadre thérapeutique malgré ce ressenti mais à m'appuyer dessus pour construire la relation thérapeutique. De son côté, Claire transfère la figure maternelle sur moi ou sur l'éducatrice. Elle peut par exemple nous appeler "maman" et rechercher en nous cette représentation maternelle qui lui manque de par son histoire."

Lorsque Maeva se trouve en difficultés et fuit aux toilettes, je la rassure et la contiens relationnellement afin qu'elle reste dans le groupe malgré son angoisse : "La relation transférentielle lui permet d'envisager des corporalités apaisées auxquelles elle peut s'identifier."¹⁰³⁶

Dans ces trois cas cliniques, nous observons que la relation transférentielle patiente-thérapeute porte les enjeux d'une identification primaire sur laquelle les adolescentes s'appuient pour construire leur évolution : "Car le fait d'avoir un corps pris d'emblée dans un ensemble de relations identificatoires, se traduit immédiatement par la création d'un espace où l'on distingue un dedans et un dehors. Cette distinction signifie deux choses complémentaires : que le corps se ferme sur lui-même tout en s'ouvrant sur un espace qu'il délimite et par quoi il est délimité."¹⁰³⁷

Dans le groupe de cette recherche, les adolescentes investissent principalement le plan sagittal qui "ferme sur soi" et n'ouvre pas relationnellement à l'autre : "Sur le plan psycho-corporel, ce groupe présente des corporalités marquées par le plan sagittal notamment avec la prévalence

¹⁰³⁵ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

¹⁰³⁶ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

¹⁰³⁷ Sami-Ali M., 1984, *Corps réel, corps imaginaire*, Collection Psychismes dirigée par Didier Anzieu, Dunod, Paris, p.88.

de l'enroulement : nombreuses roulades, mouvements de repli sur soi qui renvoient à une structuration primaire (bébé). Le plan sagittal ferme l'espace sur soi, c'est un plan qui génère la contenance. A contrario, on peut observer une absence du plan horizontal qui désigne l'ouverture vers l'extérieur et à l'autre."¹⁰³⁸

Afin de constituer son individuation, l'enfant construit progressivement l'appréhension de son intériorité qui le différencie de l'environnement extérieur : "(...) il apparaît dans la suite du développement ce qu'on pourrait appeler une membrane de délimitation, qui se confond jusqu'à un certain point (dans les cas normaux) avec la surface de la peau ; elle se situe entre le "moi" et le "non-moi" (*me, not me*) de l'enfant. Ainsi le nourrisson en vient à avoir un intérieur et un extérieur et un schéma corporel."¹⁰³⁹

La construction d'une délimitation par la peau est évoquée par D.W Winnicott et largement explicitée dans la théorie du *Moi-Peau* de Didier Anzieu que nous allons à présent détailler.

3.3 Le *Moi-peau*, une théorie de l'enveloppement en danse-thérapie.

Didier Anzieu dépasse la donnée organique de la peau pour créer un concept qui s'inscrit "(...) comme système de protection de notre individualité en même temps que premier instrument et lieu d'échange avec autrui."¹⁰⁴⁰ Le concept de *Moi-peau* prend en compte la dimension psychique et relationnelle du sujet et enrichit, de fait, les domaines de la psychologie et de la psychanalyse.

Les qualités impressives et expressives du *Moi-Peau* figurent une surface qui délimite et contient à la fois. La métaphore du noyau et de l'écorce introduite par le psychanalyste Nicolas Abraham¹⁰⁴¹, inspire Didier Anzieu qui avance que le "noyau", qu'il définit par le psychisme, se situerait à la périphérie, sur l'enveloppe de la peau. Cette réflexion fait écho à la métaphore winnicottienne de la "coquille" où se construisait le développement du sujet carencé plutôt que dans le "noyau", comme vu précédemment.

À l'inverse de Winnicott, Anzieu envisage la construction psychique et relationnelle sur la périphérie de la peau comme commune aux individus, sans forcément la présence de carences.

¹⁰³⁸ 4. Synthèse et analyse des résultats. 4.1 Synthèse des résultats relative à la grille de l'Effort de R.Laban et aux tableaux d'observation du mouvement. *Analyse du Mouvement*, pp.278-281.

¹⁰³⁹ Winnicott D. W., 1958 (1^{re} éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme, Payot, p.367.

¹⁰⁴⁰ Anzieu D., 1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.25.

¹⁰⁴¹ Abraham M., 1978, *L'Écorce et le noyau*, Paris, Aubier-Montaigne.

Le caractère perméable et imperméable de la peau figure sa capacité à toucher autant qu'à être touché.e et ramène aux phénomènes de tactilité et à la sphère émotionnelle. La peau "(...) est le siège du bien-être et aussi de la séduction. Elle nous fournit autant en douleurs qu'en plaisirs. Elle transmet au cerveau les informations provenant du monde extérieur, y compris des messages "impalpables" qu'une de ses fonctions est justement de palper sans que le Moi en soit conscient."¹⁰⁴²

La peau se pose donc comme un espace intermédiaire, transitionnel, pour reprendre le terme de Winnicott, entre le sujet et le monde.

Didier Anzieu présente une définition du *Moi-Peau* qui symbolise l'essentialité de l'échange entre la surface de la peau et l'environnement pour fonder le développement psychique et corporel de l'humain : "Par Moi-Peau, je désigne une figuration dont le Moi de l'enfant se sert au cours des phases précoces de son développement pour se représenter lui-même comme Moi contenant les contenus psychiques, à partir de son expérience de la surface du corps".¹⁰⁴³

Par cette définition, le psychanalyste signifie la nécessité d'une enveloppe psychique, réelle membrane du déploiement narcissique et de la construction d'un bien-être fondateur.¹⁰⁴⁴

Afin de construire cette enveloppe fondamentale, le rôle maternant (plutôt que maternel, par souci d'inclusion du père ou de toute autre personne liée à l'enfant¹⁰⁴⁵) réside dans la réponse sensorielle et psychique aux demandes du bébé : "D'où la construction d'une enveloppe de bien-être, narcissiquement investie, support de l'illusion, nécessaire à fonder le Moi-peau, qu'un être accolé de l'autre côté de cette enveloppe immédiatement en symétrie complémentaire à ses signaux : illusion sécurisante d'un double narcissique omniscient à sa disposition permanente."¹⁰⁴⁶

¹⁰⁴² Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.39.

¹⁰⁴³ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.61.

¹⁰⁴⁴ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.61.

¹⁰⁴⁵ La préférence du terme "maternant" plutôt que "maternel" est décrite par Anzieu comme un choix afin de "ne pas limiter l'entourage à la mère biologique" dans Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.77. Nous appliquons la pluralité du terme en phase avec une société en constante évolution, gageant que l'environnement maternant peut tout aussi bien désigner le père, une seconde mère, un second père ou toute autre personne qui assure les soins de l'enfant.

¹⁰⁴⁶ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.65.

Didier Anzieu indique qu'il ne s'agit pas seulement d'entourer le bébé mais également de laisser un espace à sa réponse : "(...) être un Moi, c'est se sentir la capacité d'émettre des signaux entendus par d'autres."¹⁰⁴⁷

Si l'environnement joue un rôle fondamental dans la viabilité du développement du *Moi-Peau* chez le nouveau-né, alors nous pouvons avancer qu'une carence de l'environnement entraînerait des désordres d'intégration psychique et corporelle et réduirait la capacité de reconnaissance des limites.

3.3.1 Carence du *Moi-peau*.

Nous croisons la notion de carence du *Moi-Peau* avec la pensée de Winnicott qui affirme que la carence maternante produit des effets néfastes plus ou moins profonds sur l'enfant selon son stade de développement.¹⁰⁴⁸ Selon Winnicott, les tendances aux troubles affectifs, les comportements antisociaux, les crises de colère, la dépendance et l'opposition pathologique découleraient de traumatismes survenus dans la prime enfance. Si l'entourage maternant est défaillant ou absent, comment introjecter les messages de l'environnement qui constituent l'édification du Moi ?

Dans cette étude, les adolescentes témoignent d'une enfance où les problématiques familiales engendrent l'abandon, l'absence, ou les mauvais soins. L'intériorisation des affects, pensées, et images bienveillantes de l'entourage maternant, relevé comme essentiel par Anzieu, ne peut se réaliser dans le cas des trois adolescentes de cette recherche. Ainsi, la carence mène à la fomentation d'une seconde peau "(...) prothèse substitutive, ersatz musculaire, qui remplace la dépendance normale vis-à-vis de l'objet contenant par une pseudo-indépendance."¹⁰⁴⁹

Pareil au concept de cuirasse musculaire de Reich, la seconde peau d'Anzieu figure une carapace de protection construite sur un rapport d'agressivité : "(...) attaquer est un moyen efficace de se défendre ; c'est prendre les devants, se préserver en tenant le danger à distance."¹⁰⁵⁰

Les adolescentes de cette étude témoignent d'un mode relationnel agressif où l'attaque d'autrui, du cadre et de l'environnement est constante. Nous l'observons particulièrement au

¹⁰⁴⁷ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.84

¹⁰⁴⁸ Winnicott D.W, 1970 (1ère édition 1965), L'enfant en bonne santé et l'enfant en période de crise. Quelques propos sur les soins requis, in *Processus de maturation chez l'enfant*, Payot, p.22-23.

¹⁰⁴⁹ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.220.

¹⁰⁵⁰ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.221.

début de cette recherche où la violence verbale et physique se rejoue sans cesse en séance. Les adolescentes crient, insultent, se heurtent, frappent, etc. Katia jette un trampoline dans la salle, Maeva agresse physiquement ses camarades, Claire insulte les autres et l'espace auquel elle se cogne.

Les stratégies de détour, de non-confrontation, sont déployées afin de ne pas répondre au comportement agressif, comme expliqué dans les paragraphes précédents.

Cette seconde peau de rejet et d'opposition se pose comme système défensif pour renforcer la protection vis-à-vis de l'environnement et montre l'activation d'une intériorité carencée. Didier Anzieu explique que si la carence se situe du côté d'un environnement primaire brusque et incohérent, l'appareil psychique s'en protège. Si l'environnement maternel est absent, déprimé, alors la seconde peau agit comme activation d'une intériorité peu nourrie.¹⁰⁵¹

Parmi les symptômes cités relativement à défaillance du *Moi-Peau* et à la caractérisation d'une "fausse peau" substitutive, il note l'"allure mi-humaine, mi-animale."¹⁰⁵² L'évocation est significative du comportement de Claire qui se comporte tel un animal en début de recherche : "Car en séance, Claire se meut bestialement, jusqu'à renifler, lécher le sol, se gratter frénétiquement avec sa jambe comme un animal le ferait avec sa patte. Son corps présente une posture les fesses en arrières, la tête en avant, les bras repliés contre son torse avec les mains recourbées, comme une posture d'animal aux aguets."¹⁰⁵³

Anzieu évoque également la réaction de méfiance "(...) envers ce que les autres proposent comme bon et qui risque d'être mauvais"¹⁰⁵⁴ comme symptomatique d'un *Moi-Peau* en souffrance. La méfiance des adolescentes vis-à-vis de la séance et de la danse-thérapeute, qu'elles ne connaissent pas contrairement à l'éducatrice, nécessite de longs mois où nous nous "apprivoisons" afin d'établir un sentiment de confiance réciproque.

Anzieu parle de "(...) la difficulté pour les autres de trouver comment entrer en contact avec de tels sujets"¹⁰⁵⁵ qui se protègent au point de rejeter la relation. Pour en avoir fait l'expérience durant les séances, le rejet d'autrui semble caractéristique de la clinique des troubles du comportement et peut s'expliquer par l'expérience carencée de l'environnement primaire.

¹⁰⁵¹ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.222.

¹⁰⁵² Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.223.

¹⁰⁵³ Etude de cas de Claire, voir précédemment dans cette thèse, pp.223-231.

¹⁰⁵⁴ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.223.

¹⁰⁵⁵ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.223.

La difficulté sociale traverse le quotidien des trois adolescentes de cette étude qui ne parviennent pas à présenter un contact adapté à autrui, ce qui engendre une marginalisation. Claire, Katia et Maeva présentent toutes un parcours scolaire entravé et des incapacités à se lier avec leurs pairs (scolarité, Itep, etc).

La plainte somatique récurrente chez Katia ou l'expérience de la douleur chez Claire qui ne cesse de blesser son corps renvoient à la notion de quête de douleur qui s'active pour générer les bons soins manquants : "À la limite s'infliger à soi-même une enveloppe réelle de souffrance est une tentative de restituer la fonction de peau contenant non exercée par la mère ou l'entourage, ce que nous allons voir également : je souffre donc je suis".¹⁰⁵⁶

L'agitation motrice, caractéristique de Maeva, comme une barrière érigée contre la communication, rejoint la description d'Anzieu qu'il nomme le "Moi-carapace."¹⁰⁵⁷ Le terme "carapace" semble à propos pour ces adolescentes qui se construisent dans le registre défensif afin de protéger "la chair à vif, sans peau" de leurs constructions psychiques. Le système de pare-excitation n'agit plus et l'adolescente a besoin d'être protégée.

Maeva construit une barrière d'agitation motrice et de bruits incohérents, comme une enveloppe pathologique, qui permet l'expérience sensorielle, même excessive.¹⁰⁵⁸ Nous observons que la logorrhée et l'agitation extrêmes de Maeva, se réduisent progressivement à mesure que la recherche avance et que la contenance s'intègre. La danse-thérapie accompagne l'adolescente carencée en proposant un travail thérapeutique soutenu par le processus de création.

3.4 La danse-thérapie comme accompagnement du sujet carencé.

Le travail danse-thérapeutique déployé dans cette recherche vise à accompagner les adolescentes dans un processus contenant afin qu'elles puissent déployer leurs capacités.

Tout au long de la recherche, les adolescentes affichent un besoin de seconde peau et d'enveloppement. En séance, l'observation de comportements sollicitant les limites corporelles, psychiques et relationnelles amène à penser un dispositif et des propositions favorisant la contenance. Le rythme, le contact, l'enveloppement, le cadre, la relation thérapeutique, la groupalité sont autant d'éléments qui, abordés dans une visée contenant, et qui permettent de faire "peau".

¹⁰⁵⁶ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.229.

¹⁰⁵⁷ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.267.

¹⁰⁵⁸ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.136.

Didier Anzieu décrit plusieurs fonctions relatives au *Moi-Peau* : pare-excitation, maintenance, contenance, individuation, intersensorialité, soutien de l'excitation sexuelle, recharge libidinale et inscriptions des traces.¹⁰⁵⁹ Afin d'observer comment la danse-thérapie offre des pistes de réponses aux carences identifiées, nous décrivons les expériences menées avec le public des adolescentes de cette étude.

Anzieu affirme que le cadre psychanalytique assure une fonction de pare-excitation.¹⁰⁶⁰

Nous supposons alors que le cadre danse-thérapeutique remplit également cette fonction.

La danse-thérapie permettrait d'assurer une protection des éléments relatifs à l'environnement qui pourrait être sources de perturbations pour le sujet. La répétition du *setting* : la régularité des horaires, du lieu, de la composition du groupe et du déroulement des séances favorisent la création de repères et "(...) atténuent les discontinuités introduites par les variations de rythmes physiques et organiques."¹⁰⁶¹

La mise en place d'un espace de danse-thérapie qui protège des intrusions de l'environnement extérieur (personne n'est autorisé à assister à la séance hormis le groupe choisi, l'intimité de la salle où se déroule la séance) permet également d'assurer un cadre psychique et corporel pare-excitant.

Les valeurs de respect et de bienveillance, l'interdit de la violence, la posture de neutralité de la danse-thérapeute (travail du cadre interne, élaboration du contre-transfert, construction d'un espace transitionnel interne pour accueillir les éprouvés) "(...) *minimisent* les stimulations exogènes et *maximisent* l'attention portée à l'excitation interne, première condition de sa compréhension."¹⁰⁶²

La fonction de maintenance décrite par Didier Anzieu désigne le soutien prodigué au bébé par l'effet de la relation maternante : il s'agit du maintien physique et psychique : "Le Moi-peau (...) maintient le psychisme en état de fonctionner (...), tout comme la mère maintient en ce même temps le corps du bébé dans un état d'unité et de solidité."¹⁰⁶³ Le maintien est retravaillé en danse-thérapie notamment à travers le travail des appuis (par exemple à travers les verbes d'actions "s'appuyer", "repousser" ainsi que l'expérimentation des schèmes de mouvement) et le support de l'enveloppe spatiale (travail contre et avec le sol, les murs) pour

¹⁰⁵⁹ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, pp.121 à 129.

¹⁰⁶⁰ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.259.

¹⁰⁶¹ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.259.

¹⁰⁶² Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.259.

¹⁰⁶³ Anzieu D.,1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.121-122.

s'ériger. On peut le voir particulièrement chez Katia qui "(...) explore le travail d'ancrage et construit des bases corporelles pour se sentir soutenue."¹⁰⁶⁴

La fonction contenant désigne les enveloppes tactiles, sonores et psychiques qui accueillent les pulsions et les limitent : "Le "contenant" proprement dit, stable, immobile, s'offre en réceptacle passif au dépôt des sensations-images-affects du bébé (...)." ¹⁰⁶⁵ Tandis que le "conteneur", le bébé, agit en transformant par sa capacité de rêverie ses sensations-images-affects en représentations acceptables.¹⁰⁶⁶

En danse-thérapie, la fonction contenant se retrouve dans le rôle de la médiation qui permet de recevoir les pulsions tout en leur offrant un cadre propice à leurs transformations.

Le rythme contient l'agitation motrice et psychique de Maeva : "Le travail du cercle en relation avec le rythme lui permet d'aborder l'espace sans être complètement éclatée corporellement. Le rythme la contient."¹⁰⁶⁷

Le *mirroring* assure une contenance corporelle par le renvoi immédiat d'une image de soi, amplifiée par autrui. Katia s'appuie sur mes propositions de mouvement dans le *mirroring* pour s'autoriser à explorer de nouveaux états de corps : "Cela vient progressivement et elle s'appuie sur la relation qu'elle a tissé avec moi ainsi que sur mes mouvements pour évoluer. Elle est en miroir avec moi et j'utilise ce *mirroring* pour l'inviter à investir des qualités de mouvements plus relâchés au sol et à aborder le facteur Temps soudain, tout en lui renvoyant l'image d'elle-même qu'elle me donne avec ses mouvements."¹⁰⁶⁸ Le *mirroring* participe également à l'inclusion de Claire dans le groupe qui amplifie ses mouvements.

L'enveloppement avec les tissus agit comme une seconde peau et permet aux adolescentes de s'extraire de leurs habitudes corporelles. Les tissus qui enveloppent complètement Katia l'invitent à l'exploration du sol. Lorsqu'elle se glisse dans le sac tubulaire, elle poursuit l'expérimentation du niveau bas et s'ouvre à la relation. Maeva s'apaise lorsqu'elle est enveloppée ou contactée et recrée cette expérience dans sa quête de contact corporel vis-à-vis

¹⁰⁶⁴ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

¹⁰⁶⁵ Anzieu D., 1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.124. Anzieu s'appuie sur la réflexion de René Kaës pour élaborer le rôle du contenant, voir Kaës R., 1979, Introduction à l'analyse transitionnelle, in *Crise, rupture et dépassement*, Paris, Dunod.

¹⁰⁶⁶ Anzieu D., 1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.124. Le rôle du "conteneur" fait écho à la fonction alpha élaborée par Bion dans Bion W.R., 1979, (1ère édition 1962), *Learning from Experience*, London, Heinemann; tr. fr. *Aux sources de l'expérience*, Paris, puf.

¹⁰⁶⁷ Etude de cas de Maeva, voir précédemment dans cette thèse, pp.238-247.

¹⁰⁶⁸ Etude de cas de Katia, voir précédemment dans cette thèse, pp.231-238.

du groupe. Enfin, Claire témoigne d'un besoin crucial de contact et d'enveloppement et nous voyons combien cela l'aide à affiner sa conscience corporelle. Le principal résultat étant qu'elle ne se blesse plus contre les limites spatiales et qu'elle aborde autrui par des contacts davantage adaptés.

La relation transférentielle agit comme un réceptacle et un appui pour accueillir les angoisses qui se réactivent durant la séance. C'est en entourant relationnellement Claire qu'elle parvient à se calmer et qu'elle s'apaise. L'enveloppe est également sonore puisque la modulation de ma voix et la musique mélodieuse diffusée en séance travaillent à instaurer un climat de quiétude. Je contiens relationnellement Maeva lorsque celle-ci est harassée par ses angoisses et ne parvient pas à rester en séance. Le dialogue, l'écoute et le regard porté sur elle agissent comme contenant et limitent la fuite.

L'espace que j'offre à Katia pour qu'elle puisse revenir dans le groupe après une colère ou une frustration rappelle la réflexion d'Anzieu à propos de l'espace nécessaire au bébé pour élaborer sa réponse aux stimuli externes.¹⁰⁶⁹

La groupalité génère aussi un effet contenant de par la diffraction des pulsions projetées sur l'ensemble du groupe. Nous assistons à des phénomènes de contagion qui peuvent tout autant désorganiser ou sécuriser le groupe : "Il suffit d'une opposition de la part de l'une d'entre elles pour que tout le groupe soit mis à mal : refus de participer, violence verbale et physique, flot de paroles ininterrompu."¹⁰⁷⁰ Nous observons l'évolution de cette contagion au cours de la recherche : d'une groupalité agressive, nous glissons vers des comportements relationnels apaisés et bienveillants.

Les adolescentes finissent par se consoler et se soutenir. Maeva et Claire se contactent longuement dans le mouvement avec douceur et tendresse. L'image de Maeva lovée en fœtus contre Claire est explicite. En séance, Katia rassure les deux autres adolescentes plus jeunes. Lorsque Maeva présente des difficultés à exprimer sa tristesse suite au dessin qui symbolise la scarification de ses amis, Katia prend le relai et lui "prête" ses mots pour élaborer. Les séances sont emplies de tels exemples qui rendent visible l'enveloppe groupale.

La réflexivité du contact, le fait de toucher et d'être touchée, permet un étayage autant tactile que symbolique et invite à l'élaboration des sensations puis de la pensée.¹⁰⁷¹ L'exclamation de

¹⁰⁶⁹ voir plus haut dans le texte p.357.

¹⁰⁷⁰ Etude des cas, groupalité, pp.221-223.

¹⁰⁷¹ Anzieu D., 1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.84.

joie de Claire qui glisse ses mains sous celles des adultes révèle ce bien-être vécu suite à l'expérience tactile et relationnelle.

Nous pouvons également indiquer que les éléments sus-cités participent à l'élaboration des autres fonctions du *Moi-Peau* : individuation, intersensorialité, soutien de l'excitation sexuelle, recharge libidinale et inscriptions des traces.

De manière générale, nous observons combien la peau est la surface de prédilection dans cette étude pour venir travailler un psychisme et un corps en manque d'enveloppes. Le rôle actif de l'adolescente qui, dans l'expérience de l'enveloppe, apprend à identifier ses sensations et à se différencier, assoit sa sécurité narcissique et renvoie au développement de l'enfant : "Les limites de l'image du corps (ou l'image des limites du corps) sont acquises au cours du processus de défusion de l'enfant par rapport à sa mère (...)." ¹⁰⁷²

L'élaboration corporelle construit la représentation psychique : c'est par l'expérience sensorielle de la peau que je ressens mes limites. L'exploration en mouvement que propose la danse-thérapie travaille à l'affinement de la conscience corporelle : "(...) il va s'agir, au travers de mouvements simples, dont le premier est la respiration, de se sentir être, être en poids, en volume, en longueur, en largeur enveloppé d'une peau qui délimite le dedans du dehors. Être dans sa peau." ¹⁰⁷³

Le travail des systèmes proposé en séance ravive l'expérience sensorielle. Il s'agit de se sentir du "dedans" (os, muscles) jusqu'à la surface externe de la peau : "Accepter d'être suffisamment détendu "dans sa peau", à l'intérieur de sa propre enveloppe, pour pouvoir accéder à la sensation des ses appuis osseux, profonds, et non plus s'agripper aux raideurs musculaires, carapaces défensives, ou protectrices, c'est bien aussi accepter d'être «séparé» de l'autre." ¹⁰⁷⁴

En travaillant au rétablissement du *Moi-peau*, il est question de construire une enveloppe psychique assez solide pour permettre l'élaboration des sensations, images et mouvements qui émergent en séance.

¹⁰⁷² Anzieu D., 1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod, p.54.

¹⁰⁷³ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.52.

¹⁰⁷⁴ Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97, p.52.

3.5 Le travail de développement du *Moi-peau* et du *holding* comme condition de l'expérience des *phantasia*.

La théorie du *Moi-peau* soutient les transformations des trois adolescentes qui, au fur et à mesure de la recherche, développent leurs expériences des enveloppes psychiques, corporelles et relationnelles.

Nous avançons que, pour des sujets présentant des pathologies ou des troubles nécessitant un accompagnement thérapeutique, des conditions doivent être réunies pour permettre aux sujets de déployer leurs capacités. Dans cette recherche, les théories psychanalytiques du *holding* et du *Moi-peau*, appliquées au domaine de la danse-thérapie, permettent de dégager un contexte favorable aux transformations, c'est-à-dire à l'expérience des *phantasia*.

C'est par l'expérience de la contenance que les trois adolescentes de cette étude montrent la présence d'émergences contingentes à leurs évolutions psycho-corporelles : leurs palettes de mouvements évoluent, l'accès à leur sensations se développe, l'expression des émotions s'accroît. Nous pouvons observer la présence de ces émergences aux travers des outils d'analyse du mouvement, de figuration (dessins) et d'élaboration verbale (verbatim).

Il s'agit donc de construire un dispositif, un cadre et une relation qui permettent l'activation du corps vivant et son expression dans le corps vécu. Dans le cas des adolescentes qui souffrent de troubles du comportement, le corps présente des entraves au développement. Il porte les marques d'incapacités que l'on peut observer à travers la désorganisation du schéma corporel et s'ancre dans un vécu négatif, en témoigne l'image du corps des adolescentes. Françoise Dolto écrit : "Il s'agit de remonter l'histoire de ce mal-vivant, afin d'aider le sujet à retrouver le chemin parcouru pour communiquer avec nous un désir bien à lui, à travers son schéma corporel, par une image du corps qui n'a pas évolué mais qui est demeurée narcissiquement resuscitable."¹⁰⁷⁵ Le travail consiste donc à élaborer les outils facilitant l'émergence de cet "irreprésentable" pour l'enfant. La danse, comme médiation, autorise l'indicible à s'exprimer de manière détournée, par le corps, et autrement qu'à travers le symptôme : c'est la réussite de la symbolisation.

Au-delà de la constatation de l'échec de l'émersion du vivant au vécu, en raison du caractère partiel des données qui émergent, tentons de dépasser l'état d'impropriété du corps afin de dégager les conditions nécessaires à l'émersion de l'éveil capacitant. La notion de corps capacitaire désigne les capacités qui s'activent dans le passage du vivant au vécu, "(...) soit ses possibilités d'agir au plus près de ce qu'il est, de ce que son corps peut proposer lors du

¹⁰⁷⁵ Dolto F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Editions du Seuil, Paris, p.275.

mouvement, sans une limitation du corps vécu."¹⁰⁷⁶ Quel que soit le public, l'enjeu est de proposer une réflexion sur les facteurs adjuvants à l'éveil en vue d'une amélioration (des performances, des capacités).

L'enjeu de cette étude est d'offrir aux adolescentes les moyens de développer leurs capacités corporelles : déverrouiller les zones corporelles bloquées, apaiser l'agitation, développer la palette expressive, sortir des fixations rigides et pathologiques. Le travail d'accordage relationnel, l'accroissement de leurs capacités corporelles et le processus de création enrichissent leur potentiel psychique. Ainsi, cette recherche ne fait pas juste état du corps impropre mais se penche sur les facteurs qui accroissent la visée capacitante du trajet du corps vivant au vécu.

Le terme "facteur capacitant" est créé afin de désigner les éléments facilitant le déploiement des *phantasia* et offrant des capacités psychiques et corporelles pour les adolescentes. L'intérêt de cette présente recherche vise, non pas à étudier la finalité du processus d'éveil ou son cheminement, mais les conditions nécessaires à son déploiement dans un but d'élévation capacitaire.

En nous concentrant sur les facteurs capacitants, nous amplifions l'impact de l'éveil.

Cette théorisation du "comment" permet de réfléchir à une adaptation du protocole opératoire de l'éveil en fonction des résultats ou objectifs attendus. Dans cette étude, il m'est difficile de constater l'échec de l'éveil lors du premier protocole même si cette finalité représente en elle-même un résultat. Un second protocole émerge alors, soutenu par les théories du *holding* de Winnicott et du *Moi-peau* d'Anzieu.

Il m'est avis que la démarche scientifique, surtout dans le domaine des arts-thérapies mais également dans les sciences dites "exactes" ou les sciences du sport, ont pour objectif commun le développement du sujet. L'efficacité thérapeutique en art-thérapie comme en psychologie, ou la performativité pour les sciences du sport, témoignent d'une quête dont l'objectif vise l'évolution du sujet.

Si nous avons la possibilité d'accroître la dynamique de l'éveil émergiologique, le dialogue entre le corps vivant et le corps vécu n'en serait que plus riche et moins incomplet. Imaginons la qualité des informations qui cheminent de l'inconscient à la conscience que nous pourrions ainsi percevoir et observer !

¹⁰⁷⁶ Paintendre, A. & Andrieu, B., 2015, Le corps capacitaire des adolescent(e)s : une émergence du vivant dans leur perception du step. *Staps*, 108, pp.49-59.

Afin de penser "(...) une philosophie du corps dans la relation du corps vivant à son corps vécu."¹⁰⁷⁷, nous invitons à nous pencher sur les conditions de déploiement de cette relation afin de mieux l'appréhender.

Ainsi, la description de l'émersion involontaire du vivant à la conscience du vécu n'en sera que plus vive. Il ne s'agit pas seulement d'élaborer une immersion dans une pratique corporelle, une technique ou autre, mais de déterminer l'éveil du corps en pensant en amont son écologisation.

Le cheminement émergiologique est à considérer dans son ensemble du point de vue des facteurs capacitants. C'est en proposant tel dispositif ou protocole que j'impacte le vivant et lui permet d'émerger davantage : "Le vivant du corps est le résultat de son écologie corporelle"¹⁰⁷⁸ qui, par interaction, modifie indéfiniment sa composition et ses formes sans que le sujet en soit toujours conscient.¹⁰⁷⁹¹⁰⁸⁰ Penser les voies d'amélioration de ce dialogue, c'est étoffer la connaissance du corps biologique, vécu, émotionnel, sensoriel, etc. Par delà la dichotomie entre le schéma corporel et l'image du corps, nous envisageons avec cette réflexion sur les facteurs capacitants, une réunification des données physiologiques et psychologiques du corps.

Nous revenons donc à la réflexion merleau-pontyenne qui implique de penser l'intrication du sujet dans le monde.¹⁰⁸¹ Ainsi le "bruit du vivant"¹⁰⁸² n'en sera que plus perceptible : "Le toucher du monde"¹⁰⁸³, s'il définit un contact plus immédiat avec le vivant, doit trouver un contact plus immanent qui diminue suffisamment les obstacles."¹⁰⁸⁴ D'après Merleau-Ponty, la

¹⁰⁷⁷ Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émergiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.9.

¹⁰⁷⁸ Andrieu B., Parry J., Porrovecchio A., Sirost O., 2018 eds., *Body Ecology and Emersive Leisures*, London, Routledge.

¹⁰⁷⁹ Andrieu B., 2016, *Sentir son corps vivant, Emersiologie 1*, Paris, Vrin.

¹⁰⁸⁰ Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émergiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.9-10.

¹⁰⁸¹ Andrieu B., 2019, Une osmose émergitive. De la peau vivante à la peau vécue, *Spirale*, n°89 (1), p.40-48.

¹⁰⁸² Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émergiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.10.

¹⁰⁸³ Bartilie D. Gé, Gosselin S., 2019, *Le toucher du monde. Technique du Natureur*, Paris, Ed Dehors, p.34.

¹⁰⁸⁴ Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émergiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.19.

création est liée au mouvement et au matériel sensible qui s'en dégage.¹⁰⁸⁵ L'expressivité du sujet en mouvement émane de son expérience vécue dans le "monde." Fournir des outils, un cadre et un dispositif adjouvants à l'expression des sensibles tend à proposer de nouvelles connaissances du corps¹⁰⁸⁶ et de ses possibles. Au-delà d'une catégorisation d'inspiration dualiste du corps, de la conscience et de la perception, la philosophie du "sentir" de Merleau-Ponty nous plonge dans l'expérience du mouvement sensible en relation immédiate avec le vivant du monde : "Où mettre la limite du corps et du monde, puisque le monde est chair ?"¹⁰⁸⁷

Le facteur Flux chez Laban rend compte de l'activité du vivant du corps qui s'adapte continuellement aux informations provenant de l'environnement, en fonction de l'activation et de la régulation émergeant sous le seuil de conscience.¹⁰⁸⁸ En offrant aux adolescentes un espace sécurisé, exempt de violence, où se déploient des valeurs d'écoute et de bienveillance, nous observons l'évolution du Flux. Les trois adolescentes, plongées dans une écologisation favorable non via une technique corporelle mais au travers d'un "bon environnement" (au sens winicottien du terme), explorent de nouvelles façons de se mouvoir, de sentir, et d'exprimer leurs émotions.

Bernard Andrieu écrit que "Faire corps avec le monde exige de penser l'espace du vivant comme un milieu (...)". Ne pourrait-on pas envisager de penser l'environnement du corps comme un milieu en constant dialogue avec l'espace du vivant ?

Nous savons que "L'émergence n'est pas volontaire"¹⁰⁸⁹, mais nous pourrions penser les conditions de l'émergence de cet involontaire, à défaut d'en maîtriser le cheminement. Dans cette étude, l'expression corporelle, sensorielle, émotionnelle et créative des adolescentes "(...) n'est que la traduction phénoménale et imparfaite de ce qui *les* traverse."¹⁰⁹⁰

¹⁰⁸⁵ Merleau-Ponty M., *Le monde sensible et le monde de l'expression, Cours au collège de France 1953*, texte établi et annoté par Emmanuel de Saint-Aubert et Stefan Kristensen, Genève, Métis Presses.

¹⁰⁸⁶ Da Nobrega P., L'esthésiologie et l'expressivité du corps dans la boue vivante, Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.326.

¹⁰⁸⁷ Merleau Ponty M., 1964, *L'oeil et l'esprit*, Paris, Gallimard, p.180.

¹⁰⁸⁸ Andrieu B., 2016, *Sentir son corps vivant, Emersiologie 1*, Paris, Vrin.

¹⁰⁸⁹ Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.13.

¹⁰⁹⁰ Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.13.

Il ne s'agit pas de contrôler ou de maîtriser l'émergence mais de penser un terrain favorable pour élever le niveau émergent : "(...) l'expérimentation vitale, c'est lorsqu'une tentative quelconque vous saisit, s'empare de vous, instaurant de plus en plus de connexions, vous ouvrant à des connexions."¹⁰⁹¹

Si le déploiement émergent est facilité, alors nous pouvons supposer que les transformations n'en seront que plus grandes et profondes : "Cette activité invisible éveille en nous des ressources capacitaires inédites. De l'intérieur le vivant se fait sentir en nous sans que nous en contrôlions ni la production ni l'intensité."¹⁰⁹²

L'idée n'est pas d'"envahir le vécu"¹⁰⁹³, pour reprendre la formulation de Bernard Andrieu, en élargissant l'émergence du vivant. Les "facteurs capacitants" doivent également prendre en compte le cadre de réception des informations du corps vivant au vécu.

Lorsque les adolescentes présentent des transformations corporelles, l'ajout de la modalité de l'image avec le dessin et du mot avec les verbatim, permet de symboliser et d'exprimer le vécu.

Il n'est pas seulement question d'induire l'éveil mais également d'en contenir les effets sur le corps vécu ou décrit, notamment dans le cadre thérapeutique où les débordements peuvent être le lit de la désorganisation psychique et corporelle.

Par "contenir", j'entends leur donner des voies d'expression, de symbolisation pour permettre un vivant représentable ou tolérable. En cela, les médiations artistiques paraissent appropriées tant elles offrent un espace de représentation de l'ineffable. La force du mouvement et de la danse réside dans la mise en jeu du matériau du corps qui replace au centre le système émergent : "Le mouvement fournit des expériences spécifiques que (l'humain) ne peut obtenir autrement' mais surtout, qui se révèlent spontanément plutôt que par le raisonnement conscient."¹⁰⁹⁴

¹⁰⁹¹ Deleuze G., 2003, *Deux régimes de fous et autres textes* (1975-1995), Édition préparée par David Lapoujade, Collection Paradoxe, Paris, Minuit, p.140.

¹⁰⁹² Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émergence, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.15.

¹⁰⁹³ Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émergence, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.14.

¹⁰⁹⁴ McCaw D., 2011, *The Laban Sourcebook*, Routledge, p.301.
Traduction de l'auteur de la thèse. Tête originale : "Movement provides 'specific experiences which (man) cannot get otherwise' but most importantly, which are revealed spontaneously rather than through conscious reasoning".

La création artistique invite le sujet à affiner la conscience du vécu de son corps vivant : "(...) la création la plus ajustée pourrait ainsi correspondre à ce que ressent le sujet de son vivant."¹⁰⁹⁵

Bernard Andrieu préconise "l'usage du vide" afin d'accueillir la "(...) vivacité du vivant, dont l'effet de santé est la vitalité (...)."1096 La médiation danse propose un espace qui semble disponible pour accueillir les impressions du vivant. Dans cette recherche, la création artistique par le mouvement et le dessin agit comme contenant le vivant, tout en permettant à sa vitalité d'émerger.

La mise en forme par la médiation, ou médialité pour reprendre le terme de Stitelmann, de la danse permet de contenir l'expression pulsionnelle de chacune des participantes de la séance mais ne l'empêche pas d'advenir. Pareil au concept de médium malléable présenté par Marion Milner, la danse "(...) va structurer le cadre thérapeutique, prendre la forme de la psyché du sujet et induire un processus de symbolisation."¹⁰⁹⁷ L'effet de contenance pulsionnelle est particulièrement visible dans l'évolution du mouvement de Claire, qui s'écarte du registre expressif de l'animalité avec des mouvements spasmés pour intégrer son corps d'adolescente, moduler le Flux et aborder un registre de mouvement davantage fluide et lié. La médiation offre un cadre privilégié d'émersion du vivant tout en contenant son déploiement.

Le fait que les adolescentes ne cherchent pas directement à provoquer les émergences facilitent leur apparition inconsciente. L'absence d'intention dans l'acte de création offre une émersion porteuse de potentialités. La mise en place d'un environnement favorable à cet étayage se retrouve dans le cadre de cette recherche par l'édification du cadre thérapeutique.

Les *phantasia*, qui désignent l'émersion des sensations, mouvements et images, sont alors davantage susceptibles de s'éveiller dans une forme capacitante lorsque l'environnement est favorable. Dans cette étude, les concepts de *holding* et de *Moi-peau*, et leur mise en pratique sur le terrain, déterminent une réflexion sur les facteurs capacitants qui soutiennent le

¹⁰⁹⁵ Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersionologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.29.

¹⁰⁹⁶ Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersionologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.20.

¹⁰⁹⁷ Brun, A., 2013, Histoire de l'utilisation des médiations dans le soin, dans Brun A., Chouvier B., Roussillon R., *Manuel des médiations thérapeutiques*, Dunod, p.39.

processus d'éveil émersiologique afin "(...) d'ouvrir des horizons esthétiques, symboliques, ontologiques (...)."1098

Les facteurs capacitants, en permettant l'éveil des *phantasia*, visibles par le langage corporel inconscient sont "(...) la preuve de l'activation écologique du corps et production de nouvelles données vivantes."1099

¹⁰⁹⁸ Da Nobrega P., L'esthésiologie et l'expressivité du corps dans la boue vivante, Sous la direction de Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.328.

¹⁰⁹⁹ Sous la direction de Andrieu B., 2021, *Μεικτον, L'émersiologie, méthode mixte. Lexique*, en cours de rédaction.

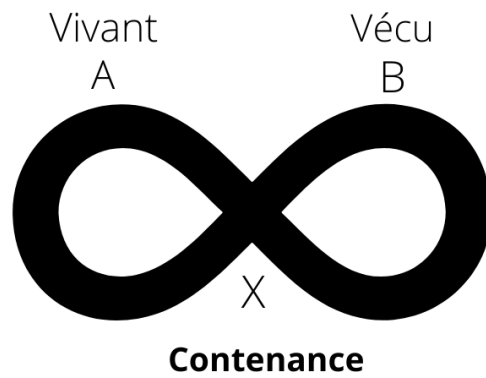


Figure 18 : La contenance en émersiologie.

Légende.¹¹⁰⁰

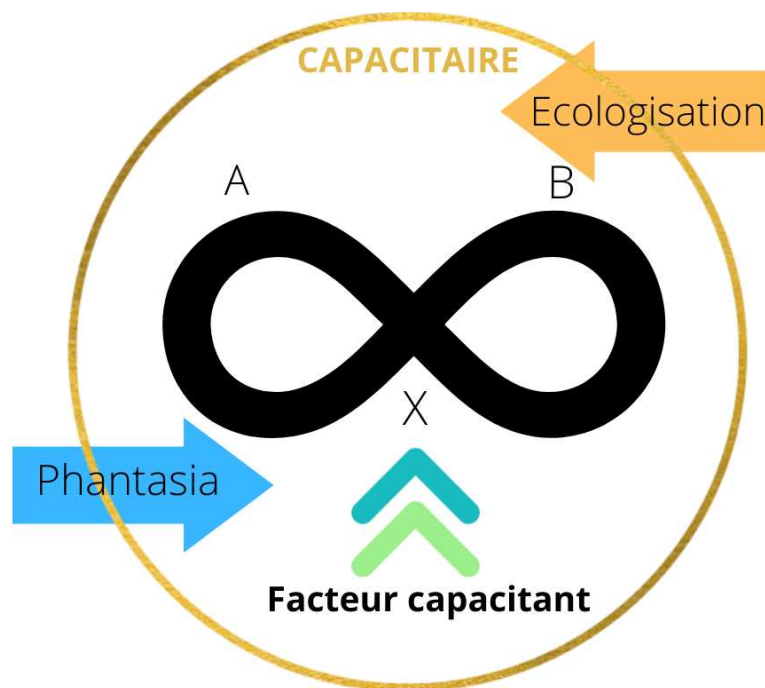


Figure 19 : Emergence des *phantasia* dans l'éveil capacitaire activé par le facteur capacitant. Le facteur capacitant (X) permet la relation causale entre le corps vivant (A) et le Corps Véçu (B). Les phénomènes de *phantasia* et d'écologisation sont développés par X. La globalité des échanges crée le capacitaire.

Légende.¹¹⁰¹

¹¹⁰⁰ Figure réalisée sur canva.com.

¹¹⁰¹ Figure réalisée sur canva.com.

CONCLUSION

Cette étude porte sur l'observation des bénéfices thérapeutiques des *phantasia* dans l'improvisation dansée auprès d'adolescentes souffrants de troubles du comportement dans le cadre d'un accompagnement en danse-thérapie.

Afin de répondre à ce questionnement, nous avons procédé à la mise en place de deux protocoles de recherche. Le premier dispositif s'appuie sur deux pratiques d'improvisation en lien avec l'image mentale. La suggestion mentale via la pratique inspirée du *Gaga* observe l'effet de l'écologisation d'une image suggérée sur le mouvement. La pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique étudie la phase d'éveil, c'est-à-dire l'émergence de l'image depuis l'expérience du mouvement.

En raison de la non-efficacité du premier dispositif auprès du public de la recherche, un second dispositif est mis en place afin de répondre aux besoins des adolescentes.

Ainsi, la notion de contenance est explorée au travers des appuis théorico-cliniques du *holding* de D.W Winnicott et du *Moi-Peau* De D. Anzieu. Il s'agit d'appliquer ces concepts psychanalytiques au domaine de la danse-thérapie en distinguant les éléments spécifiques de la contenance. Le rythme, le contact, l'enveloppement, le cadre, la groupalité et le mirroring s'inscrivent comme des composants spécifiques de la contenance en danse-thérapie.

L'accompagnement contenant permet aux adolescentes de relancer leur capacité de rêverie qu'elles symbolisent au travers du processus de création et de leur adhésion au cadre thérapeutique. Les évolutions corporelles et psychiques de chacune des adolescentes sont visibles au travers d'outils qui interrogent le corps vivant (Grille de l'Effort, tableaux d'observation du mouvement, vidéos) et leur perception dans le corps vécu (dessins, verbatim, entretien).

Nous observons que chaque adolescente de cette étude développe des capacités corporelles que nous remarquons par la modification du facteur Flux et l'évolution du mouvement.

Leur palette expressive s'élargit et leur permet d'activer un processus d'individuation. En se ressentant davantage, elles développent leurs capacités d'accordage relationnel.

Nous assistons au déploiement des capacités psychiques telles que l'expression des émotions et la figuration des sensations par les modalités du mouvement (danse), de l'image (dessin) et du mot (verbatim).

Les médiations créatrices permettent d'ancrer un rapport direct et inconscient du corps à la psyché, ce qui s'avère essentiel pour ce public dont le besoin de support est nécessaire à la symbolisation.

Ainsi, nous constatons que la qualité du dialogue inconscient entre la médiation et le sujet permet d'atténuer la perte de données originelles du corps vivant au corps vécu et de développer l'émergence des *phantasia*. Une réflexion sur les conditions favorisant les *phantasia* dans le processus d'éveil est pensée afin d'accroître la notion de capacitaire. La réflexion se porte sur les conditions nécessaires au processus d'éveil émergiologique.

Afin de favoriser le terrain d'émergence du corps vivant au corps vécu, les facteurs capacitants élaborés dans cette recherche permettent une évolution des capacités psychiques et corporelles chez ces adolescentes souffrants de troubles du comportement.

Nous complétons donc le domaine de l'émergiologie en précisant la nécessité d'une considération des facteurs qui permettent l'activation capacitaire.

La contribution de cette recherche au domaine de la danse-thérapie s'ancre dans la transposition de concepts psychanalytiques au champ de la danse-thérapie, et notamment l'élaboration d'outils cliniques concrets soutenant ces théories.

Afin de garantir une observation pluri-scientifique, il aurait été pertinent de bénéficier d'un outil de mesure physiologique, d'autant plus dans un contexte qui cherche à valider la présence scientifique et professionnelle du domaine des arts-thérapies en France.

Il aurait été également judicieux de dégager une revue de littérature sur les troubles du comportement afin de faire résonner les outils trouvés sur le terrain avec la théorie.

Afin d'approfondir ce sujet, la notion de contenance à travers les concepts psychanalytiques du *holding* et du *Moi-peau* pourraient également s'appliquer à d'autres publics tels que les sujets souffrant de troubles psychiatriques. En effet, la dimension de l'archaïque et le besoin de contenir la dissociation en psychiatrie pourraient être des arguments en faveur d'une application de la contenance en danse-thérapie, comme élaborée dans cette étude.

Plus largement, nous pourrions proposer des "modèles" d'interventions arts-thérapeutiques qui constitueraient des bases sur lesquelles s'appuyer en fonction du public accompagné et qui viendraient se moduler dans la rencontre thérapeutique.

L'éveil des *phantasia* et la visée capacitaire pourraient être étudiées dans un cadre de danse-thérapie avec d'autres types de publics dont les besoins nécessiteraient un travail d'élaboration

d'outils et de concepts propres à la danse-thérapie inspirés des théories issues des sciences humaines (psychologie, psychanalyse).

Afin de conclure cette recherche, je me permets de citer Simone Kleinlooh, responsable du Master de Danse-thérapie de *Codarts* à Rotterdam : "En tant que danse-thérapeute, on apprend de nos patients, la théorie vient de l'expérience."¹¹⁰² Les adolescentes de cette recherche ont transmis leurs besoins, souvent de manière indirecte, et ont permis d'élaborer une proposition qui soit thérapeutique et qui révèle une élévation capacitaire. La construction d'une réflexion qui s'origine dans l'écoute du vécu ancre cette étude dans un cheminement phénoménologique.

C'est donc au travers de l'expérience même, du terrain clinique de nos accompagnements, de notre capacité d'écoute et d'observation des demandes et besoins des publics accompagnés, que nous pouvons penser et construire des réflexions théorico-cliniques pour la danse-thérapie, et les arts-thérapies en général.

¹¹⁰² Kleinlooh S., April 30, 2021, Discours d'entrée de la conférence, *International Dance Therapy Conference on 'Multiple Perspectives'*, 25 YEARS DANCE THERAPY AT CODARTS ROTTERDAM.

Traduction de l'auteur de la thèse. Texte original : "As dance-therapist, we learn from our patients, the theory comes from the experience."

VII. Annexes

1. Verbatim, dessins et journal de bord des séances sélectionnées.

Verbatim des dessins

Enquêtrice : Julia-Marine Chamodon

Enquêtées : Adolescents de l'ITEP X.

Salle de danse-thérapie, ITEP X., Montpellier.

Séance du 2/04/19.

Durée : 8,20''

Danse-Thérapeute : Alors, est ce que vous voulez parler de vos dessins ? Qu'est-ce que votre corps a dit aujourd'hui ? *Katia fait signe qu'elle souhaite parler.* Tu veux en parler Katia ? Alors vas-y explique nous, montre nous, explique-nous, si tu veux.

A Claire et Maeva qui continuent de dessiner et parle entre elles : Hé ! on écoute Katia, là ?! Vous remettez les crayons, on écoute...euh...Katia.

Educatrice : Allez, allez, Maeva !

DT : Allez !

Katia : Mais c'est un coeur...

DT : Alors peut-être montre-leur, non ? Parce qu'elles ne le voient pas, là. *Elle fait un signe d'agacement en montrant son dessin.* Oh oh oh ! *Rires de la DT face à cet agacement.* Est-ce que tu veux que je te le tienne ?

Katia, *sourit* : Oui s'il te plaît.

DT, *sourit* : Ok.

Katia : Alors c'est un coeur qui a été tiré par un pistolet qui a déchiré le coeur.

DT, *répète* : Qui a été tiré par un pistolet qui a déchiré le coeur.

Katia : Des fois c'est quand tu ressens de la tristesse...

Maeva, *voix inaudible.*

DT : Chut ! Eh oh ! On l'entend pas !

Katia : ...t'as l'impression qu'on te jette un truc dans le coeur et après t'as l'impression que ton coeur est déchiré en mille morceaux.

DT : D'accord.

Katia : Et là y a un personnage qui pleure et là, je sais pas qu'est-ce que j'ai voulu faire.

DT : T'avais déjà fait un petit truc comme ça la dernière fois.

Katia : Ah, j'ai pas fait attention.

DT : Si t'avais fait des petites vagues comme ça dans le dernier dessin aussi.

Katia : Et là c'est $15 + 1 = 16$ et là non.

DT : Pourquoi ça, ça veut dire quoi $15 + 1$?

Katia : Hé bah, j'ai pas hâte d'avoir mes seize ans.

DT : Pourquoi ?

Katia : Parce que j'ai pas envie d'avoir mes seize ans.

DT : Pourquoi ? ça signifie quoi avoir seize ans pour toi ?

Katia : Hum... Que j'ai pas les personnes qui sont plus ici, les personnes que j'aime beaucoup sont plus ici.

DT : A l'ITEP ?

Katia : Non à l'extérieur de l'ITEP.

DT : Quand t'auras seize ans, elles seront plus à l'extérieur de l'ITEP ?

Katia : Non c'est pas ça, c'est que je préfère avoir toujours mes treize... A partir de mes treize ans, j'ai envie de retourner en arrière... quand j'avais treize ans.

DT : Pourquoi ?

Katia : Parce que j'avais une personne que j'aimais beaucoup qui est partie...

Maeva, voix inaudible.s

DT : Chut ! Eh ! Maeva !

Katia, *voix triste* : ... et donc sans cette personne, je suis plus rien... Oh je pleure pas hein !

Maeva : Ouais, tu parles !

Katia : Non, j'ai le nez bouché !

DT : Ben t'es Katia sans cette personne, tu restes Katia, non ?

Katia : Mais ouais, mais sans cette personne je suis vraiment plus rien du tout.

DT : Elle te manque beaucoup.

Katia : Hum... Et je pleure pas, croyez pas que je pleure, hein ! Je sais gérer mes émotions, hein !

DT : Tu as le droit de pleurer Katia.

Katia : J'arrive pas à pleurer.

Maeva : J'ai faim !

DT : Alors ça veut dire quoi ?

Katia : Ben... non pour les seize ans.

DT : Qu'est-ce qui va se passer à seize ans ?

Katia : Je sais pas.

Educatrice : T'as pas envie de grandir ?

Katia : Je sais pas.

DT : Pourquoi seize ans ?

Katia : Je sais pas.

DT : Ok.

Katia : Je suis sûre qu'il va se passer un truc à mes seize ans, pour que j'ai fait ça, il va se passer un truc. C'est o-bli-gé !

DT : Est-ce que tu veux dire autre chose sur ton dessin ?

Katia : Non (*propos inaudibles*). Ah j'ai marqué deux mille dix..pourquoi j'ai marqué 18 ? Ah... j'étais pas logique...

DT : Tu voulais marquer quoi ?

Katia : 2019. Attends je vais mettre mon nom par contre, j'ai oublié de mettre mon nom.

DT : On passe à toi Maeva du coup ?

Educatrice, à *Katia qui dessine de nouveau* : Non, non, non ! C'est juste un prénom, juste un prénom !

Katia : ben oui, chui pas bête moi !

E : On n'a jamais dit que t'étais bête !

Katia : Ben si, tout le monde me le dit !

DT et E : Ben, pas nous !

Brouhaha, voix indistinctes : Oh c'est quelle couleur ? Mais c'est qui Sasa ?

DT : Maeva tu veux parler ou pas ? C'est comme tu veux, t'as le droit de faire ce que tu veux.

Si tu veux pas en parler, t'en parle pas Maeva, hein. C'est comme tu veux, c'est toi qui vois.

Maeva, *doucement* : C'est que j'ai pas les mots pour dire en fait.

Katia, *en prenant le dessin de Maeva* : Je montre ?

Maeva : Ben ça c'est moi et c'est ça c'est S. Voilà !

Rires de Maeva.

DT : Ah oui Pokemon...

Maeva : C'est Pikachu, euh !

DT : Pikachu, pardon.

Maeva : D'ailleurs il a une sale gueule, il manque son nez.

Educatrice, *lit le prénom écrit sur le dessin* : Maeva...

Maeva : J'ai douze ans. « A-ne », j'ai marqué « Ane » ah ah ah !

E : 2020, 2019 ?

Maeva : 2019 euh ! 2019 !

E : Et t'as voulu écrire quoi ? Je t'aime ?

Maeva : Oui.

DT : Qu'est ce que tu veux dire d'autre sur ton dessin du coup ?

Maeva : Ben... jchais pas. Je t'ai dit, j'ai pas les mots à dire.

Katia : Moi je sais qu'est ce que tu penses au fond de toi c'est qu'il te manque beaucoup et je sais que tu l'aimes encore. Allez j'ai raison, excusez moi de dire ça devant vous mais je le vois au fond d'elle et je le sens.

E : C'est bien Maeva... tu deviens une ado !

DT : Chacun parle sur son dessin.

Maeva : Je vais te mettre la tête dans mon Pika, on va voir si je suis une ado !

DT : Est-ce que tu veux encore dire quelque chose sur ton dessin Maeva... ou on passe à... ?

Maeva : Non je veux juste le garder et je vais le mettre dans ma chambre !

DT : On passe à Claire... du coup ?

Claire : ...

Elle désigne son dessin avec sa main.

Katia : Attends je vois pas...

Maeva : K..., L..., Sasa. C'est qui Sasa ?

Claire : S...

Maeva : Ah mais elle est pas là, elle.

Claire : Mais c'est Sasa !

Maeva : Ah.

DT : Tu veux dire quelque chose sur ton dessin ?

Claire : De quoi ? Euh...

Grand silence.

Maeva : En fait elle a fait un pot...

DT : C'est elle qui dit !

Claire : C'est un pot de fleurs et un coeur.

Maeva : C'est ce que j'allais dire !

DT : Et dans le coeur c'est quoi ?

Maeva : C'est nous !

Claire : C'est mes amies !

Maeva : C'est Katia, Maeva, c'est moi et S... elle est pas là.

DT : Et il s'appelle comment ce dessin du coup ?

Maeva : Le pot de fleurs !

DT : Eh mais c'est elle qui parle, c'est pas Maeva... c'est Claire...!

Maeva : J'ai envie de parler !

Claire : C'est le dessin de Claire... On t'a écouté Maeva... maintenant... t'as pas beaucoup parler d'ailleurs sur ton dessin... maintenant on écoute Claire... Alors vas-y Claire... !

Claire : Un arbre à bonheur !

E : Et toi t'as pas eu envie de te faire dedans ?

Claire : Non.

DT : Pourquoi ?

Maeva : T'es pas amie avec toi-même !

DT : Eh Maeva...ça suffit, hein !

Claire : Y'a que eux qui y sont...

Maeva : Elle est pas amie avec elle-même quand même !

DT : Hé... Chut !

Maeva : Comment t'aurais pu te mettre là ? ! Toi, t'es le vase !

Claire : Hé ! STOP Maeva... vraiment ! C'est Claire... qui parle, c'est pas Maeva... là !

Educatrice : Maeva... ouais, on arrête !

Claire : Hé STOP ! On pourra pas sortir !

DT : Est-ce que t'as quelque chose d'autre à dire sur ton dessin ?

Claire : Non.

Maeva , *lit ce qui est écrit sur le dessin de Claire* : Mon arbre... à... bonheur.

DT : Pourquoi ça s'appelle mon arbre à bonheur ?

Claire : Parce que je les adooooore !

Maeva : On avait pas dit que c'était un pot de fleurs ?

DT : Hé oh ! Maeva... !

E : Maeva..., on arrête s'il te plaît !

DT : C'est tout Claire...ou tu veux rajouter quelque chose ?

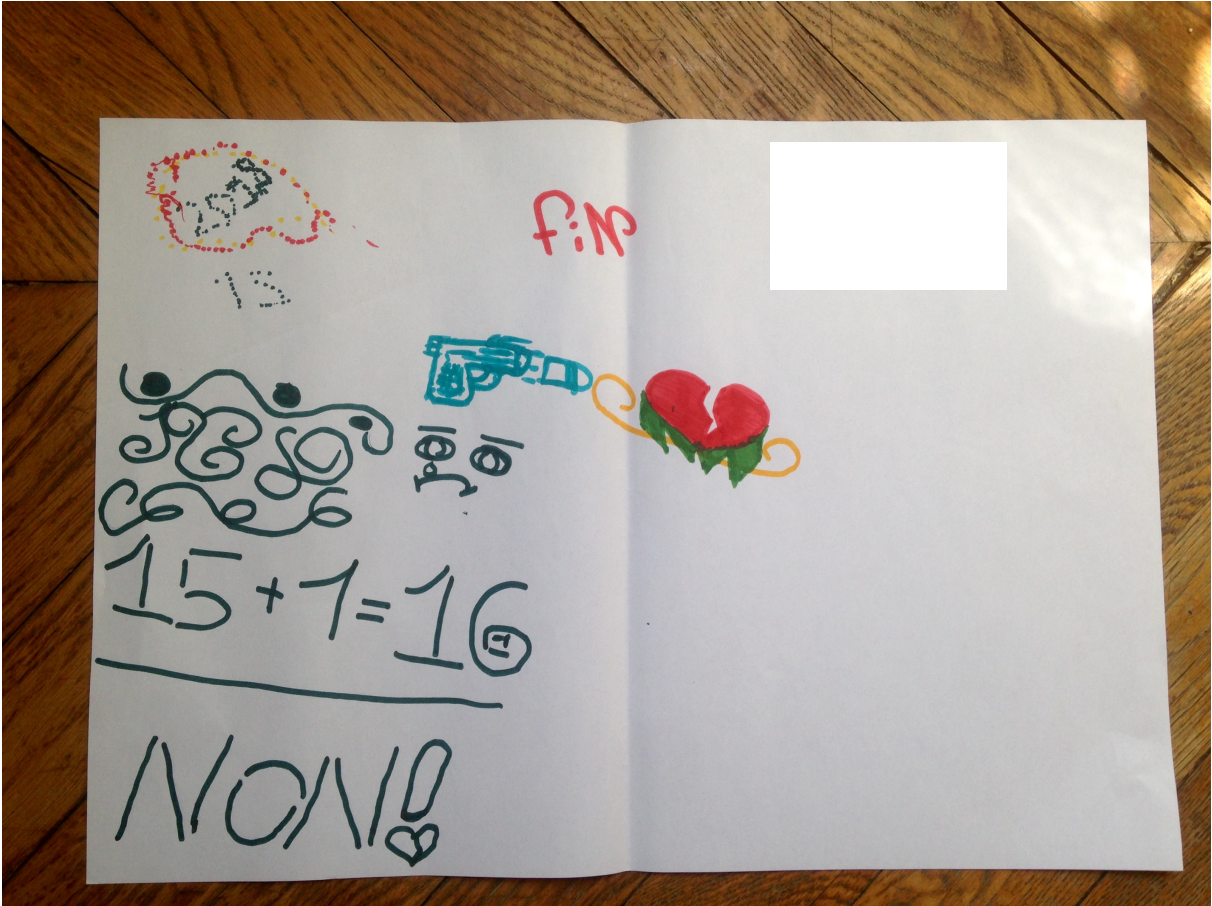
Claire : Non, c'est tout.

DT : OK.

Séance du 2/04/2019.

Les carrés blancs correspondent à l'anonymisation des patientes.

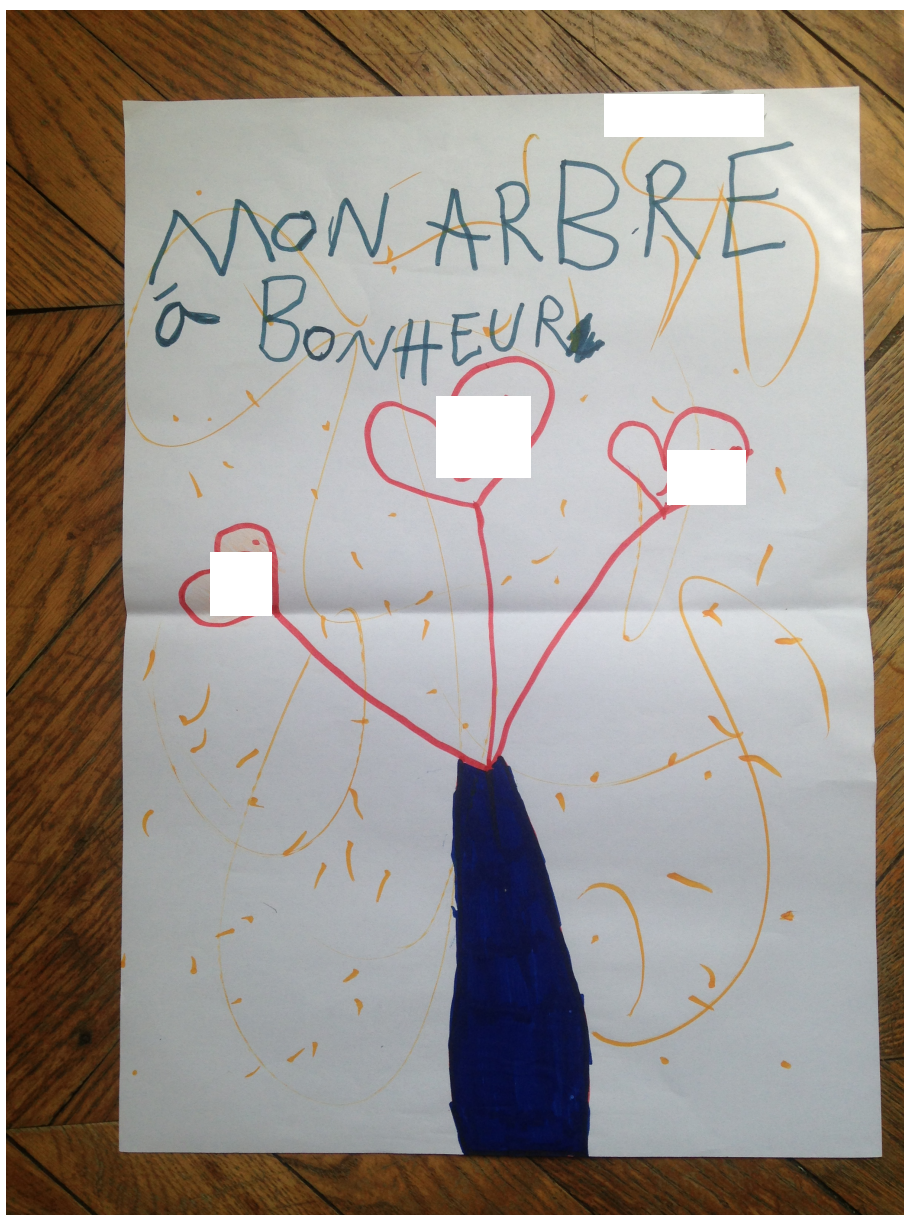
Katia





Claire

Titre : "Mon arbre à bonheur"



Journal de bord / Post-groupe

Pôle Filles, ITEP X

Séance du 2 avril 2019.

19ème séance.

Katia sourit en entrant en séance. Dans le rituel de début, elle est force de propositions et impulse des rythmes à la fin de ses mouvements. Elle veille à ce que le groupe reproduise parfaitement son mouvement et corrige : « *Non, je n'ai pas fait comme ça !* » et remontre son mouvement. Le groupe obéit à sa demande de reproduire exactement le mouvement qu'elle propose. J'y vois une manière de prendre une certaine place dans le groupe, d'être vue.

Elle glisse et frotte son bassin au sol plusieurs fois, les mouvements sont lents. Lorsqu'elle est debout, elle bloque ses jambes, genoux en dedans. Elle arrive cependant à reproduire un mouvement genoux ouverts que je propose au groupe.

Dans la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, elle commence à danser debout puis très rapidement, elle évolue au sol. Sa recherche s'axe sur ses jambes qu'elle plie, déplie, étire, touche, tend, caresse. Elle expérimente la position foetale, se rassemble sur elle-même et s'étire en étoile, rappelant ainsi les mouvements de fermeture et d'ouverture primaires du bébé (schème centre-périphérie).

Les mimiques de visage, auparavant très présentes, ont disparu.

Dans l'improvisation des différents espaces représentant les éléments « Eau », « Terre », « Feu », « Air », elle danse seule au centre des quatre espaces puis elle investit l'élément « Terre »

Lors du « Combat des cheffes » elle ne semble pas incarner son corps, le facteur Poids est lourd, elle se « traîne » physiquement de manière passive et présente des mouvements de bras mous. La voix qui accompagne le mouvement est de faible amplitude.

Dans le rituel de fin, elle désigne une autre participante du doigt.

Elle dessine un pistolet qui tire sur un coeur cassé et verbalise qu'elle a "mal au coeur".

Claire investit le rituel de début avec des mouvements un peu violents : elle jette le tambour puis réalise un tour avec le tambour au dessus de sa tête et manque de heurter l'éducatrice assise à ses côtés. Elle ne semble pas s'en rendre compte. Claire éprouve des difficultés à situer ses mouvements dans l'espace, la conscience corporelle est à travailler.

Dans les auto-contacts, elle se frappe violemment puis ré-adapte ses tapotements, à ma demande, afin de ne pas se faire mal.

Lors de l'échauffement, elle tient ses seins avec ses mains durant l'image "Boya" (secousses corporelles).

Les mouvements de Claire sont projetés et retombent à terre. Elle jette au sol sa tête et le haut du corps. Les mouvements semblent guidés par la pulsion entre explosion et rétention et alterne entre Flux libre et condensé.

Dans le cercle de rythme, Claire semble perdue spatialement et rythmiquement. Elle se retrouve souvent contre le mur, loin du groupe, l'air perdu.

Claire est intrusive dans sa manière de contacter autrui : elle pose ses pieds sur les jambes de l'éducatrice ou heurte les corps des autres participantes.

Lors du « Combat des cheffes », elle monte des acrobaties, des mouvements éclatés dans l'espace comme si elle se disloquait et ne parvenait pas à retenir son corps, elle chute. Je lui propose de présenter des mouvements plus simples que les acrobaties, ce qui a pour conséquence de la mettre en colère. Claire est très insécurisée sur ce qu'elle donne à voir et le simple fait d'émettre une remarque ou de lui donner une consigne semble favoriser ce sentiment d'insécurité. Elle se dénigre, se met en colère. Je la contacte avec douceur pour la calmer et ne répond pas à ses invectives verbales. Le contact semble l'apaiser. Elle revient dans le groupe.

Claire se blesse souvent en séance mais aujourd'hui elle ne s'est pas cognée contre le mur alors que c'était le cas à chaque séance jusque-là.

Elle dessine un « Arbre à bonheur » où elle figure ses amitiés avec les participantes du groupe de danse-thérapie.

Maeva semble très envahie par la parole ce jour. L'éducatrice et moi sommes obligées de la reprendre plusieurs fois pour cadrer et contenir ce flot verbal. Dans le rituel de début, Maeva, debout, tend ses bras en l'air puis les fait retomber au sol.

Lors de l'échauffement, elle cherche le rebond. Ses mouvements témoignent d'un Temps soudain, le Flux est uniquement libre. Maeva apparaît excitée et son corps semble éclaté dans l'espace.

Je propose alors un travail d'ancrage au sol. Maeva sort de la salle pour aller aux toilettes. Elle revient plus tard lorsque le temps d'ancrage est terminé et que nous sommes passées au cercle de danse / rythme.

Dans la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, elle mime l'animal. Cela me fait penser à l'animal qu'incarnait Claire lors de sa première séance. Elle va caresser la main de Claire, puis elle cesse de mimer l'animal, s'allonge dos au sol et tape avec ses pieds et ses mains autour d'elle.

Elle investit les deux éléments « Feu » et « Eau » lors de l'improvisation.

Dans le « Combat des cheffes », elle guide Claire : « *Tiens, tu peux faire comme ça* » et prend soin d'elle : lui remet le tee-shirt dans le pantalon, la rassure sur le mouvement qu'elle présente.

Maeva présente des mouvements projetés du centre vers les extrémités. Elle arrive à contenir ses mouvements pour signifier l'arrêt « statue » en fin de séance.

Elle dessine un coeur brisé et s'exprime peu sur son dessin. Par contre, elle va couper la parole aux autres de nombreuses fois et parler à leur place, notamment à la place de Claire.

Verbatim des dessins

Enquêtrice : Julia-Marine Chamodon

Enquêtées : Adoléscentes de l'ITEP X.

Salle de danse-thérapie, ITEP X., Montpellier.

Séance du 9 avril 2019.

Durée : 4,45''

DT : Est-ce que vous voulez parler de vos dessins ?

Groupe, *à l'unisson* : Oui !

Maeva : Ben, moi il fait penser un peu à celui de la semaine dernière.

DT : Alors bah qui veut commencer ? *Katia fais signe*. Allez, Katia ! Tu veux que je le montre ?

Katia : Oui.

Claire : On dirait plein de pays !

Katia : Alors euh... ça parle des couleurs classiques, des couleurs qui se mélangent, des couleurs vives, des couleurs foncées, des couleurs euh...

Maeva, *la coupe* : Des couleurs, en fait.

Katia : ... des couleurs vives, des couleurs chaudes, des couleurs froides. Et des drapeaux, ça fait penser à chez mon père.

DT : Parce que ton père il...

Katia : Il est Espagnol.

DT : Ah, c'est le drapeau de l'Espagne, du coup.

Katia : Oui donc je suis espagnole et ça me manque de pas être chez lui.

DT : D'accord.

Katia : Et j'ai marqué mon nom.

E, *lit le nom inscrit sur le dessin* : « ... » (anonymisation).

Katia, *l'air fier* : On m'appelle tous comme ça.

DT : Ok, tu veux dire autre chose ?

Katia : Non !

DT : C'est bon ? Qui veut parler ? *Claire et Maeva se désignent du doigt.* On ne désigne pas. On ne désigne pas ! *Maeva poursuit son dessin.* Eh c'est fini Maeva, c'est fini ! Tu veux parler Claire ?

E : Eh ! Je vais prendre les crayons, ce serait bête, quand même !

DT : Quand même Maeva t'es grande, on te dit STOP c'est STOP ! Alors je t'écoute Maeva, hein. On t'écoute tous.

Maeva : Ben ça, c'est un Pikachu et ça, c'est un panda !

DT : Et pourquoi si mon corps pouvait parler, il dirait..il dirait quoi ? Pourquoi tu as fait un Pikachu, ça a quoi de lié avec ton corps alors ?

Maeva : C'est une personne...

Silence.

DT : Ben vas-y, raconte nous, alors.

Maeva : ...

E : T'as envie ou t'as pas envie ?

DT : Si t'as pas envie, tu racontes pas Maeva, il n'y a pas de problème, on le met de côté.

Maeva : Non, je veux le prendre à la maison.

DT : Tu veux pas parler dessus ou tu veux parler dessus ?

Maeva : Ça se voit quand même ce que ça veut dire !

E : On sait pas qui c'est le panda, qui c'est Pikachu !

Maeva : C'est normal, vous ne m'avez pas laissée finir !

DT : Ben si, on te laisse finir mais je te demandais le lien avec "Si mon corps pouvait parler, il dirait..." en fait. Mais vas-y je t'écoute, on t'écoute.

Maeva : Ben, il est en train de dire ça !

DT : Alors il dit quoi ? C'est quoi ça ?

Maeva : Mais, j'arrive pas à le dire !

DT : Ben... tu dis pas.

Katia : En fait je vais vous expliquer...

Maeva : Oui, elle connaît, elle !

DT : Non, non, non ! C'est Maeva qui parle de son dessin, chacune parle de son dessin, on ne parle pas du dessin des autres. Je le mets de côté ?

Maeva : Ah non je vais le prendre !

DT : Non mais je veux dire, tu ne veux plus rien dire dessus ?

Maeva : Non mais je veux le prendre.

DT : Ok.

DT : Alors, Claire! Qui c'est qui lui tient son dessin ? *Plusieurs filles se proposent.* Oulah que de mains ! Tu nous racontes ? Tu as écrit quoi en titre ?

Claire, *relit ce qu'elle a écrit sur son dessin, avec une grande lenteur* : La li... la ligne.. de... vie de... chacun.

DT : La ligne de vie de chacun... wouah !

Maeva : La mienne elle est là... là, c'est elle.

DT : Alors raconte nous, *Maeva tente de couper la parole*, c'est elle qui raconte !

Claire : Ça, c'est le fil de Maeva, ça c'est celui de Kiki, ça c'est le fil de toi, ça c'est moi et ça c'est de Julia.

DT : On a tous une ligne de vie sur ton dessin alors ?

Claire : Oui.

Maeva : C'est marrant.

DT : Ben dis donc, on vit bien !

Katia : Non, ça fait penser à la vie, parce qu'une ligne de vie c'est quand on traverse beaucoup de choses, on apprend beaucoup de choses, c'est à mon avis ça, non ?

Claire : C'est vrai que quand la ligne elle se coupe, on meurt.

Katia : Ah oui, ben j'avais raison !

Claire : Tu sais comme dans le film, là.

Katia : Ah oui j'ai vu !

Claire : Où ils attrapaient le fil ! Hi hi !

DT : Et tu veux dire autre choses du coup ?

Claire : Non.

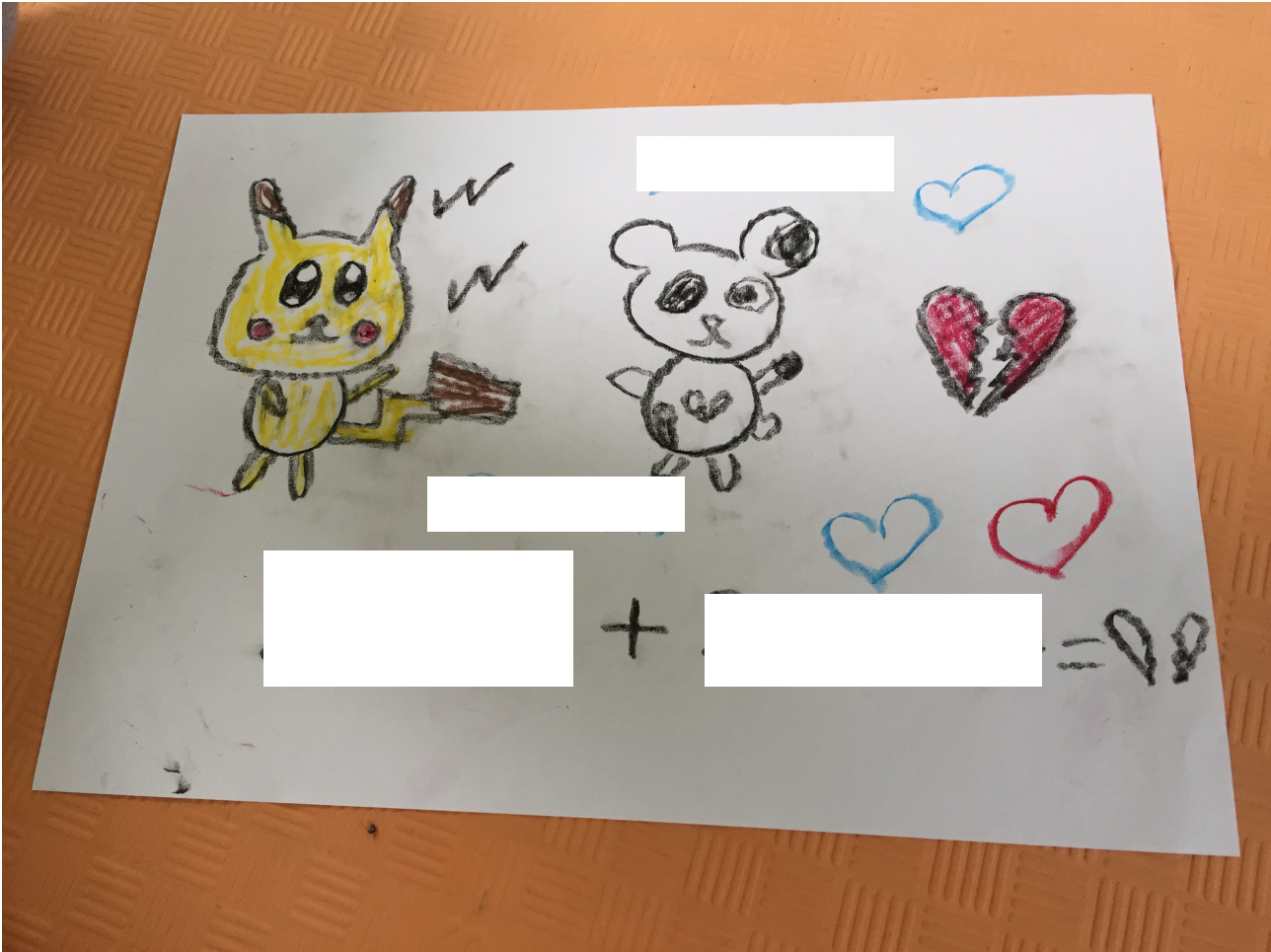
Dessins

Séance du 9/04/2019.

Les carrés blancs correspondent à l'anonymisation des patientes.

Katia

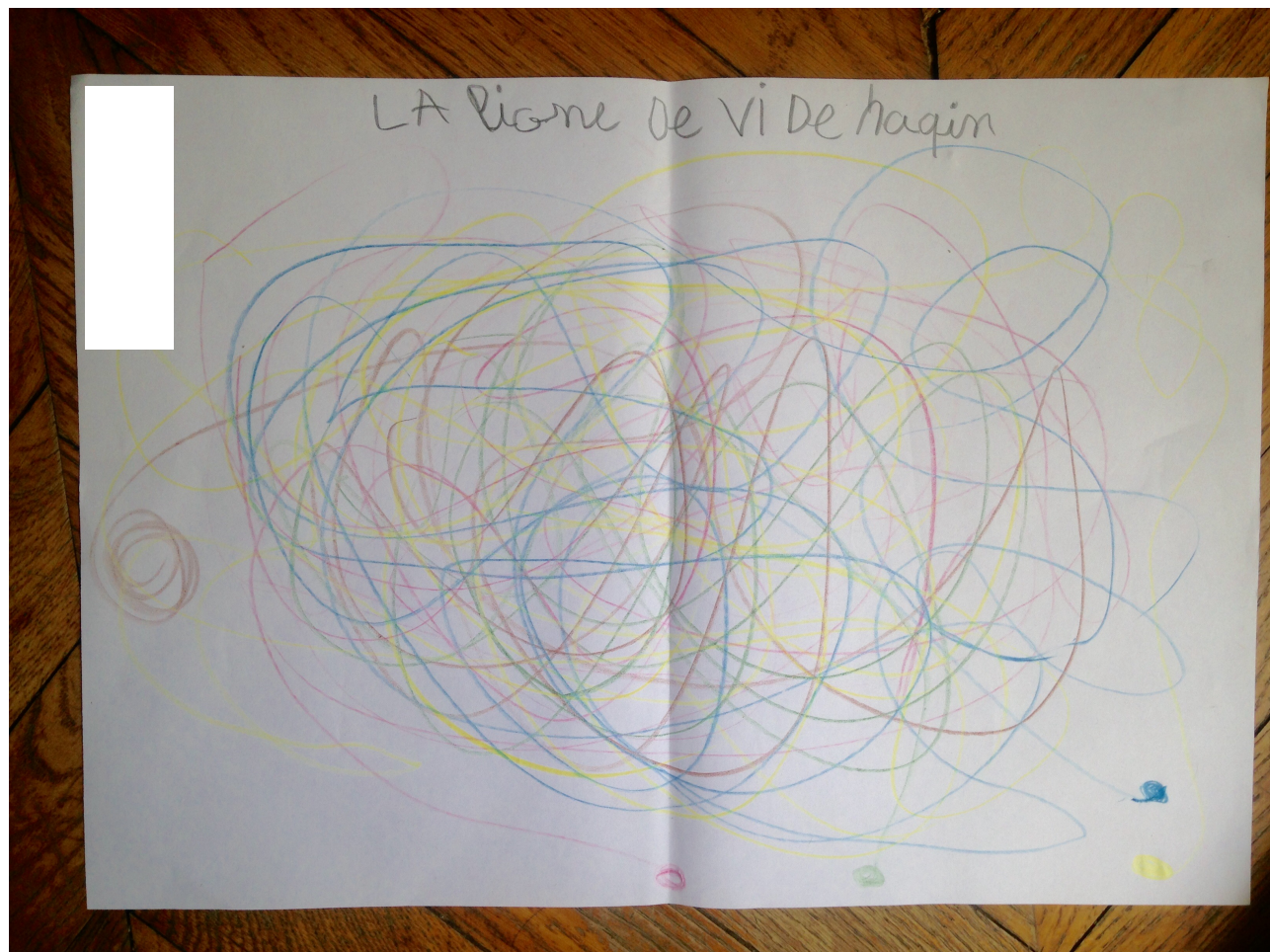




Claire

Titre : " La ligne De Vi De haqin"

"La ligne de vie de chacun"



Journal de bord / Post-groupe

Pôle Filles, ITEP X

Séance du 9 avril 2019.

20ème séance.

Claire arrive surexcitée en faisant des bonds. Elle saute partout dans la salle. Le corps est complètement morcelée, elle « explose » dans un Espace indirect. Elle grimpe l'échelle en bois présente dans la salle alors qu'elle sait que c'est interdit et teste ainsi le cadre.

Ses mouvements sont brusques, elle me fait mal quand je place la montre de mesure de fréquence cardiaque à son poignet.

Dans le rituel de début, elle énonce clairement son prénom et reproduit un mouvement qu'avait fait son éducatrice auparavant lors d'une précédente séance. Elle verbalise qu'elle réalise le même mouvement que l'éducatrice : une ouverture des bras dans un déplacement avant / arrière.

Elle parvient à suivre l'échauffement inspiré du *Gaga* proposé au sol malgré son excitation. Elle arrive à se caresser la peau dans les auto-contacts alors que c'est habituellement difficile pour elle.

Dans l'improvisation du miroir, elle ne semble pas à l'aise lorsqu'elle reproduit les mouvements lents. Elle pousse et repousse violemment le sol, roule de nombreuses fois, colle son bassin et son ventre au sol en saccades rapides.

Cependant, il est notoire d'observer qu'elle ne se heurte pas au sol, ne se jette plus et ne se fait pas mal.

Claire montre une grande recherche de contact dans la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique : elle pose sa tête sur les genoux de Maeva qui lui caresse les cheveux. Elle tente de contacter Katia mais cette dernière ne répond pas aux tentatives de contact.

Elle reste blottie dans les bras de Maeva, les mains repliées sur elle-même. Puis elle continue à se mouvoir au sol dans une alternance entre des mouvements glissés et roulés. Elle tape au sol avec ses mains et ses pieds.

Elle dessine la ligne de vie de chacune des personnes qui composent le groupe : Katia, Maeva, elle-même, l'éducatrice et la danse-thérapeute.

Aujourd'hui, j'introduis la possibilité de se contacter en duo entre participantes alors qu'auparavant c'était uniquement les adultes (l'éducatrice et la danse-thérapeute) qui pouvaient contacter avec l'objet médiateur le corps des adolescentes dans le temps de soin.

Je les sens en demande de se contacter les unes les autres au vu de leur échange dans la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique donc je permet ce temps. Claire suit la ligne de contour du corps de Maeva mais lui « coupe » le corps : elle s'arrête au dessus des cuisses, en haut du corps et oublie les extrémités.

Katia présente un mouvement de doigt en contact avec le sol dans le rituel de début.

Lors de l'échauffement inspiré du *Gaga*, elle est force de propositions, elle affiche de nombreux sourires et semble appliquée. Katia poursuit le travail au sol qu'elle a débuté quelques séances auparavant : elle expérimente des mouvements de glissé-repoussé puis s'étire dos au sol. Le corps est davantage ancré.

A la verticale, son corps semble avoir gagné en tonicité et elle investit des mouvements rapides et soudains proposés par Maeva, elle qui habituellement se meut dans la lenteur.

Dans la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, elle évolue principalement au sol et s'exprime. Elle accompagne ses mouvements de respirations fortes.

Dans son dessin, elle figure des drapeaux espagnols et dans le temps de verbatim évoque son père qui lui manque.

Dans le rituel de fin, elle présente un saut, ce qui est nouveau ! Elle semble avoir à présent assez d'appuis pour investir le saut.

Maeva propose un mouvement au sol avec le tambour dans le rituel de début.

Lors de l'échauffement inspiré du *Gaga*, Maeva ne suit pas les propositions. Elle est dans le refus de se mouvoir mais elle ne s'oppose pas dans la confrontation : elle triture sa montre, observe les autres, part aux toilettes.

Elle revient lors de l'exercice d'improvisation en miroir. Elle est peu force de propositions. Je me questionne sur ces difficultés et envisage de proposer une configuration de miroir en duo afin de créer une relation duelle qui semble lui convenir davantage. Elle choisit de danser avec Claire et investit principalement des mouvements qui génèrent du contact.

Elle ne parvient pas à réaliser un mouvement dans la fluidité. Son mouvement est hachuré comme une suite de postures.

Lors du temps de dessin, en fin de séance, elle figure des oursons et écrit le prénom d'un garçon dont elle confie être amoureuse. Elle ne parle pas beaucoup de son dessin et semble gênée de s'exprimer oralement sur ce qu'elle a dessiné.

Dans le contact en duo avec l'objet médiateur des balles, elle suit les lignes de contour du corps de Claire avec fluidité. Elle chatouille les pieds et les mains de Claire avec des gestes saccadés.

Elle fait semblant de s'être endormie après que Claire lui ait contacté le corps avec l'objet médiateur.

Dans le rituel de fin, elle présente un mouvement très lié, fluide emprunt d'une grande douceur, ce qui est nouveau !

Lorsque tout le monde a fini de réaliser son mouvement de rituel de fin, elle repart au centre du groupe pour danser et s'exclame : « *Je veux danser, moi, encore !* ».

Verbatim des dessins

Enquêtrice : Julia-Marine Chamodon

Enquêtées : Adoléscentes de l'ITEP X.

Salle de danse-thérapie, ITEP X., Montpellier.

Séance du 16 avril 2019.

Durée : 5,59''

Katia : On est toujours là pour apprendre la vie sur terre et j'ai fait une planète terre. En disant qu'on a encore beaucoup à apprendre même si on est jeunes et qu'on croit tout apprendre direct, on a encore beaucoup de choses à faire dans la vie et avancer... et apprendre aussi d'autres choses.

DT : Et alors, toi, tu as envie d'apprendre quoi ?

Katia : Je sais pas, je trouve qu'apprendre même si je disais que j'aime pas apprendre, j'apprends des trucs que je ne savais pas encore. Que ça peut arriver pour Maeva et Claire quand elles seront plus grandes, vers dix-huit ans ou un peu plus, comme ça, elles vont apprendre beaucoup de choses. Et le but de la vie c'est d'apprendre des choses et de faire notre vie et d'apprendre qu'est-ce que c'est d'apprendre, de respirer, de marcher, de connaître la nature, de connaître la vie.

DT : Et ça te fait penser à tout ça la danse aujourd'hui ?

Katia : Je sais pas... Je me suis dit : « On est sur terre, on respire, on marche, on danse. La danse, ça fait vraiment apprendre beaucoup de choses quand on danse, ça fait apprendre des mouvements, au niveau des mouvements ça fait apprendre des gestes, au niveau des gestes ça peut faire penser à des choses qu'on ne peut pas encore savoir et que peut-être certaines personnes peuvent le savoir ». C'est venu comme ça en tête.

DT : Toi, t'as l'impression d'apprendre quoi quand tu danses si tu apprends quelque chose ?

Katia : La vie. Ça me fait apprendre qu'on respire, on peut bouger, on peut faire des mouvements "grâce", "non grâce", brusques, des trucs comme ça.

DT : Ok. Tu veux dire autre chose ?

Katia : Ben non, si vous voyez bien, après c'est marqué « Fin », *en désignant son dessin.*

DT, *rit* : Donc c'est la fin alors ? *Katia acquiesce.* Ok

DT : Qui c'est qui veut parler de son...

Maeva : Moi !

DT : Vas-y ! Tu fais tenir par quelqu'un ?

Maeva : Katia !

Maeva, *lit le titre de son dessin tenu par Katia pour le montrer au groupe* : « Le chemin de mes amies ».

DT : Alors, vas-y, explique nous.

Maeva : Ben là, c'est un garçon qui est ici, là c'est Katia. Et là, (*elle se désigne du doigt*) il y a moi.

Katia : Euh... juste les couleurs, 'fin je vois pas trop. Y a combien de couleurs ?

Maeva : Trois.

Katia : Alors le rouge, on demande qui c'est. Le jaune bien entendu c'est moi et le bleu c'est toi c'est ça ?

Maeva : Mais en fait je voulais marquer Claire sauf que je me suis trompée. D'abord j'ai écrit ... (anonymisation), après j'ai écrit Maeva (...) En ce moment j'écris tout de travers, je parle de travers, je ne sais plus parler, je sais plus écrire. (...).

DT : T'as fait un mix entre Claire et Maeva, c'est ça ?

Maeva : Ouais.

(...)

DT : Est-ce que tu as d'autres choses à dire sur ton dessin ?

Maeva : Oui, j'ai oublié des personnes. Mais si j'avais mis toutes les personnes, j'aurais fait toute la salle.

DT : Ah oui, il faut se restreindre à une page.

Maeva : Du coup j'ai mis les deux personnes que je préfère avec moi.

DT : Ok. Est-ce que tu veux dire autre chose sur ton dessin ?

Maeva : Oui, est ce que je peux changer et mettre un « u » au lieu du « i » ? *Elle cherche à ajouter Claire qui n'est pas présente sur son dessin.*

DT : Ah, tu fais ce que tu veux sur ton dessin. On écoute d'abord celui de Claire. Alors qui c'est qui lui tient ?

Katia lui tient son dessin.

Claire, *lit ce qu'elle a écrit sur son dessin* : Tout le monde serait bourré.

DT : Qui est bourré ?

Claire : Tout le monde.

DT : Tout le monde ? Pourquoi tu dis ça ?

Claire, *continue à lire ce qu'elle a écrit* : Ou gentil comme Kiki à table (*ndlr : Katia*). Le soir elle est bourrée. *A Katia* : Avec ton petit whisky là !

Katia : Non mais c'est des délires. C'est qu'en fait... Tu sais il y a des genres de.... Je sais plus... pour mettre dans la salade. Du vinaigre. *Elle parle du vinaigre que l'une d'entre elles met dans la salade à leur repas du soir et joue quelqu'un d'ivre.*

DT : Pourquoi ça t'a fait penser à ça, la danse aujourd'hui ?

Claire, *en parlant de Katia* : Parce qu'elle était pas excitée comme d'habitude, elle était toute calme.

DT : Donc elle est quoi ? Bourrée ou gentille ?

Claire : Gentille.

DT : Et il y a d'autres gens qui sont bourrés ou qui sont gentils ?

(...)

Claire : Mon papi.

DT : Ton papi il est bourré ou il est gentil ?

Claire : Il boit trois verres de vin et il est déjà bourré. Faut qu'il se calme un peu lui !

Maeva *mime l'ivresse* : Un verre de champaaaaagne ! *Rit à gorge déployée.* Moi aussi je suis bourrée ! Un verre de champaaaaagne !

Dessins

Séance du 16/04/2019.

Les carrés blancs correspondent à l'anonymisation des patientes.

Katia

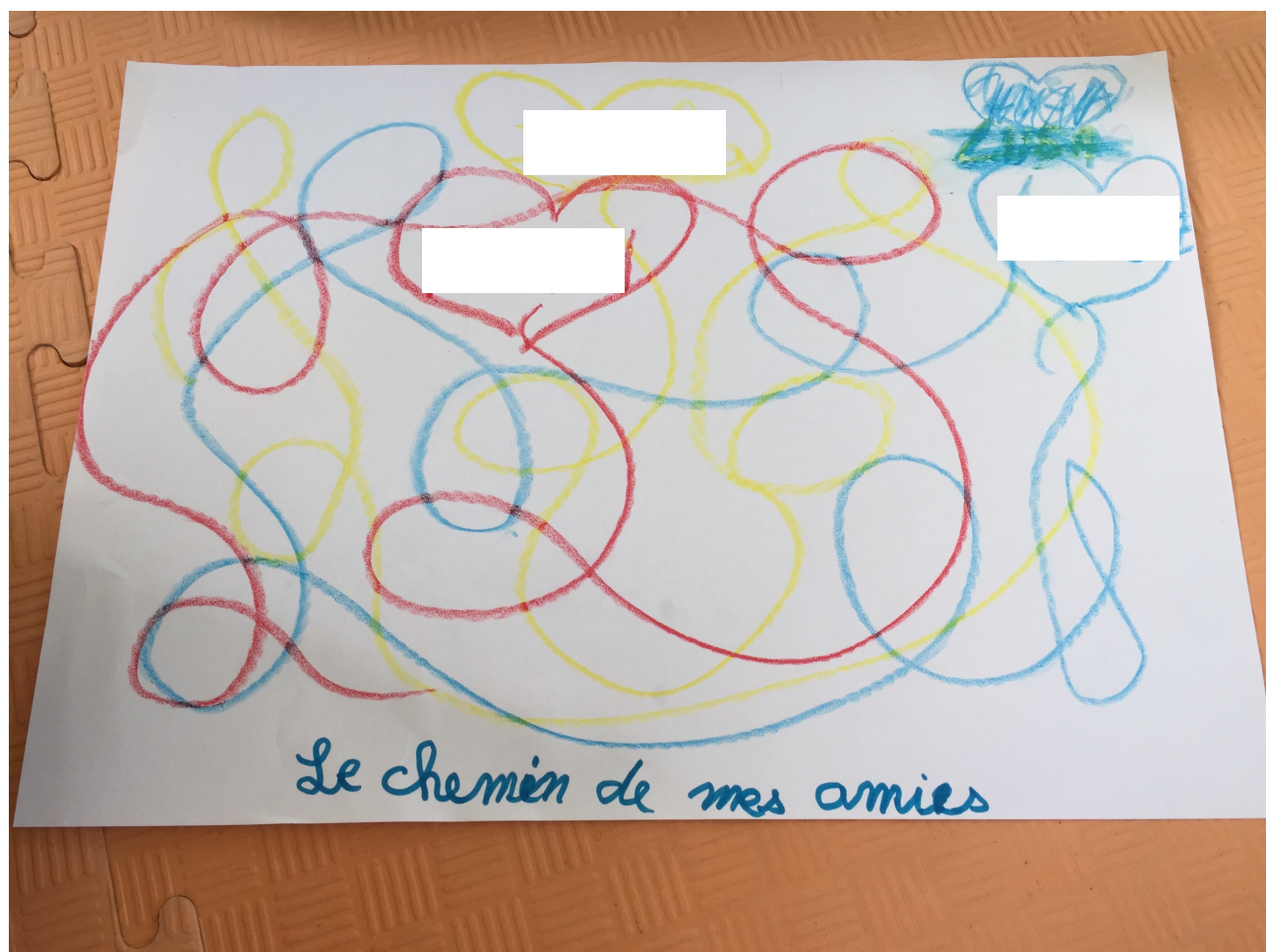
"On et toujours la pour arendre La vie sur Terre. fin"

"On est toujours là pour apprendre la vie sur terre. Fin"



Maeva

Titre : "Le chemin de mes amies"



Claire

"Toule mom de se ré Bouré ou Gonti quo me Qiqui à table"

"Tout le monde serait bourré ou gentil comme Qiqui à table"



Journal de bord / Post-groupe

Pôle Filles, ITEP X

Séance du 16/04/2019.

21ème séance.

Katia arrive en séance un peu malade (céphalées) mais elle est présente dans les propositions. Lors de l'échauffement, elle s'immobilise dos au sol. Puis, elle revient dans le mouvement lors de l'improvisation en miroir. Elle est force de propositions et vérifie que le groupe reproduit ses mouvements.

Elle investit principalement le sol, teste ses appuis d'un pied sur l'autre, s'entortille les jambes, s'étire. Elle tape du poing sur le sol, frappe ses pieds rythmiquement au contact du sol et engage ainsi le Temps soudain, ce qui est rare dans sa palette expressive habituelle.

Katia investit la relation : elle cherche le regard d'autrui, répond aux mouvements des autres participantes du groupe, s'adapte aux propositions. Elle est à l'écoute. Le Flux reste condensé. Lors de la verbalisation de son dessin, elle exprime ce que lui apporte la danse de manière assez abstraite et philosophique : « *On marche, on vit, on danse* », « *ça peut faire penser à des choses qu'on ne peut pas savoir* ».

Lors du rituel de fin, elle présente un tour sur elle-même esthétique et affiche un grand sourire.

Maeva montre un corps peu mobile. Le tronc du corps semble bloqué. Ceci dit, Maeva est très participante ce jour et moins envahie par la parole. Elle réalise les auto-contacts avec application. Elle continue d'engager son corps au sol en effectuant de nombreuses roulades. Elle montre une certaine difficulté à glisser au sol, le mouvement subit des accoups.

Dans l'exercice du miroir, elle réalise des petits mouvements de bras et de pieds. Couchée ventre au sol, elle balance ses bas de jambes latéralement puis s'étend sur un côté et déclare qu'elle va dormir. Elle expérimente la sensation de glisser avec les pieds, le mouvement est doux. Malgré son désir d'investir le sol, elle reste en difficultés au vu de son manque d'appui. Elle part alors aux toilettes. Elle revient pour le temps de pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique. Elle marche sur les genoux pendant un long moment, imite

l'animal, se couche sur le sol et se laisse contacter par l'autre participante en mouvement, Claire.

Lors du temps de dessin, elle figure des lignes qu'elle nomme "les chemins de l'amitié".

Dans le rituel de fin, le mouvement est une courbe réalisée avec fluidité et douceur.

Claire arrive enjouée en séance. Pendant le rituel de début, elle « bloque », nous regarde une à une et déclare : « Je ne sais pas quoi faire ». Puis, elle ose esquisser un mouvement de bras dirigé vers le ciel.

Dans l'échauffement au sol, elle est participante mais se plaint. Elle montre son pied et dit « *bobo pied* » comme une toute-petite.

Elle réalise des roulades au sol, se recroqueville sur elle-même. Elle présente des mouvements pulsionnels qui peuvent faire songer à l'animal : pied qui tape constamment sur le sol lorsqu'elle est couchée, petits mouvements de mains repliés devant elle qui renvoie à l'image des pattes, gestes saccadés. Le mouvement ne s'arrête jamais chez Claire.

Elle ne semble pas se représenter de limites spatiales : elle heurte les murs, les autres membres du groupe, se perd dans les zones indiquées ce jour dans l'exercice et dans les traversées de l'espace. Elle cherche constamment le contact avec autrui et j'interprète ses heurts comme une manière de se faire contenir par le corps de la salle ou d'autrui.

Lors de la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, elle contacte Maeva avec sa tête comme un chat le ferait avec un autre chat en se frottant légèrement à l'autre.

Au moment de la verbalisation du dessin, elle parle de son grand-père « bourré ».

Elle mime un coeur avec ses mains dans le rituel de fin.

Verbatim des dessins

Enquêtrice : Julia-Marine Chamodon

Enquêtées : Adolescents de l'ITEP X.

Salle de danse-thérapie, ITEP X., Montpellier.

Séance du 7 mai 2019.

Durée : 7,50''

DT : Claire en premier ?

Claire : Oui.

DT : Allez c'est parti ! Dis-nous !

Claire : Tu tiens ! (*Elle tend son dessin à la DT qui le tient des deux mains pour le montrer aux autres*).

DT : C'est moi qui tiens ?

Claire : Oui.

DT : Allez ok !

Katia : J'peux aller chercher mes lunettes parce que je vois pas bien ?

DT : Oui je t'en prie.

DT : Alors qu'est-ce que t'as écrit ? Alors c'est toi qui dois nous le dire hein.

Voix indistincte de Claire. S'oppose à le dire. Moi j'aimerais bien que tu le dises, toi.

Claire : Mais je n'arrive pas à le dire.

E : Ben, est ce que tu peux lire ce que t'as écrit ?

Claire : Oui, mais je n'y arrive pas.

E : Est-ce que tu veux que je lise pour toi ?

Claire : Oui.

E : Oui ? Tu me dis si je me trompe hein ? *Elle lit* : « Il y a des gens qui ne sont pas toujours gentils, du coup ça fait mal au coeur ».

Claire : Oui.

DT : Il y a des gens qui ne sont pas gentils avec toi ?

Claire : Oui.

DT : Et tu leur dis ?

Claire : Non.

DT : Tu leur dit pas quand ils sont pas gentils ? *Elle écrit sur sa feuille.* Hé mais c'est fini là !
C'est fini, c'est fini !

Claire : Non mais c'est pour dire qui.

DT : C'est pour dire qui ?

Claire : Oui. *Elle écrit le prénom de M.*

DT : C'est qui ?

Claire : M !

DT : M ? C'est qui M ?

Katia : Ah... oui ! C'est lequel ? C'est un garçon qui est sur *Cigales*, non ?

DT : Qui est sur... ?

Katia : *Cigales* ! En fait ici on a plusieurs groupes, on a des groupes de garçons, des groupes de filles...

DT : Ah, ok. Et il t'embête ?

Claire : Oui, il m'a traité de sale pute, de sale blonde !

Katia : Aaaah mais comme je t'ai dit Claire, même moi je suis blonde et on me le dit souvent sauf que j'écoute pas.

DT : Il faut lui dire hein, qu'il a n'a pas le droit !

Claire : Ah mais je l'ai dit à Monsieur V. (*le directeur*), il est au courant ! *Elle ricane.*

DT : Ok.

Claire : Il a dit qu'il allait le voir pour l'engueuler.

DT : Bon, très bien, il faut le dire quand quelqu'un t'insulte. Ok, est ce que t'as d'autres choses à dire là-dessus ? Est ce que c'est que M. ou est ce qu'il y a d'autres personnes qui ne sont pas très sympas avec toi ?

Claire, *en s'adressant aux filles du groupe* : Ben franchement j'ai l'impression que S., elle se fait prendre par O., par tout le monde.

Maeva : Ouais...

Claire : Elle me laisse toute seule. À la récréation, j'étais toute seule. Y avait personne avec moi.

DT : Il n'y avait pas Maeva ?

Maeva : Non je fais pas la récré d'ailleurs ça serait bien que je fasse la récré le mardi !
J'aimerais bien.

E : C'est pas dans ton projet, t'as école à l'extérieur...

Claire : J'étais toute seule...

DT : Ben tu peux penser à tes copines quand t'es toute seule.

Claire : Ouais...

Maeva , *qui coupe la parole à Claire* : Je me suis trompé de jaune, j'ai pris du vert.

DT, *à l'attention de Maeva qui continue son dessin* : Non, non, non, ça suffit hein !

E : Ouais on arrête les dessins. Par contre si tu veux parler de ton dessin après tu peux. Est ce qu'il y a d'autres choses à dire sur ton dessin, Claire ?

Claire : Non.

DT : Non ? il n'y a pas d'autres personnes que tu veux... ?

Claire : Non.

DT, *en parlant de son dessin* : Ok. Je te le donne ou tu me le donnes ?

Claire : Je te le donne.

DT : Merci.

DT : Allez je t'écoute !

Maeva : C'est encore la même chose que l'autre fois.

DT : Alors, c'est quoi la même chose que l'autre fois ?

Maeva : Ben l'autre fois j'ai fait pareil.

DT : Alors, tu peux expliquer ?

Maeva : Là, c'est un garçon qui y a ici et là, c'est moi.

DT : Ouais et donc ça dit quoi alors ce dessin ?

Maeva, *désigne Claire et Katia* : Elle, elle a compris et elle, elle a compris.

DT : Oui mais alors tu peux le dire ou pas ? Ou tu peux juste que l'écrire ?

Claire, *en lisant le dessin de Maeva* : Je t'aime S... et Maeva.

Maeva , *corrige le second nom* : Katia !

Claire : Ah... je t'aime S...et Katia.

Maeva : Et je t'aime R... et S.... Je les aime bien ! *dit elle en riant à Katia.*

Katia : Hum hum... Je t'ai à l'oeil cocotte !

Maeva, *rit et en s'adressant à Katia* : Il est trop grand pour moi S... hein, pour info.

DT : Et c'est tous les gens que t'aimes, en fait ?

Maeva, *ton d'enfant* : Oui.

DT : Bon, super, tu veux dire autre chose ?

Maeva : Non.

DT : Non ? Tu marques ton nom.

Maeva : Les filles elles ont déjà tout compris alors c'est bon.

DT : Tu mets ton nom ?

Maeva : Mais je l'ai marqué mon nom, il faut que je te l'écrive sur tes yeux ou...! *Rires de Maeva.*

DT, *doucement* : Eh dis donc, tu me parles pas comme ça.

Maeva : Là tu le vois le prénom ? ! *Elle écrit son prénom en très gros au dos de son dessin.*

DT, *en plaisantant* : C'est un peu gros hein mais je pense que je vais m'en sortir !

(...)

Katia : Cette fois c'est une question d'amour, hé hé !

DT : Ben c'est beau les questions d'amour !

Katia : Oui mais j'ai jamais ressenti ça !

Maeva : Ouuuuuhhhh madameuuuu !

Claire : Elle se rebelle !

Maeva : Ouais j'avouuuuue !

DT : Hé vous la laissez parler ! STOP ! C'est Katia qui parle.

E : Vous l'écoutez !

Katia : En vérité, quand on aime une personne, on le ressent. C'est pas qu'il faut le savoir, c'est qu'on le ressent.

Maeva : Ouais ben un peu comme moi...

Katia : Hé STOP ! c'est Katia qui parle là, ça suffit là !

Claire : J'ai pas parlé !

DT : Maeva elle vient de parler donc STOP ! Il faut l'écouter.

E : *Maeva continue de parler.* Maeva !

DT : Tu écoutes Katia, t'arrêtes un peu là !

Maeva : Mais je l'écoute euh !

DT : Ben non et tu bouges... Allez !

Katia : Cette personne-là pour moi elle compte beaucoup à mes yeux et le problème c'est que j'ai peur qu'il se passe un truc dans les prochains temps. Et je sais qu'en ce moment, j'ai pas une tête à parler à du monde et donc... euh... pour moi, enfin des questions de coeurs

blessantes... En ce moment c'est exactement donc ça j'ai peur j'ai peur de perdre le garçon que j'aime.

Maeva, *ton enjoué, ironique* : Et c'est qui le garçon que t'aimes ?

Katia : C'est marqué sur ta feuille tête de linotte !

Maeva : Ah... R.? S. ?!

DT : STOP, STOP !

E : Maeva c'est pénible, elle n'arrive même pas à parler quoi !

Katia : Et donc voilà, et donc là c'est vraiment automatiquement que je me sens blessée au fond de moi mais je me sens pas blessée en fait. A l'extérieur je me sens bien mais au fond de moi je me sens quand même un peu blessée, j'ai vraiment peur...

E : C'est de la peur, t'as peur ?

Katia : Oui et je peux pas supporter ça.

DT : Mais t'as peur de quoi ?

Katia : De perdre la personne que j'aime et de perdre aussi... de le perdre car c'est vraiment quelqu'un de spécial.

DT : Mais pourquoi tu le perdrais ?

Katia : Ben avec l'ITEP, avec les histoires et tout ça. Déjà tout le monde euh... au niveau du groupe garçon *Cigales*, tout le monde essaie de nous séparer un peu. Et en ce moment on se parle pas trop, 'fin hier on a parlé mais on s'est pris la tête donc euh...

Maeva : C'était pas moi !

Katia : ... donc au niveau de ça, je me sens pas super bien.

DT : Ok, tu veux dire d'autre chose ?

Katia : *Nope.*

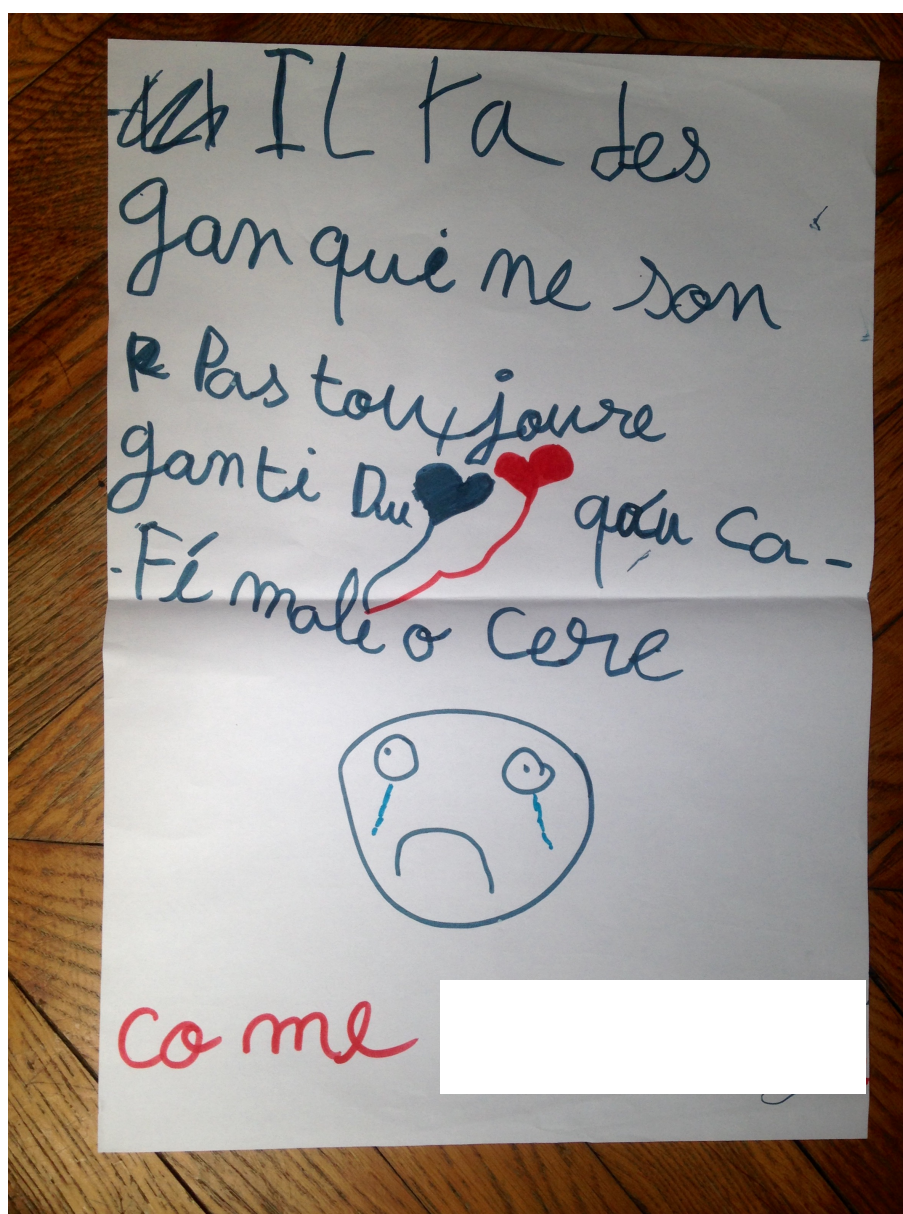
Dessins

Séance du 7/05/2019.

Les carrés blancs correspondent à l'anonymisation des patientes.

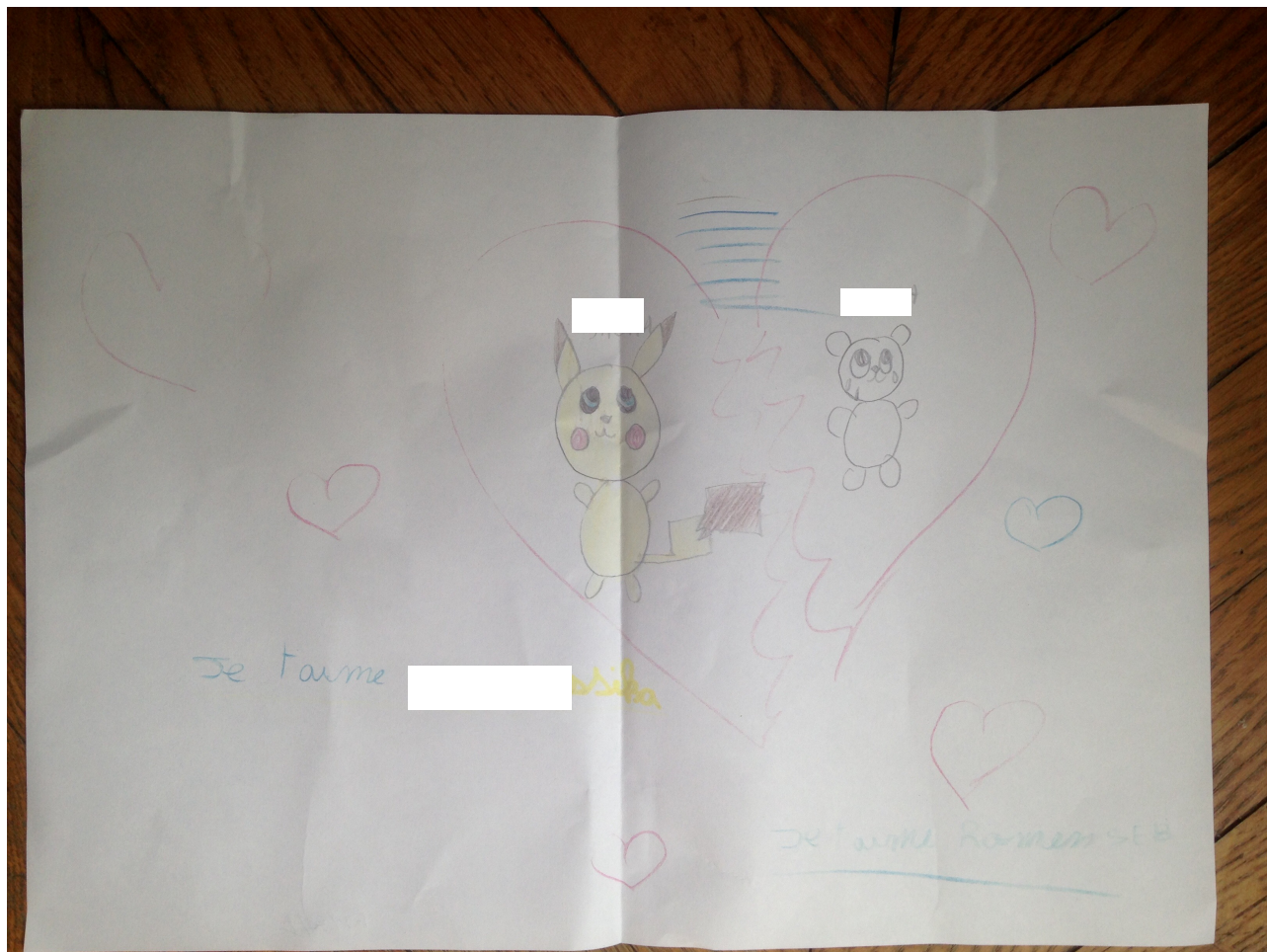
Claire

"Il y a des gens qui ne sont pas toujours gentils du coup ça fait mal au coeur. Comme M."



Maeva

"Je t'aime S. (et) Katia"





Journal de bord / Post-groupe

Pôle Filles, ITEP X

Séance du 7/05/2019.

22ème séance.

Dans le rituel de début, **Katia** propose un mouvement de bassin et d'épaule dans une qualité de mouvement fluide.

Lors de l'exercice en miroir, elle investit le sol, teste l'appui de ses pieds dans des positions de déséquilibre, mobilise ses jambes.

Les jambes sont davantage ancrées dans le sol, les genoux se plient plus aisément, ce qui permet à Katia d'expérimenter le rebond.

Dans cette séance, Katia aborde le Flux libre qu'elle n'investit jamais habituellement : elle propose des tours et des passages rapides au sol en relâchant sa tête et son bassin puis réalise des petits sauts debout.

Elle danse un moment dans le drap proposé ce jour puis s'en dégage pour continuer à danser.

Au moment du dessin, elle parle de sentiment amoureux et évoque sa relation sentimentale.

Dans le rituel de fin, elle propose un mouvement au sol à quatre pattes puis effectue un tour sur elle-même.

Maeva s'installe près du tambour, le prend et joue des rythmes en attendant que les autres participantes du groupe s'installent pour le rituel de début. Elle souhaite débiter la séance par son mouvement de rituel de début.

Lorsque c'est son tour de proposer des mouvements d'échauffement, elle nous invite aux auto-contacts par les tapotements de la structure osseuse. Elle nous invite également à traverser le glisser-repousser au sol. Elle parvient à glisser et repousser de manière fluide, sans accoups, ce qui lui était auparavant difficile.

Maeva explore sensoriellement le contact avec le sol, des mouvements fluides et emprunts d'une certaine douceur émergent. Elle présente des tours, allongée au sol, et ses appuis sont davantage construits, ce qui donne l'impression d'une facilité dans l'exécution du mouvement du tour.

Maeva s'enfouit complètement dans le sac tubulaire puis ressort le haut du corps. Elle positionne le sac tubulaire à sa taille, s'allonge ventre au sol et propose un mouvement de

jambe. Elle me renvoie l'image d'une sirène. Ce temps est paisible. Un léger balancement parcourt le bas de son corps.

Elle souhaite réaliser le rituel de fin en restant enveloppée dans le sac tubulaire.

Lors du temps de dessin, elle parle de ses amitiés et de ses amours à l'ITEP.

Claire apparaît toujours en grande demande de contact avec autrui mais présente ce jour une manière de contacter l'autre beaucoup plus appropriée, sans heurts.

Dans le rituel de début, elle arrive à se présenter au groupe en réalisant un mouvement d'épaule rapide et saccadé. C'est une grande avancée car auparavant elle empruntait des mouvements effectués par les autres jeunes ou les adultes du groupe. Or, ce jour, elle crée son mouvement et semble en être contente (nombreux sourires) !

Bien que le contact soit plus doux, Claire envahit encore l'espace d'autrui mais se reprend lorsqu'on lui signale que ce n'est pas adapté.

Aujourd'hui c'est la première fois qu'elle fait une proposition de mouvement en accord avec le rythme. Le mouvement est doux, fluide, lié !

Dans le sac tubulaire, Claire s'enveloppe entièrement dedans et explore pour elle-même ; puis, elle saute joyeusement les bras en l'air avec une appréhension du schème homologue (haut-bas).

Elle arrive à inscrire des arrêts lorsqu'elle effectue des tours, ce qui lui était impossible avant où elle tournait jusqu'à rencontrer les murs et se heurter.

Lors du dessin, Claire souhaite rester dans le drap. Elle s'enveloppe à l'intérieur pour dessiner et écrire. Elle semble avoir besoin d'une bulle, d'un cocon. Puis, elle sort le haut du corps du sac et continue son dessin, le corps à-demi à l'extérieur.

Elle écrit que certaines personnes lui font du mal, elle se confie sur des violences verbales qu'elle subit de la part d'un autre jeune accueilli à l'ITEP.

Dans le rituel de fin, elle présente de petits sauts (schème homologue) qui rappellent son exploration dans le sac.

Verbatim des dessins

Enquêtrice : Julia-Marine Chamodon

Enquêtées : Adoléscentes de l'ITEP X.

Salle de danse-thérapie, ITEP X., Montpellier.

Séance 28/05/2019.

Durée : 3,33"

Danse-Thérapeute : Claire ou Maeva ? Claire tu veux commencer ? *Maeva continue à dessiner malgré que la fin de ce temps lui ait été signifiée.* Allez Maeva, c'est fini là ! C'est fini Maeva, allez, allez, le temps est écoulé !

Educatrice : Tu veux parler de ton dessin Maeva ?

Maeva : Ben, bien sûr !

DT : Qui c'est qui te le tient pour le montrer ?

Maeva : C'est ma Claire, ma petite soeur, c'est ma "sourette" qui me le tient.

Claire : On est soeurs de coeur toutes les deux !

DT : Alors vas-y explique nous ce que t'as voulu dire parce que le thème c'est quand même "Si mon corps pouvait parler", hein.

Maeva : Ben oui !

DT : Alors, il dirait quoi ton corps ?

Maeva : Il parle de ce que j'ai fait avec Claire t'a l'heure. On s'était dessiné des clowns sur la jambe et on est soeurs toutes les deux, ma soeur de coeur.

Claire : T'as marqué Sisi , Mili ?

DT, *corrige* : C'est un M

Claire : Ah... Claire + Maeva...

DT, *corrige en lisant ce qui est inscrit sur le dessin* : Claire !

Maeva : Claire + Maeva = soeurs !

Claire : Il est trop beau ton bonhomme, là.

Maeva, *à Claire* : Il est pour toi ce dessin ! Et « Ah ah ah » parce que c'est un clown !

Claire : Et il rigole le clown ! Il fait : « AHAHAHAH » !

DT : Et pourquoi le clown alors ?

Maeva : Parce que c'était ce qu'on s'était dessinées sur les jambes !

DT : Oui mais pourquoi vous avez choisi de vous dessiner des clowns plutôt qu'autre chose ?

Claire : Parce qu'on adore les clowns, je sais pas c'est...

Maeva : Je sais pas c'est elle qui a commencé à me dessiner un clown après on s'est dit on va en faire un là...

E, *chuchote* : Parce que vous faites les clowns ?

Claire : Voilà.

Maeva : Non c'est pas ça.

Claire : Un peu quand même.

Rires de la DT.

DT : Ok c'est tout ce que tu veux dire sur ton dessin ?

Maeva : Oui et des smileys parce que je l'adore. Et des coeurs parce que je l'adore.

DT : Alors, vas-y tu veux nous en parler ?

Claire, *lit ce qu'elle a écrit sur son dessin* : « Quand je suis fatiguée... le moindre... le moindre... le chose m'énervé.

Maeva : C'est vrai ça.

Claire : Ouais.

DT : Alors, ça veut dire quoi ?

Claire : Fatiguée.

DT : Aujourd'hui ?

Claire : Oui.

Maeva : Ah c'est pour ça qu'il faut pas t'emmerder aujourd'hui !

Claire : Voilà !

DT : On peut montrer le dessin parce que là tu l'as posé ?

E : On peut parler correctement aussi Maeva !

DT : Et pourtant ce bonhomme là que tu as fait en jaune, c'est quoi alors ?

Claire : C'est un bonhomme qui fait dodo.

E : Et c'est quoi qu'il a la bouche ?

Claire : Il bave.

E : Ah d'accord, je croyais qu'il fumait.

DT : Et pourquoi il bave ?

Claire : Il dort.

DT : D'accord. Il a l'air content lui pourtant, il a pas l'air énervé ce bonhomme.

Claire : Il dort !

DT : Ouais mais il a l'air de dormir content non ?

Claire : Oui...

DT : Je sais pas, il fait pas la tête, il a pas l'air énervé quoi, c'est ça que je veux dire.

Maeva parle, voix indistincte

DT, à Maeva : Hé oh ! *Maeva grogne.* A Claire : T'aimerais dormir ?

Claire : Oui.

DT : T'as du mal à dormir en ce moment Maeva... euh Claire, pardon ?

Claire : Oui.

E : Tous les jours...

DT : Tu manques de sommeil, un peu ?

Voix indistincte de Maeva

Claire : Oui.

DT : Est ce que tu veux dire quelque chose d'autre sur ton dessin ?

Claire : Non.

DT : Ok.

Dessins

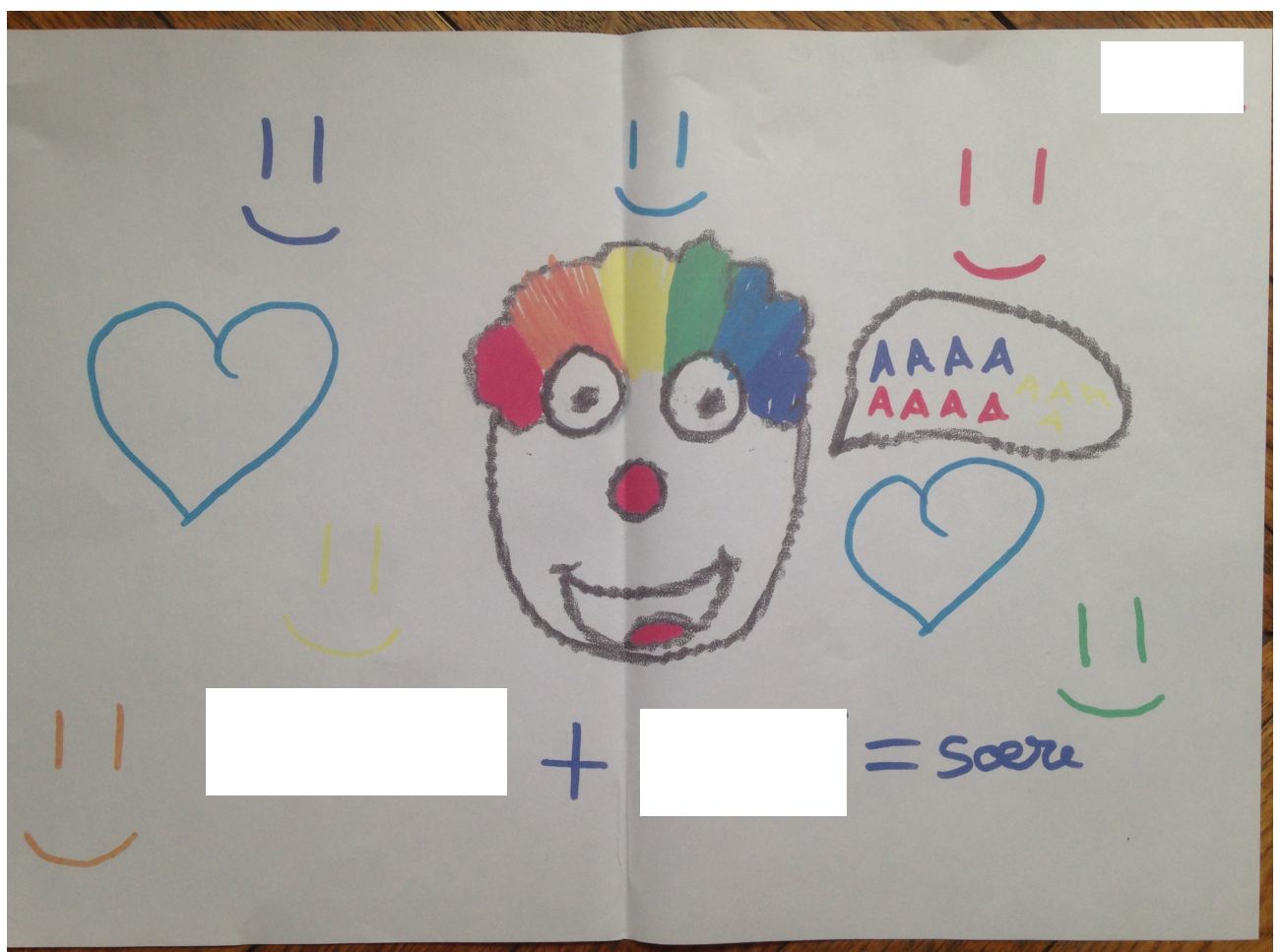
Séance du 28/05/2019.

Les carrés blancs correspondent à l'anonymisation des patientes.

Maeva

"...+... = soere"

"Maeva + Claire = soeur"



Claire

"Quan je suis fatigie La Mon Dre chose mai nève"

"Quand je suis fatiguée, la moindre chose m'énerve"



Danse-thérapie
Journal de bord / Post-groupe
Pôle Filles, ITEP X

Séance du 28 mai 2019.

25ème séance.

Je retrouve **Katia** qui m'attend à la porte de la salle de danse-thérapie avant la séance. Elle m'explique qu'elle est blessée et qu'elle ne peut pas venir ce jour. Elle a une entorse à la cheville. Normalement, en cas de blessure, nous adaptons la séance, quitte à donner un rôle différent à la participante : elle peut gérer la musique, jouer des rythmes percussifs en dialogue avec ses camarades qui dansent, etc.

Nous en discutons avec son éducatrice. Nous lui disons que c'est à elle de choisir, qu'on ne va pas s'opposer à son envie de ne pas être présente tout en lui rappelant l'importance des séances pour elle. Nous essayons de la responsabiliser. Nous nous mettons toutes d'accord ensemble pour dire que nous excusons son absence ce jour mais qu'elle devra être présente les semaines suivantes.

L'éducatrice me confie en aparté que Katia a besoin d'être écoutée et respectée dans ses demandes en ce moment. Katia part avec le sourire en nous souhaitant « une bonne séance ». Elle semble avoir pris en charge sa demande d'absence en me retrouvant au début de la séance avant que le groupe arrive afin de ne pas mettre le groupe en difficulté car les changements peuvent vite être source d'angoisses.

Maeva arrive très parasitée par son excitation. La parole est très présente.

Maeva éprouve des difficultés à danser au sol. Elle verbalise : « Je n'y arrive pas. Je n'aime pas ».

Pourtant, elle cherche à se mouvoir au sol dans d'autres temps de la séance, notamment l'échauffement que nous réalisons assises et qu'elle fera entièrement couchée au sol, le dos contre le tapis.

Lors de l'improvisation, elle propose de nombreux mouvements au sol : elle tape le sol avec ses mains et ses pieds, du rythme apparaîť.

Elle glisse ses mains au sol pour se mettre à plat ventre, elle roule au sol, étire ses jambes.

Parallèlement à cet investissement massif du sol, Maeva propose des auto-contacts et réalise des mouvements de mains doux et légers. C'est la première fois que Maeva est aussi créative ! Elle ne veut plus s'arrêter et continue à nous proposer des mouvements.

Lors de la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, elle est allongée au sol et recherche le contact avec une autre participante.

Lorsqu'elle parle de son dessin, elle verbalise son amitié avec Claire.

Maeva investit particulièrement le temps de soin avec l'objet médiateur (balle, foulard, etc), elle semble détendue et la parole s'efface. Elle exprime juste son besoin de sentir davantage la balle sur son corps et demande à son éducatrice de la contacter « plus fort ».

L'éducatrice trace les contours du corps de Maeva en augmentant la pression afin de souligner les limites corporelles (travail du contour) et le schème centre-périphérie (ventre-jambes, ventre-bras, ventre-tête). Le contact avec l'objet médiateur semble contenir Maeva qui présente un corps apaisé, relâché et une respiration profonde.

Dans le rituel de fin, Maeva présente un mouvement de bras doux et fluide. Son excitation de début de séance a laissé place à une accalmie corporelle. La parole omniprésente s'est dissipée.

Je pense qu'il peut être intéressant d'expérimenter le contact avec le tissu la fois prochaine afin qu'elle puisse poursuivre ce travail de contenance.

Je pense également à l'improvisation issue de l'expression primitive « le combat des cheffes » pour décharger son excitation dans un cadre en étant contenue par le rythme si elle revient débordée à l'avenir.

Claire débute la séance concentrée et calme mais se laisse vite gagnée par l'excitation de Maeva. Dans l'échauffement, elle peine à proposer des mouvements. Ses quelques propositions présentent des mouvements rapides et saccadés ainsi que de nombreuses roulades sur le côté où elle s'enroule sur elle-même.

J'observe qu'au sol, Claire gazouille et émet des petits bruits qui peuvent s'apparenter au babillage du bébé. Elle se blottit.

Elle est en grande recherche de contact : tête à tête, pied à pied, mains à mains mais heurte l'autre participante. Dans le contact avec moi, elle pousse, s'agrippe, m'écrase. Il est difficile pour Claire d'aborder un contact avec autrui de manière adaptée c'est-à-dire sans faire mal ou déborder sur l'autre. Il peut être intéressant de lui proposer le sac tubulaire la fois prochaine et de la guider dans le mouvement primaires qu'elle semble expérimenter en séance : pousser, étirer, agripper.

A un moment, elle glisse ses mains sous les mains de l'éducatrice et s'exclame : « Ah ça c'est la belle vie ! ». Sentir ses mains sous celles de son éducatrice, c'est la belle vie pour Claire !

Lors de la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, Claire est toujours en mouvement. Même lorsqu'elle est allongée au sol, sans mouvements, un pied continue de battre une cadence rapide au sol, comme pulsatile.

Elle nous présente un dessin d'un bonhomme qui dort et explique qu'elle est fatiguée et qu'elle a des difficultés à dormir.

Dans le temps de soin-contact avec l'objet médiateur, Claire ne parvient pas à se détendre : elle s'agite en tout sens, parle, etc. Elle se relèvera cependant de ce temps de soin dans la douceur, ce qui lui est difficile habituellement.

Le rituel de fin est marqué par son mouvement rapide et bref.

Verbatim des dessins

Enquêtrice : Julia-Marine Chamodon

Enquêtées : Adolescentes de l'ITEP X.

Salle de danse-thérapie, ITEP X., Montpellier.

Séance du 4 juin 2019.

Durée : 4,54''

DT : Alors qui c'est qui montre en premier ?

Maeva : Moi ! je t'avais demandé en première !

DT : Allez ! Vas-y.

Maeva : C'est Katia et R. Et vu que j'ai un pari et que j'ai pas le droit de parler de R...

Katia : Tu peux si tu veux, c'est quand ils sont pas là mais avant et après ok.

Maeva : C'est les tr... les deux personnes que j'aime bien. Oui toi et... ! *Elle s'adresse à Katia en montrant le second prénom inscrit sur son dessin.*

Katia, *souriante* : Hum hum, on va en reparler...

Maeva : Ah ah ah ! Du coup j'ai marqué en rouge parce que c'est sa couleur préférée, Katia en jaune parce que c'est sa couleur préférée et en bleu parce que c'est la mienne.

DT : Ok.

Maeva : Avec plein de coeurs parce que je les aime bien ! Avec des coeurs jaunes, ah mince j'ai oublié de mettre des coeurs bleus, et j'ai mis des coeurs rouges aussi. Ah ah ! Et c'est tout !

DT : Ok. Quelqu'un d'autre ?

Katia : Alors c'était ma main, ben oui c'est ma main. Ah ça j'ai oublié, en fait là, au niveau de là... regarde ! *Elle montre un point de son dessin à Maeva.*

DT : Tu peux montrer à nous ?

Maeva : C'est exactement pareil !

Katia : J'ai fait exactement pareil, là, parce que je sais pas, au moins ça peut m'indiquer le Sud, le Nord, l'Ouest...

E. rit.

Katia : C'est pas marrant, *dit Katia en souriant.*

DT : Et pourquoi alors ? C'est important de t'orienter ?

Katia : Je sais pas, je trouve qu'avoir ça sur le bras...

Maeva : C'est ta boussole.

DT : Elle peut parler seule sans toi ? Merci.

Katia : Ça me sauve, je sais pas, de un, je trouve ça beau, d'avoir ça et en plus avec les couleurs que j'ai mises, ça se voit pas mais j'ai mis du bleu et j'ai mélangé un peu les couleurs et je trouvais ça beau donc je me dis que je vais le refaire. J'ai fait le Nord, le Sud, l'Ouest et l'Est.

Voix indistincte de Maeva.

DT : En quoi c'est bien d'avoir une boussole sur le bras ?

Maeva : Moi aussi...

Katia : Je sais pas, c'est parce que j'ai eu cette idée là et je me suis dit ça peut... je sais pas, je trouve cela beau d'avoir ça sur mon bras.

DT : Et il y a une signification ou pas ?

Maeva, *surexcitée* : On la reconnaît bien la main de Katia !

DT : Chut !

Katia : Je sais pas, j'ai toujours euh... du côté de ma famille, peut-être de mes ancêtres... Je sais que mon arrière grand-père, il avait un tatouage comme ça sur son bras droit et je sais pas pourquoi je me suis fait ça.

DT : D'accord.

Katia : Et ça, c'est parce que c'est le henné, c'est le genre de henné, ma copine elle m'a fait un genre de henné mais avec du feutre là, j'ai encore la trace là...

Maeva : Ouais...

Katia : ... et elle m'avait fait jusqu'aux doigts et je sais pas, je trouvais ça beau.

Maeva : Héééé ! J'ai envie de parler de quelque chose !

DT : Non ! Ben c'est pas à toi de parler donc non, donc du coup c'est à Katia de continuer...

Maeva : Mais euh !

DT : Non, tu as eu ton tour ! Et du coup Katia, t'as d'autres choses à dire sur ton dessin ?

Katia : Non.

DT : Non ? Avant t'avais fait quoi ?

Katia : Où ? Ah derrière c'est parce qu'en fait, j'avais fait déjà des petites fleurs.

DT : Ok.

Maeva : C'était trop beau. Je voulais dire que ça se voit que c'est la main de Katia.

DT : Ouais. Claire ? Alors vas-y Claire, on t'écoute.

Grand silence.

DT : Tu ne veux rien en dire ?

Claire : Si !

DT : Ben vas-y on t'écoute. alors.

Claire : Je réfléchissais...

E. rit.

Claire : Maeva + Claire = meilleures amies.

Maeva *commente le dessin* : Alors Maeva+ Claire...

DT : Du coup c'est Claire qui parle, c'est toujours pas Maeva. Alors, Claire, est-ce que t'as des choses à dire, raconte, du coup parce qu'on est en retard...

Claire : Ben... Parce que je les aime bien.

DT : Alors c'est quoi ? C'est qui ? Qu'est-ce qui se passe ?

Claire, *ton excédé* : Oh... crotte ! Ça c'est moi, ça c'est Lili, c'est ma petite Lili, ça c'est Kiki et ça c'est moi ! Et y a écrit meilleures amies... meilleures amies !

DT : C'est une déclaration d'amitié à tes copines, en fait ?

Claire : Oui.

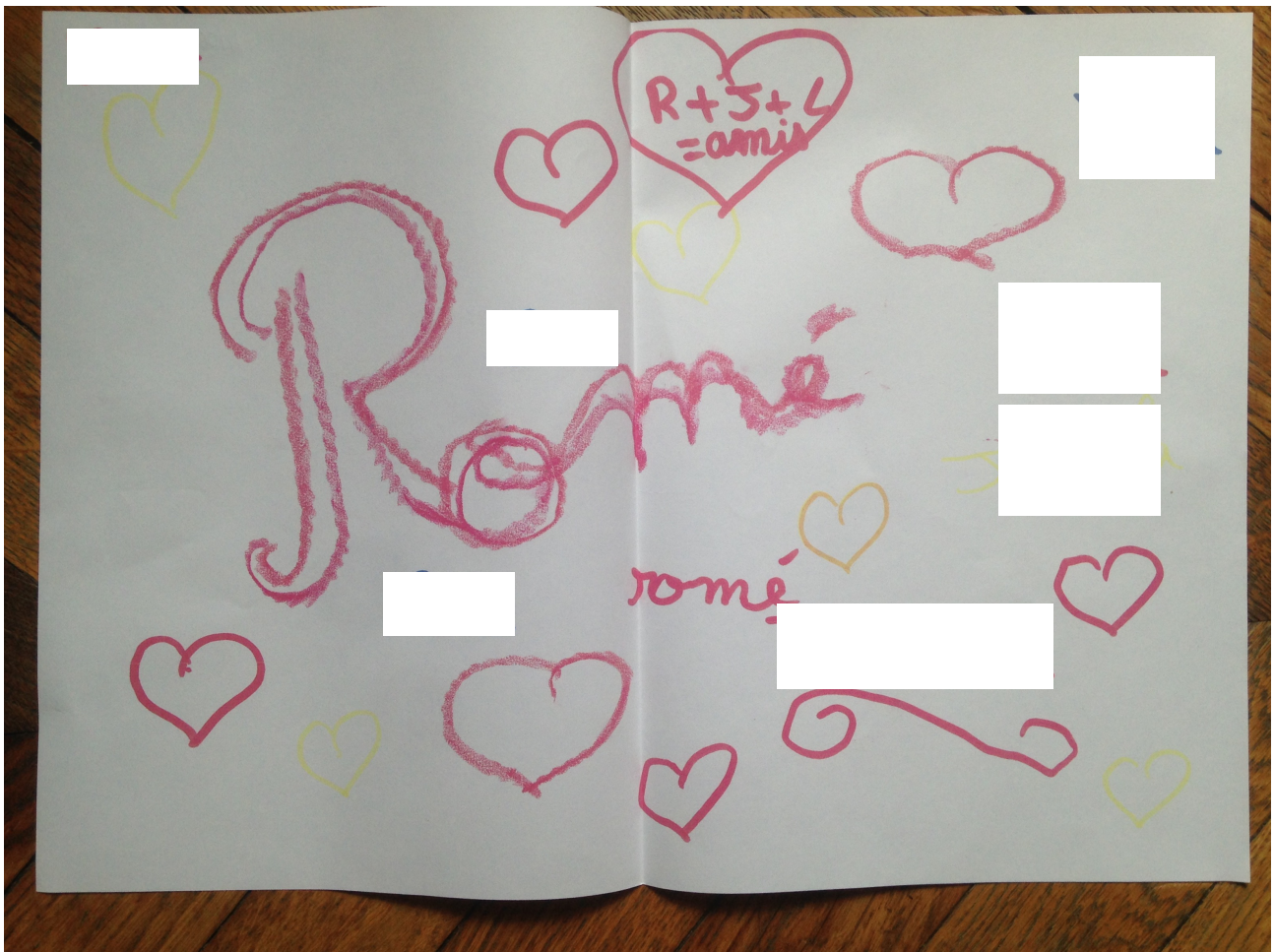
DT : Ok.

Dessins

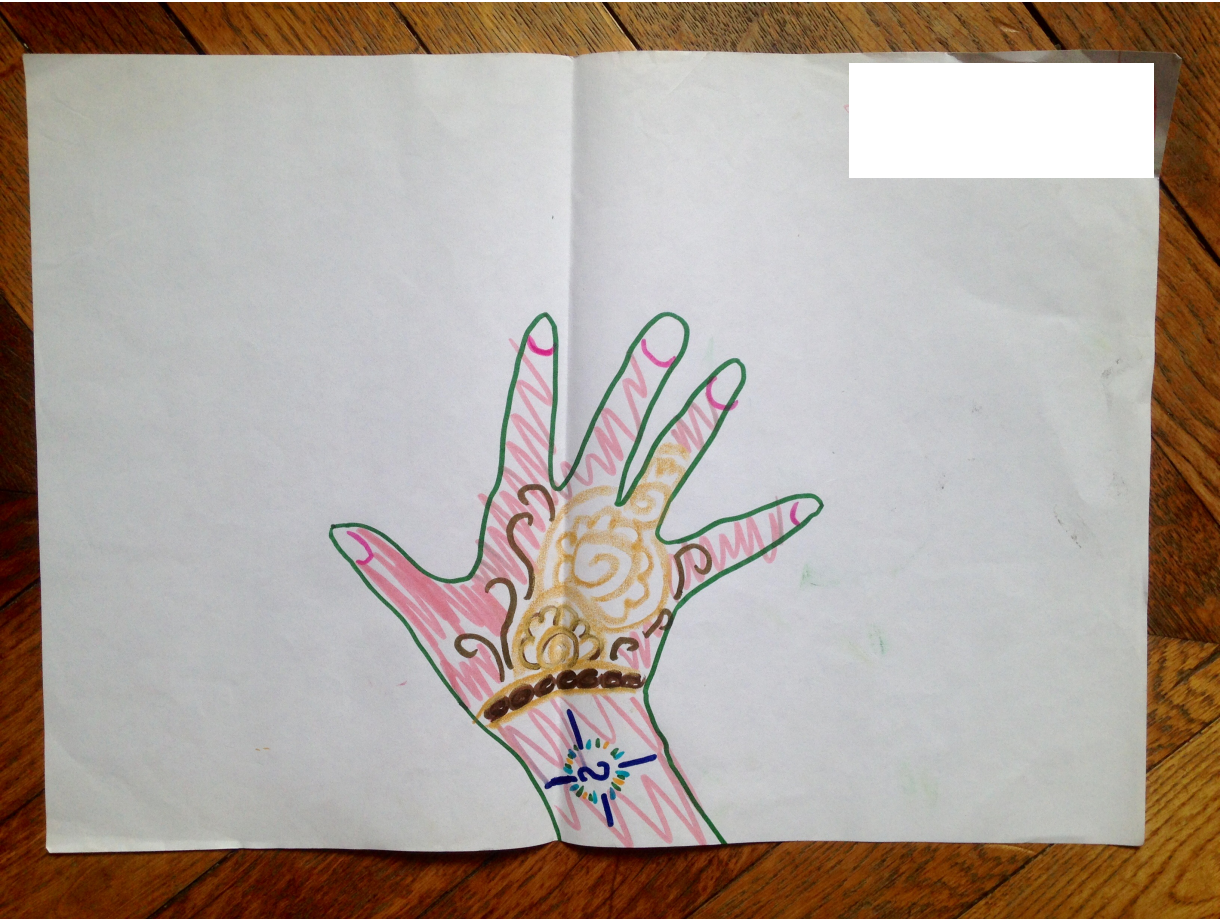
Séance du 04/06/2019.

Les carrés blancs correspondent à l'anonymisation des patientes.

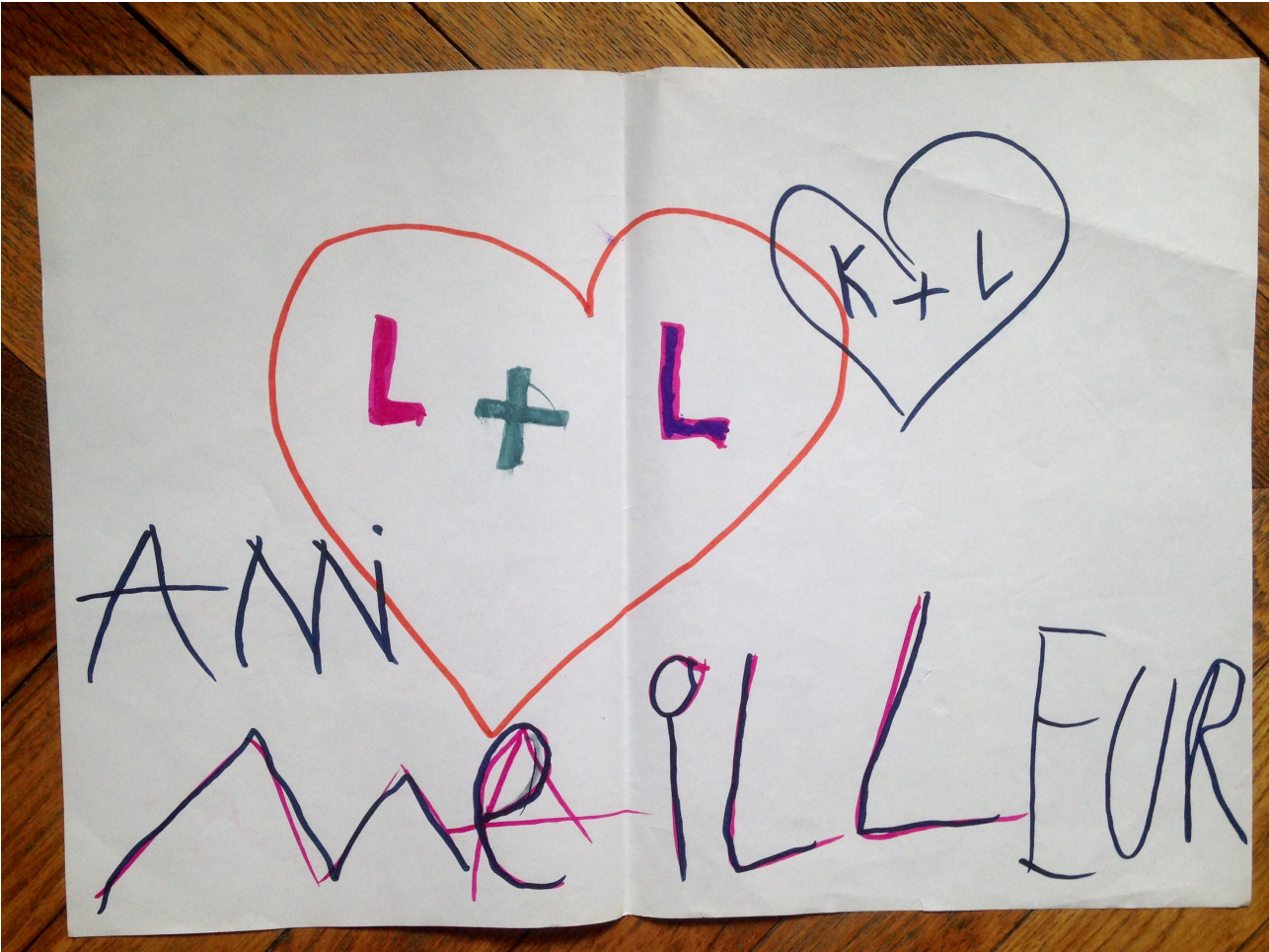
Maeva



Katia



Claire



Danse-thérapie
Journal de bord / Post-groupe
Pôle Filles, ITEP X

Séance du 4 juin 2019.

26ème séance.

Maeva arrive en séance particulièrement excitée. Le flot de paroles est incessant. Le corps semble morcelé : les mouvements sont projetés du centre vers l'extérieur avec violence et de nombreux sautilllements la traversent.

Elle semble avoir besoin de faire contact avec autrui et propose plusieurs types de contacts qui engagent les extrémités (mains - pieds) et la tête.

Elle refuse de danser dans la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique.

Je propose des sacs tubulaires dans lesquels les participantes peuvent se glisser afin d'approfondir le travail de contenance. Maeva se blottit à l'intérieur, ressort sa tête uniquement pour se déplacer. Elle paraît moins à l'aise lorsque je donne certaines consignes pour expérimenter le sac car elle ne les respecte pas. Elle s'apaise lorsque je lui propose d'expérimenter librement.

Elle ne parvient pas à danser au centre du cercle du groupe. Je pense que la prochaine fois, j'éviterai d'amener cet exercice de danser au milieu du cercle qui peut être trop confrontant pour le moment.

Il serait aussi intéressant de leur proposer des trajets personnalisés avec les sacs afin qu'elle puisse cheminer dans leur contenance.

Dans son dessin, les nounours habituellement présents disparaissent au profit des coeurs. Maeva parle de ses amitiés avec une voix de bébé. Elle ne cesse de couper la parole aux autres dans le temps de verbalisation des dessins, ce qui s'avère très gênant pour le groupe. Elle ne semble pas pouvoir contenir cette parole, comme si s'arrêter de parler c'était faire face au vide.

Claire commence la séance calmement. Au cours de l'échauffement, elle propose des contacts et un investissement du sol : elle glisse et roule.

Les contacts sont davantage adaptés même si elle me donne un coup de coude. Je l'invite à faire attention à ses mouvements, elle le prend mal. Je lui dis qu'elle est capable d'être douce et cela semble l'apaiser. Le Temps soutenu apparaît : elle présente des mouvements liés, fluides desquels émerge une sensation de calme.

Elle se glisse complètement à l'intérieur du sac tubulaire et reste longtemps à expérimenter, enfouie à l'intérieur et à l'écoute des consignes.

Dans son mouvement de rituel de fin, le corps paraît cependant morcelé et est parcouru de multiples tremblements.

Katia débute la séance dans une tenue non adaptée. Elle est vêtue d'une petite robe et déclare qu'elle ne peut pas danser. Je lui répond que l'on va adapter la séance. Elle nous rejoint facilement sans qu'il y ait besoin d'insister.

Katia se présente comme une leader de la séance : elle est force de propositions, très adulée par les autres participantes sur qui elle a de l'influence. Elle met en mouvements ses pieds et ses jambes et propose de grands pliés avec les genoux en dehors, elle qui se déplace habituellement les genoux en dedans !

Dans les traversées, elle propose de nombreuses roulades et glissades au sol. Elle investit de plus en plus le sol et se lance dans le mouvement.

Dans le temps de dessin, elle produit deux dessins : un dessin "recto" où elle figure une main (alors qu'en ce moment elle danse avec ses pieds), puis une boussole. Elle évoque le souvenir de son grand-père qui avait un tatouage similaire sur sa main et une amie qui lui a fait un henné.

Le dessin "verso" représente deux formes spiralées qui sont collées l'une à l'autre.

Verbatim des dessins

Enquêtrice : Julia-Marine Chamodon

Enquêtées : Adolescents de l'ITEP X.

Salle de danse-thérapie, ITEP X., Montpellier.

Séance du 25/06/2019.

Durée : 8,43''

DT : Allez, vas-y Katia, on t'écoute.

Katia : Là, je sais que mon corps il avait pas envie de... il n'avait pas de sentiment à avoir envie de faire quelque chose en dessin. Donc j'ai réfléchi et je sais qu'au fond de moi, il y a quelque chose que j'aimerais tellement c'est d'avoir un tatouage au niveau la cheville gauche.

Rires de l'éducatrice.

Mais arrêtez c'est pas drôle, c'est un truc super simple ! Tu t'en souviens du petit truc que j'avais fait là ? *Elle montre une partie de son corps à l'éducatrice.*

E : Non.

Katia : C'est un genre de petit truc comme ça ? Ou comme ça ?

E : Je sais pas t'es tout le temps en train de t'écrire dessus donc...

Katia : Oui mais... enfin je trouve ça super beau...

DT, à Claire qui continue de dessiner : Hé STOP c'est fini ! Non, c'est fini !

Claire : Allez un truc...

DT : Claire ! Les autres, elles ont fini, toi aussi. Comme tout le monde !

E : Et ça serait bien que t'écoutes les autres, ce qu'elles ont à dire !

DT : Et en plus t'écoutes Katia, là elle est en train de...

Claire : Mais j'écoute, désolée !

E : Allez pose ton crayon !

Elle continue de dessiner.

DT : Non, Claire, tu poses ton crayon, on n'a dit que c'était fini pour tout le monde. Ça comprend toi « tout le monde ». Il n'y a pas que...

E : On va fermer la boîte Claire, là !

DT : Allez !

E : Allez go !

Claire : Voilà ! *Elle arrête mais ne range pas son crayon.*

E : Tu le ranges s'il te plaît. Remets-le Claire !

Claire : Pff... *Claire ne range pas son crayon.*

DT : Je le remets.

E : Merci Julia.

Claire, *sur un ton énervé* : J'allais le faire hein pff !

DT : Oh, mais t'es pas obligé de me parler comme ça, non plus !

E : Elle est déjà gentille de te le faire.

DT : Bon allez, c'est parti, vas-y Katia, on est reparties dans l'histoire !

Katia : Donc comme je disais, bah mon rêve c'est d'avoir un tatouage à la cheville gauche. Et euh... j'ai des petites idées, mais moi mon tatouage... enfin, c'est quelque chose de simple, qui ne se voit pas énormément, un truc super discret. En plus tout ce qui est discret c'est beau. Tout ce qui est gros est moche c'est...

E : Gros et moche, tu l'as dit dans la même phrase.

Katia : Non mais en fait si tu fais un tatouage gros, surtout là, c'est pas très beau c'est pas très waouh !

E : Waouh !? *Rires de l'éducatrice.*

Maeva : En fait, tout ce qui est petit est mignon.

Katia : Voilà, en gros tout ce qui est petit est mignon, tout ce qui est gros est moche. Donc, ben, je vais me faire un genre de petit tatouage super simple très mignon.

DT : Et c'est quoi alors l'espèce de dessin vert à côté ?

Katia : Ah ben j'essaie de faire bah... un petit truc aussi simple que j'essaie de m'imaginer en dessin.

C'est une genre de feuillage avec un petit point, mais un genre de feuillage qui monte. Et ça te fait un petit tatouage avec des petits feuillages, c'est trop mignon (*ton d'enfant*). Mais là je me suis ratée. Et en fait en effaçant, on voit bien les couleurs qui ressortent à travers le noir. Je trouve ça beau des couleurs mélangées et que après quand on efface, ça fait des genres de petits reflets, des genres des petits trucs simples...

DT : Et le violet c'est quoi ?

Maeva : Le corps du diable !

Katia : Bah le violet c'est un genre de... *bruit de langue* « cloc ».

Maeva, *en parlant du dessin de Katia* : Ah... d'accord ok.

Katia : Mais là, je me suis ratée aussi.

DT : Donc là tu as dessiné des dessins que tu pourrais faire sur ta peau en fait ?

Maeva parle, voix indistincte.

Katia : J'en voudrais que un seul de tatouage... qu'à la cheville gauche.

DT : Pourquoi la cheville gauche ?

Maeva : *Voix indistincte.*

Katia : Je sais pas je suis gauchère, je me suis cassée l'épaule gauche, j'ai eu une fracture à l'épaule gauche, je me suis fait une entorse au niveau de la cheville gauche.

Maeva, *la coupe en me donnant son dessin* : Tiens ! A moi, à moi, à moi !

DT : Donc ce serait pour marquer le corps qui a souffert, c'est ça ?

Katia : Non c'est montrer que en fait euh... que à partir de mon côté gauche, je peux faire mieux. En mettant un signe du côté gauche, pour moi c'est un truc qui pourrait aussi m'aider, que j'en ai envie de me faire aussi un tatouage, qui me donne aussi d'en faire un... de tatouage.

DT : Ok, t'as d'autres chose à dire ?

Katia : Euh... Ben...Katia, quinze ans et demi, née le X mois 2003, fin de l'histoire, (...) donc ça veut dire que je suis née entre l'automne et l'été, encore l'automne et l'été.

DT : Ah d'accord, en inter-saison.

DT : Allez Maeva on t'écoute.

Silence.

C'est toi qu'on écoute, Maeva.

Maeva : Ben, c'est le bras de F. et le bras de S., en fait.

Katia : Et qu'est ce que ça veut dire les traits rouges ?

Silence.

Et ça s'appelle comment ?

Maeva : Je sais plus.

Katia : Mu-ti-la-tions, chérie.

E : Pourquoi t'as fait ça ?

Katia : C'est un truc qui reste bloqué en elle et qui a besoin de le faire sortir à travers une feuille.

DT : Ok Maeva, on t'écoute, toi, du coup ?

Maeva : Elle sait ce que j'ai à dire.

DT : Non c'est pas Katia, elle a eu son temps Katia pour pouvoir parler, ça c'est pas son dessin donc toi tu parles sur ton dessin.

Maeva : Ben c'est le bras de F. et le bras de S... et moi ça me rend triste.

DT : Et pourquoi ils ont des scarifications alors ?

Maeva : Je sais pas, enfin je sais mais j'ai pas le droit de le dire.

DT : Ben si là t'as le droit de tout dire.

Maeva : Non j'ai pas le droit !

Katia : Ah... j'ai compris !

Maeva : Parce qu'ils sont... voilà !

E : En tout cas, si t'as fait ce dessin, c'est que tu as envie d'en dire quelque chose.

Katia : Hum... et c'est pas pour rien !

Maeva : Pas devant tout le monde.

Katia : C'est ton choix.

DT : C'est des couteaux là, qu'il y a au-dessus ?

Katia : Où ? Mais je vois pas de couteaux ?

DT : Là, Il y en a deux.

Katia : Mais il y a un couteau, là !

Maeva : Parce que j'ai refait, il était trop petit.

DT : Et il y a des coeurs quand même ?

Claire : Parce qu'ils sont amoureux tous les deux !

DT : C'est Maeva qui parle, ça suffit là Claire et Katia!

Katia : Mais j'ai rien dit, moi !

DT : Non, mais tout à l'heure... Allez Maeva c'est quoi ces coeurs, en fait ?

Maeva, *ton énervé* : Ben parce que je les aime bien et que je suis triste parce qu'ils se font du mal, ça te va comme ça ?! Je ne dirai que ça ! *Elle part s'isoler contre le mur et enfouit sa tête sous son tee-shirt.*

DT : Non mais t'as pas besoin de bouder dans ton coin, Maeva. On te pousse pas. On te demandait juste ce que c'était ces coeurs, c'est tout.

E : On voulait juste que ça soit toi qui parle et pas les autres.

DT : C'est tout hein. Si t'as pas envie d'en dire plus, on respecte ta parole Maeva hein. C'est tout ce que tu veux dire ? *Elle hoche la tête.* Ok. Tu veux revenir avec nous quand même ou tu fais la boude dans le coin ?

Katia : Allez viens Maeva, fais moi confiance ! Viens ! Regarde !

Elle ne vient pas.

DT : Ok, Claire, vas-y ! Tu veux que je te le tienne ou que quelqu'un d'autre te le tienne ?

Katia : Tu veux que je le tienne ?

Claire lui jette son dessin.

DT : Tu peux lui donner aussi. Allez, On t'écoute !

Claire : ...

DT : Qu'est ce que t'as envie de dire ?

Claire : C'est un bateau !

Maeva, *qui est revenue* : Pourquoi t'as fait un bateau ?

Claire : Parce que j'adore la classe de mer.

E : Parce que t'as été à la classe de mer ?

Claire : J'adore les bateaux !

E, *en montrant le dessin* : Donc là c'est toi ?

Claire : Oui. C'est moi qui conduis le bateau toute seule.

Maeva : Ah ouais ?

Claire : Je l'ai conduis en plus le bateau. Bon j'ai failli faire vomir Olivier mais...*rires*...je l'ai conduit le bateau ! *Elle mime le bruit du bateau.*

DT : Tu pars quand en classe de mer ?

Claire : Ben je suis partie déjà !

DT : Et vous faites où du bateau ?

Claire : Ben j'sais pas moi hein !

E : A la Grande-Motte.

DT : Et alors, t'aimes bien ça ?

Claire : ...

DT : Et du coup, t'as fait ce dessin pour quoi alors, pour dire quoi ?

Claire : Parce que j'aime bien faire ça !

Maeva : Mais t'étais pas toute seule sur le bateau, si ?

DT : Là, elle est toute seule sur le dessin.

Katia : T'as d'autres questions à poser enfin t'as d'autres choses à dire euh... Claire ?

DT, *rit* : Katia, leader de la séance !

Katia : Non c'est pas ça c'est que à 18h30 j'ai un truc à faire et c'est un peu urgent.

DT : Oui, oui je sais bien. Bon alors du coup est-ce que t'as d'autres choses à dire sur ton dessin ?

Claire : Non.

DT : Non ?

DT : Ok.

Dessins

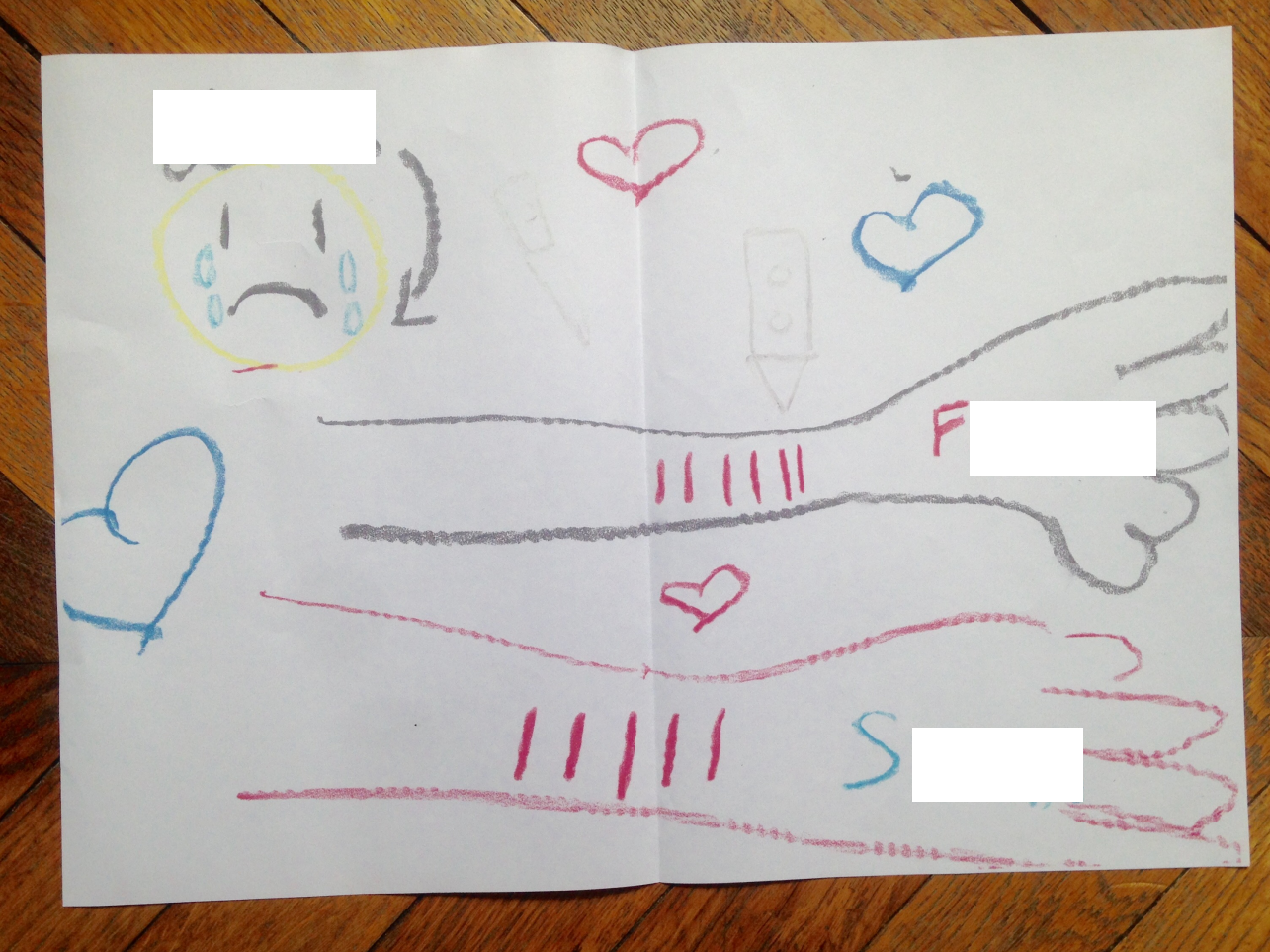
Séance du 25/06/2019.

Les carrés blancs correspondent à l'anonymisation des patientes.

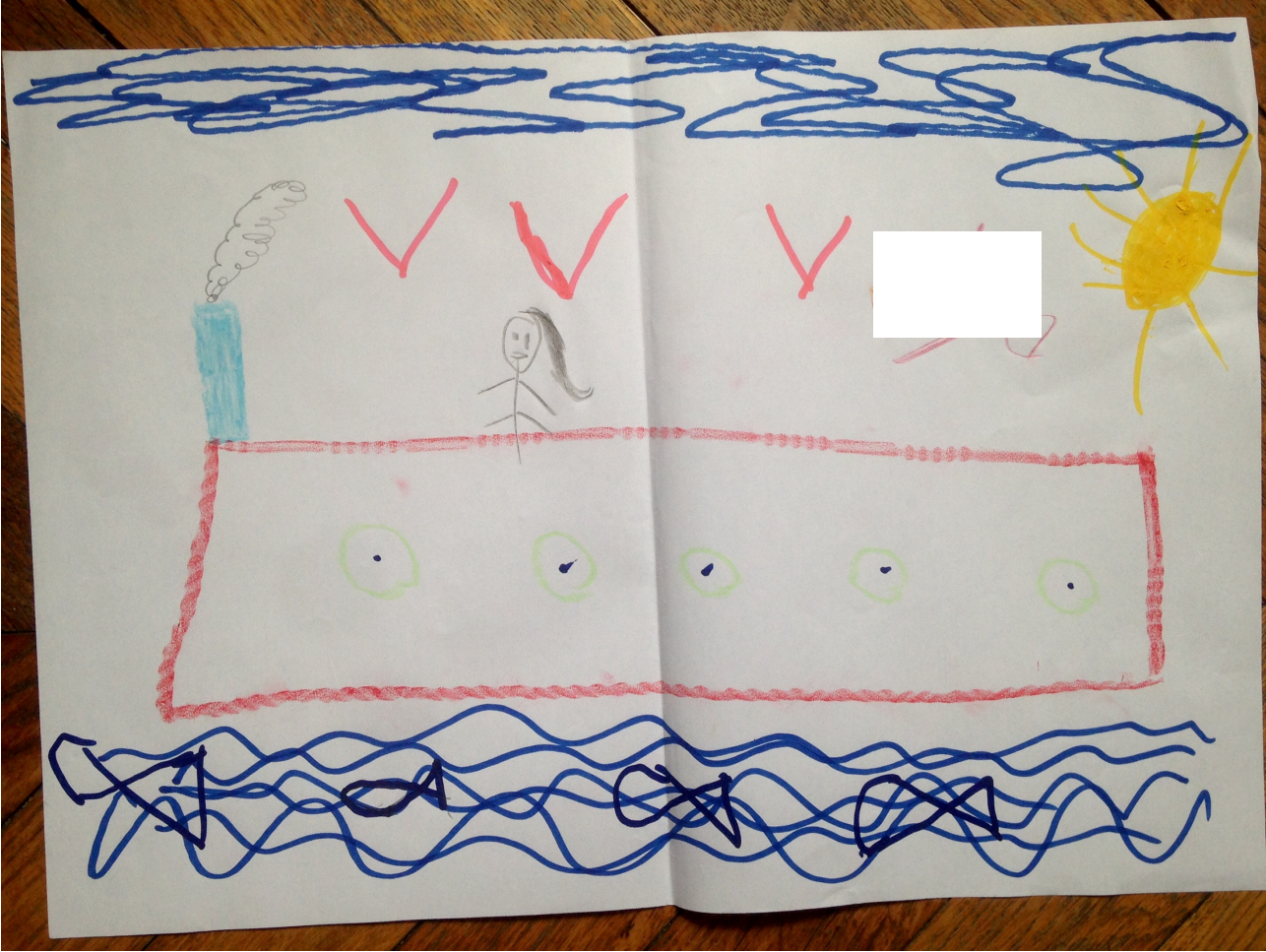
Katia



Maeva



Claire



Danse-thérapie
Journal de bord / Post-groupe
Pôle Filles, ITEP X

Séance du 25 juin 2020.

29ème séance.

Pour la première fois de l'année, nous commençons la séance à l'heure. Aucune des participantes n'est en retard. C'est la dernière séance.

Maeva prend le tambour situé au centre de la salle, tambour que l'on utilise pour se présenter dans le rituel de début et joue des rythmes en attendant que le cercle des participantes se forme.

Elle énonce son prénom, elle qui d'habitude se cache derrière des surnoms. Elle propose un mouvement dans le rituel de début qui est un cercle puis un « Stop » avec les doigts.

Dans l'échauffement, elle suit attentivement, s'arrête parfois, cherche le sol.

Au moment de l'improvisation en miroir, elle part aux toilettes et y reste un long moment. L'éducatrice va la chercher. Maeva attendait, prostrée aux toilettes. Elle déclare : « Je n'arrive pas à remettre mon pantalon » comme excuse de sa longue absence.

Lorsqu'elle revient, elle propose des mouvements de rythmes, de contacts et des déplacements au sol. Elle crée peu, ce jour.

Pendant la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, elle présente des petits mouvements de doigts, des auto-contacts : elle se caresse le visage puis part se cacher la tête derrière le rideau.

Lors du « Combat des cheffes », elle parvient à tenir les positions d'arrêts en « statues ». Son corps paraît plus structuré et davantage tonique, ce qui lui permet de tenir les arrêts plus aisément.

Au moment du dessin, elle figure deux bras scarifiés avec des couteaux, des coeurs et son propre visage qui pleure. Elle parle de ses amis qui se scarifient et va se nicher dans le coin du mur, la tête sous son tee-shirt.

Dans le temps de soin avec l'objet médiateur, elle semble s'apaiser : sa respiration devient profonde.

Elle présente un mouvement fluide de bras dans le rituel de fin.

Dans le rituel de début, **Claire** énonce son prénom en répétant la première syllabe deux fois. Elle présente un grand mouvement de bras lancé trois fois en l'air qu'elle ne semble pas maîtriser mais qu'elle parvient à stopper pour lui donner une fin.

Dans l'échauffement, elle propose des courses, sauts, roulades, roues, rythmes de pieds et contacts des extrémités (mains-pieds). C'est une mise en mouvement dynamique où elle s'élance.

Elle verbalise qu'elle porte une brassière et semble en retirer une certaine fierté, elle qui exhibait ses seins précédemment ou les « tenait » en séance.

Lors du « Combat des cheffes », elle ne fait pas le son pour accompagner son mouvement. Je lui fais remarquer et l'invite à essayer de sortir la voix en même temps que le mouvement. Elle ne semble pas contente, s'écarte puis revient très rapidement dans le groupe et l'exercice.

Dans l'improvisation, elle s'enroule au sol complètement dans le sac tubulaire à disposition.

Elle continue de danser dans le sac tubulaire pendant la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique et refuse d'en sortir. Elle bruite ses mouvements : gazouillis, babillages qui rappellent les bruits d'un bébé.

Elle dessine un bateau, un soleil, la mer et elle-même. Elle verbalise qu'elle passe de bons moments en classe de mer et qu'elle adore le bateau.

Dans le rituel de fin, elle mime « Au revoir » avec la main.

Katia arrive en séance en tenue et sans se plaindre de douleurs, ce qui est assez rare pour être nommé.

Dans le rituel de début, elle présente un mouvement au sol : pousser-repousser-se relever.

Lors de l'échauffement, elle propose des mouvements de pieds et de jambes. Elle met en jeu le déséquilibre : appui défaillants des chevilles, torsions du cou et de la tête.

L'improvisation « Combat des cheffes » est marquée par des postures stéréotypées qu'elle accompagne de la syllabe « La », comme pour dire « Voilà, voilà » en montrant ses postures. Elle représente son corps. Puis, les postures fabriquées font places à des déséquilibres de chevilles. Elle finit ventre au sol et continue à se mouvoir au sol avec davantage de fluidité et d'appuis.

Pendant la pratique inspirée de la Discipline du Mouvement Authentique, elle danse vraiment dans le sens où il n'y a plus de démonstration de postures. Katia Roule dos aux sol, les

genoux repliés sur elle, en cocon. Elle glisse les pieds au sol, puis sa tête. Elle se balance doucement latéralement.

Elle dessine une cheville et verbalise qu'elle souhaite un tatouage à la cheville gauche. Elle dit qu'elle "peut faire mieux avec mon côté gauche". J'observe une résonance car ce jour, j'ai moi-même un nouveau tatouage à la cheville gauche et c'est la première fois qu'elle le voit.

Elle souhaite partir rapidement de la séance car elle dit avoir des choses à faire. Malgré que je la rappelle au cadre horaire, elle reste pressée et présente un geste de main qui tapote une montre imaginaire dans le rituel de fin.

2. Entretiens.

Entretien post-accompagnement Fin du cycle annuel de danse-thérapie

Enquêtrice : Julia-marine Chamodon, ci-contre dénommée Danse-thérapeute (DT).

Enquêtée : Katia.

Date : 2/07/2019

Lieu : ITEP X, Salle "Y".

Danse-Thérapeute : Allez, c'est parti ! Du coup, voilà, on va regarder un peu des vidéos et j'avais des petites questions. Tu te rappelles, au départ quand on a commencé les séances de danse-thérapie, j'essayais de vous guider à travers des images.

Par exemple je vous disais : "Imaginez que vous êtes un oiseau qui décolle, que vous êtes un sumo qui pèse très lourd, imagine qu'il y a de de l'eau coule sur ton corps, etc". Est-ce que t'étais réceptive ? Parce que moi je n'avais pas l'impression que ça vous faisait danser ces images-là...mais peut-être je me trompe. Toi, du coup, qu'est-ce que tu en penses quand je disais ces images-là ?

Katia, voix endormie : Bah, je ne sais pas...

DT : Tu ne sais pas ? Moi je ne vous voyais pas danser dans ces moments-là donc j'ai arrêté de les dire. Je suis passée à autre chose.

Katia : Hum hum.

DT : Ok, mais tu ne pourrais pas dire si ça vous convient ou pas ? Tu ne t'en rappelles plus, en fait ?

Katia : Non au début je ne me souviens pas trop trop...

DT : Est-ce qu'il y a des sensations particulières que tu as vécu pendant le moment de danse de l'atelier ? Des sensations de bien-être... ou pas...

Katia : Non parce qu'après la danse, je me sentais super fatiguée et... après je m'endormais super tôt. Le problème c'est que ça me saoulait parce que je profitais pas de mes collègues parce que je descendais pas trop souvent...

DT : ça te coupait des relations que tu peux avoir, c'est ça ?

Katia, acquiesce : Hum. Ça me fatiguait de plus en plus et ça me saoulait énormément, on pouvait pas descendre à 18h. (*Note : La séance finissait à 18h30*)

DT : Ouais, tu voulais voir tes amis, c'est ça ?

Katia : Même qu'on descendait à 18h40-45 à cause de Maeva et Claire.

DT : Heu....

Katia : ... et que je profitais pas.

DT : Alors, souvent on est quand même sorties à l'heure.

Katia : Non !

DT : ça a pu arriver qu'on sorte tard, c'est vrai.

Katia : Au début, on sortait toujours à '45 et après à la fin de l'année ça avait un peu changé quand on descendait un peu, mais vraiment un peu à '30.

DT : En tout cas, ce que j'entends c'est que ça t'a gênée parce que tu ne pouvais pas voir tes ami.e.s ou ton ami.e.

Katia : Hum. Je voyais pas souvent mes collègues.

DT : Ok, mais je comprends. C'est pour ça que si l'année prochaine, on refait une séance, on ne la mettra pas à ces horaires-là comme ça vous pourrez profiter des temps de liberté que vous avez pour aller voir vos ami.e.s, vos amoureux, etc.

Toi, comment tu te sentais avant la séance, pendant la séance et après la séance de danse ?

Katia : Ben, au début j'avais envie de le faire parce que je croyais que c'était de la danse euh... pas comme ça mais de la danse où on faisait de la danse.

DT, amusée : Des chorégraphies, des mouvements que je vous donne à faire, etc...

Katia : Hum-hum, de la danse euh... normale. Mais pas de la danse comme ça donc au bout d'un moment j'en avais super marre...

DT : Ah ouais ?!

Katia : c'est pour ça que je faisais un peu que ma tête.

DT : Oh ben je ne trouve pas !

Katia : Si je m'énervais souvent !

DT : Ah tu trouves ? ! Ben je ne trouve pas, tu proposais plein de mouvements. Tiens, regarde, tout ça c'est les dernières vidéos et t'es participative ! Tu proposes plein de mouvements...

Katia : *Voix inaudible.*

DT : D'ailleurs tu commençais toujours les mouvements en miroir ! Moi, je te trouvais très participante en tout cas !

(...)

DT : Mais du coup (...) comment tu te sentais après les séances ?

Katia : Je me sentais souvent fatiguée, ça me saoulait ça.

DT : Mais du coup tu t'endormais vite quand même...

Katia : Hum.

DT : Et t'as des difficultés pour t'endormir d'habitude ou pas ?

Katia : Je m'endors pas avant 23h ou des fois je m'endors pas avant 4h-5h du matin.

DT : Ah oui c'est une insomnie dans ce cas-là !

Katia : Hum.

DT : Comment ça se fait que tu dors pas dans ces cas-là ?

Katia : Ben, je sais pas.

DT : Tu tournes les idées dans ta tête ?

Katia : Je sais pas mais je dors pas la nuit.

DT : Et là, après la danse, tu dormais ? *Katia baille*. C'est ça ?

Katia : De temps en temps, oui.

DT : Est ce que tu penses que l'atelier ça t'a aidé quelque part ?

Katia : Hummmm....non je ne trouve pas.

DT : Non, tu ne trouves pas ?

Katia : Ça m'a pas aidé parce que de toute manière, si je me calme, après j'ai les nerfs qui remontent. Ça sert à rien que je fasse des trucs pour moi, pour me détendre et qu'après je peux pas me détendre sans que quelqu'un me dise un truc et que je commence à m'énerver. Et pourtant je m'énerve très vite.

DT : Dans les séances, t'étais détendue.

Katia : Non ! Maeva elle m'énervait beaucoup et des fois Claire aussi parce qu'elles se battaient pour moi. Et des fois, elles parlaient.

DT : Ouais mais en tout cas je trouve que t'étais plutôt détendue. C'est mon point de vue, après toi, t'as le droit de penser différemment.

Katia : Après chacun fait des efforts.

DT : Donc toi tu faisais des efforts pour être détendue ?

Katia : Non je faisais des efforts pour ne pas m'énerver en danse.

DT : D'accord. Est-ce que t'avais un exercice que tu préférerais ?

Katia : Non.

DT : Non ? Un que tu n'aimais pas ?

Katia : Un que je n'aimais pas... euh... Ah ouais quand on se présentait tout le temps parce qu'on sait comment on s'appelle maintenant !

DT : Ouais mais ce n'était pas pour savoir comment on s'appelait ! C'était plus pour rentrer dans la séance, c'est un rituel de début pour se reconnaître en s'appelant par son prénom. Pas se reconnaître en disant " Tiens je sais que tu es Maeva". C'est plus pour inclure tout le monde, ce moment-là, que pour apprendre les prénoms.

J'imagine bien que... *rires*... Vous saviez les prénoms les unes des autres avant que je vous connaisse.

Katia : Oui, c'est pour ça.

DT : Donc ça te saoulait, c'est ça ?

Katia : Oui, souvent.

DT : D'accord. Et faire le miroir parce que tu faisais souvent le miroir, toi !

Katia : Le miroir ?

DT : Quand tu proposais des mouvements et nous te suivions en miroir.

Katia : Bah... je sais pas... c'est parce que... *Elle s'arrête de parler.*

DT : ça te plaisait ?

Katia : Non, pas trop.

DT, étonnée : Pourtant tu le faisais avec enthousiasme !

Katia : Oui mais, moi, je ne le montre pas. En vrai, quand j'aime pas les choses, je ne le montre pas parce que je fais l'effort de le faire.

DT : Moi, je te sentais pas dans l'effort mais j'entends ce que tu dis.

Katia : Je montre un peu l'exemple à Maeva et Claire parce que je suis la plus grande du groupe et c'est normal de montrer l'exemple. Je faisais tout pour faire l'effort et montrer qu'il faut qu'elles arrêtent de faire n'importe quoi et qu'elles arrêtent de parler.

DT : Ok. T'aimais bien quand on faisait le dessin ?

Katia : Le dessin, oui c'était bien.

DT : Pourquoi ?

Katia : Bah... je sais pas. J'aime dessiner. C'est le seul truc que j'aime.

DT : T'aimais bien en parler de ton dessin ?

Katia : Hum... ça dépendait des jours. Même si j'en parlais...

DT : Ok. *Rires.* Est ce que tu pourrais dire que ça t'a fait du bien cet atelier ou pas ?

Katia : Ben ça me faisait du bien parce qu'au moins j'avais le repos...

DT : Le repos ? C'est-à-dire ?

Katia, agacée : Ben après quand on faisait séance massage bah... ça endort !

DT : Hum... ok d'accord. Donc les massages te faisaient du bien, te reposaient ?

Katia : Oui c'est pour ça que je dormais après les séances massages !

DT : Ça devait t'apaiser, en fait ?

Katia : Bah ça m'apaisait souvent hein ! J'aime quand on me fait des massages parce que moi j'en fais tout le temps mais moi je mérite pas en fait... 'fin personne ne me fait des papouilles donc euh...

J'en fais tout le temps et personne m'en fait.

DT : Ohhh ! Donc là, tu as eu ta dose de papouilles ?

Katia : Hum.

DT : Et même quand on faisait pas les massages, tu dormais bien après ou pas ? Ça t'apaisait la séance ?

Katia : Oui, je m'endormais direct.

DT : Tu t'endormais direct ? Comme quoi, ça devait t'apaiser même s'il n'y avait pas les massages.

Katia : Oui... Non ! ça dépend de ce qu'on faisait. Parce qu'en fait, quand on bouge dans tous les sens ça épuise quand même donc après tu te sens fatiguée. Les massages ça donne envie de dormir. Là, j'étais en mode fatiguée, je voulais pas...

DT : Ok. Il y a des choses qui t'ont fait du bien ou qui ne t'ont pas fait du bien ?

Katia : Non...euh... *Elle regarde un passage vidéo où elle était blessée à la cheville.* Ah ouais, j'arrivais à m'appuyer sur ma cheville !

DT : Ben oui, ça c'est normal, ça !

Katia : Je sais qu'il y avait un moment où j'étais pas bien.

DT : C'est quand ?

Katia : Je sais pas, je sais plus, je m'en souviens plus. C'est quand il y avait les genres de tapis bleus au fond et que je voulais plus bouger, je sais plus c'était pour quoi.

(...)

Elle réagit par rapport à un mouvement sur une vidéo.

Katia, rit : Ah oui je m'en souviens ! C'est la semaine dernière, ça ! Eh ouais, y a eu que des toupies. J'étais drôle la dernière fois.

DT : Oui tu étais pleine de participation. A chaque fois, tu proposes plein de mouvements.

Katia : C'est parce que j'essaie de mettre de l'ambiance dans le groupe.

DT : Sans parler des horaires, tu aimerais continuer la danse-thérapie ?

Katia : Non.

DT : Non t'as pas envie ? Donc, en réunion je dirais que tu n'aimerais pas continuer, alors.

Katia : Hum... enfin j'aime un peu parce que ça me fait du bien, ça m'aide à m'endormir. Mais là cette année, j'ai eu ma dose de danse. Et l'année prochaine, je vais voir si je peux faire de la "vraie " danse. Donc à mon avis, ça va suffire.

DT : D'accord, ok ça marche.

Visionnage d'un passage vidéo. Rires de la DT et de Katia.

Katia, en riant : C'était pas drôle !

DT : Ça c'est une des premières fois que tu fais des mouvements saccadés et soudains, d'habitude tu fais des mouvements très doux, très fluides. Alors que là, il y a des mouvements explosifs !

Katia : C'était la semaine dernière, c'est ça ?

DT : Ça, oui, c'était la semaine dernière.

Katia : Ah parce qu'en fait j'étais contente que la séance se finisse !

DT : Ah c'est pour ça !

Katia, rit : C'est que pour des jours spéciales que je suis heureuse.

DT : Parce qu'il y a plein d'autres moments...*La DT baille...* où tu fais des choses saccadées.

Katia, baille à son tour : Ah oui... lesquels ?

DT : Attends, je ne me rappelle plus là. Ah oui, dans les tissus...

(...)

Autre passage vidéo.

Katia : C'était il y a longtemps celui-là.

DT : Oui, c'était il y a trois mois. Et là, c'est la folie, vous abordez des gestes...toutes à la verticale !

Katia : Ça, c'était avant que j'ai mon attèle.

DT : Ouais ! Regarde ! Tu sautes à la verticale, les bras levés !

Katia : Purée, on voit pas les formes à Claire mais par contre on voit mes formes !

DT, enjouée : T'as vu comme tu tournes là ? Voilà, tu fais des spirales !

Katia : Oui mais parce qu'il fallait suivre Claire.

DT : Oui mais d'habitude tu ne fais pas de spirales comme ça. D'habitude, le mouvement il est plus contenu.

Katia, aquiesce : Ouais...

DT : Là tu fais un peu "vouuuu", tu te laisses aller dans le mouvement. Ça c'est nouveau, tu faisais pas ça au début des séances. C'est vraiment ta progression, c'est de pouvoir un peu lâcher, te lâcher un peu, tu vois...

Katia : Mais moi je ne fais pas trop attention à me lâcher comme ça parce qu'à force de me lâcher...

Silence.

DT : A force de te lâcher, quoi ?

Katia : A force de me lâcher ben... c'est pas trop bon pour moi car plus je me lâche et plus je... comment on dit... de faire ce que les autres jeunes fait et que moi je suis pas comme ça de base. Je suis quelqu'un qui fait attention et qui me lâche pas trop vite dans toutes les bêtises des autres.

DT : Mais là... de se lâcher dans le mouvement, ça voudrait dire que tu vas faire des bêtises ?

Katia : En ce moment, oui, je fais que des bêtises parce que je me lâche un peu trop.

DT : Mais est-ce que se lâcher c'est automatiquement faire des bêtises ?

Katia : Non mais...

DT : Tu vois, en danse, tu peux te lâcher avec des mouvements...

Katia : J'ai pris cette habitude de ME LÂCHER. Et donc, en ce moment, c'est un peu n'importe quoi, et la dernière fois, je me suis lâchée en mordant S. et G.

DT : Oui alors là, ce n'est pas se lâcher... *rires...* c'est ne plus avoir de barrières quant à la souffrance de l'autre, etc.

En parlant d'un passage vidéo : Là, tu te lances dans le mouvement. Ça, c'est nouveau ! Au début des séances, tes mouvements étaient très contrôlés. Tu savais où tu voulais aller, tu savais ce que tu faisais. Et tu contrôlais vachement, je trouve. Après c'est mon point de vue.

Katia : Hum.

DT : A la fin des séances, tu t'élances dans le mouvement, tu tournes, tu virevoltes ! C'est nouveau ! Quand je te vois là, faire pleins de mouvements... *Un autre passage vidéo montre Katia qui s'élanche en tournant dans les airs.* Regarde ! Tourner... ! C'est autre chose. Je trouve que tu as vraiment progressé. Te lâcher dans le mouvement, t'exprimer comme tu veux. T'as vu ? C'est beau tout ce que tu fais là ! Je ne te parle pas de l'esthétique parce que je m'en fiche

un peu de l'esthétique même si ça l'est. C'est hyper senti ! Tu te touches, tu lâches ta tête...T'as l'impression ou pas, toi ?

Katia : Hum... pas trop. En vrai, je sais pas. *Katia regarde sa camarade sur la vidéo :* Maeva...oh elle ne faisait rien du tout !

DT : Toi, tu faisais plein de choses !

Katia : Je suis encore souple hein !

DT : Non mais même sans parler de souplesse, tu faisais des mouvements très variés, tu te lançais dans le mouvement.

(...)

Katia : Je fais plus des mouvements de "vraie" danse que des mouvements calmes.

DT : Oui ! Et ça, vers la fin ! Alors qu'au début tu étais dans des mouvements de danse mais calmes, fluides et à la fin, tu étais "fouhhhh". *La DT mime de grands mouvements vifs avec ses bras.*

Moi, c'est ça la progression que j'ai vu. Comment t'expliques ça, toi ?

Katia : Hum... Que j'ai pas changé.

DT : T'as pas changé, c'est-à-dire ?

Katia : Que je suis toujours aussi blonde. Ça n'a aucun rapport mais c'est pas grave.

(...)

Katia, baille et parle d'une voix lasse : Je crois que c'était ce jour-là que j'avais pas la force de faire les choses.

DT, interloquée : T'avais pas la force de faire les choses ? T'as vu tout ce que t'as fait avant ? Je crois que tu ne te rends pas compte, en fait. Tu nous as fait un moment de danse avant ! Tout ce que je viens de te montrer là !

Katia : Ah oui la toupie, là ?

Silence.

Katia : Ah mais oui ! Mais parce qu'à chaque fois je regarde ma montre et je crois que vers cette heure-ci, genre c'était la fin et j'étais en mode " Yes " !

DT : Alors c'était pas vraiment la fin, on était à mi-parcours, on était à 30 minutes... *La DT lui montre le timing de la vidéo qui affiche 30 minutes.*

Katia : Oh non !

DT : Donc non, non ce n'était pas la fin, c'était en plein milieu de la séance et tu es à fond ! Tu fais pleins de mouvements, tu te lâches ! C'est pour ça, je suis assez étonnée que tu ne le remarques pas.

Katia : (...) Mais après, moi, j'aimais bien faire la séance mais ce qui m'agaçait c'était Claire et Maeva.

DT : Par exemple si tu étais avec un groupe de plus grandes, t'aimerais mieux ?

Katia : Bah... oui parce que Claire et Maeva, elles se gueulent dessus juste pour faire équipe avec moi.

(...) Elle me raconte que ses camarades la collent physiquement, qu'elles n'arrivent pas à leur dire STOP, qu'elle est toujours là pour les autres mais qu'elle a du mal à mettre ses limites.

DT : Tu veux regarder d'autres vidéos ?

Katia : Oui.

DT : Ben vas-y je te laisse regarder à ta guise, alors ?

Katia : C'est quand ce jour-là ?

DT : Ça, c'est il y a trois semaines.

(...)

DT : T'étais beaucoup au sol pendant les dernières semaines.

Katia : Hum, j'avais pas envie de bouger, là, la flemme totale.

DT : Là, pourtant tu bouges bien !

Silence.

Katia se promène dans le visionnage des vidéos et commente un passage :

Katia : Oh mon dieu !

DT : Quoi ?

Katia : Purée quand je me vois faire ça et en vrai quand je fais les choses avec de la souplesse, je me dis "Oh my God !".

DT : De quoi ?

Katia : Genre en fait, j'ai pas trop l'impression d'être souple, mais quand je me regarde... si !

DT : Là tu te vois souple, du coup ? C'est ça que tu veux dire ?

Katia : En mode, comme ça... *Elle désigne un mouvement particulier où elle fait le pont...*

Tu connais quelqu'un qui saurait faire ça ? ! Et j'arrivais à me relever !

DT : Tu fais beaucoup de roulades.

Katia, ton enfantin : J'aime bien faire des roulades !

DT : Ah oui pourquoi ?

Katia : Je sais pas, ça m'amuse, ça me fait rire.

(...)

Entretien post-accompagnement
Fin du cycle annuel de danse-thérapie

Enquêtrice : Julia-marine Chamodon, ci-contre dénommée Danse-thérapeute (DT).

Enquêtée : Claire.

Date : 2/07/2019

Lieu : ITEP X, Salle "Y".

Danse-Thérapeute : Claire, je vais te faire regarder des vidéos. Et puis, ce que je vais te demander, quand tu les regardes, c'est de me dire s'il y'a des mouvements que tu fais qui te procurent des sensations. Tu te dis : « Ah tiens, à ce moment-là ça me rappelle le moment où je ressentais ça... ».

Claire : Non !

DT : ...ou ça me rappelle quand je...

Claire : Non !

DT : ...quand j'avais cette image-là qui m'a traversé...

Claire : Non !

DT : Si t'as envie de le faire...

Claire : Non !

(...)

DT : Tu te rappelles quand je vous disais au début de l'année : « Tiens, imagine la pluie qui ruisselle sur le corps... ».

Claire : Oh la la !

DT : « ...imagine qu'on est des spaghetti dans une casserole qui boue... ». Tu te rappelles de ça ? Quand je vous disais : « Imaginons qu'on est des oiseaux ou des sumos » pour danser...

Est-ce que tu t'en souviens ?

Claire, voix boudeuse : Bah oui !

DT : Toi, ça te parlait ces images-là ou pas du tout ?

Claire : Non !

DT : Non, ça te ne te parlait pas ? Est-ce que tu te rappelles si tu les dansais ou pas ?

Claire s'énerve : Non ! Je ne sais pas !

DT : Tu ne sais pas ? ça te dérange que je te pose des questions ?

Claire : Oui !

DT : Tu ne veux pas qu'on fasse l'entretien peut-être ?

Claire : J'aime pas !

DT : T'aimes pas ? Tu veux qu'on arrête ?

Claire : J'aime pas qu'on pose les questions.

DT : Ah bah je te laisse parler, alors.

Claire : ...

DT : Ah ça, c'est un de tes trucs préférés, Claire ! *Je lui désigne un mouvement qui apparaît sur l'écran.* C'est quand on se contacte avec les pieds, les mains, etc. T'as amené beaucoup de contact dernièrement. T'as cherché toujours à être en contact avec les autres. C'est que ça te faisait du bien ? Ou pas ?

Claire s'oppose en grognant.

DT : Ouh c'est pas le jour ou quoi, là ? Qu'est-ce qu'il y a ? Qu'est ce qui te tracasse ?

Claire : J'aime pas parler !

DT : T'aimes pas parler ? C'est vrai que d'habitude, on danse, on ne parle pas. Alors, je t'explique pourquoi je te demande tout ça, c'est juste pour m'aider dans ma recherche, pour voir si l'atelier ça t'a fait du bien ou pas.

Claire : Oui !

DT : Oui, ça t'a fait du bien ?

Claire : ...

DT : Et tu pourrais développer comme ça moi je dis : "Bah voilà ça lui a fait du bien parce que ci ou ça".

Claire : Oui ça m'a fait du bien, voilà !

DT : Qu'est-ce que ça t'a fait comme bien ?

Claire : Je ne sais pas !

DT : T'aimes bien quand on a fait les ateliers ?

Claire : Oui.

DT : T'aimes bien danser ?

Claire : Oui !

DT : T'aimes bien le groupe aussi ?

Claire : Oui !

DT : Tu t'es sentie à l'aise dans le groupe ?

Claire : Oui !

DT : *Rires*. Tu dis "oui" tout le temps ?

Claire : Oui !

DT : Est-ce que tu saurais dire pourquoi ça t'a fait du bien ?

Claire : Non !

DT : Non, tu ne saurais pas dire ?

Claire : ...

DT : Ah regarde ! *En désignant un passage de la vidéo où Claire cherche le contact en posant ses pieds sur les jambes des autres*. Là, tu mets toujours tes pieds à fond au-dessus de tout le monde, hein ?

Claire, amusée : Ah ah ah, on voit mes chaussettes !

DT : Et tu sais tu m'avais demandé le dessin... J'ai l'impression que t'aimes bien quand on fait le dessin aussi ?

Claire, ton enfantin : Ouiiiii.

DT : Pourquoi t'aimes bien le dessin ?

Claire, excédée : Je sais pas !

DT : Tu ne sais pas ? Tiens, il y a Maeva qui fait le petit chien. Tu veux regarder une autre vidéo ?

Claire : ...

(...) Elle manipule l'ordinateur à la recherche d'une autre vidéo.

Autre vidéo.

DT : *En désignant un passage où Claire se meut en boule contre le sol, un mouvement foetal qui revient souvent tout au long des séances*. T'aimes bien ça hein ? A chaque fois tu fais ça, cette posture en boule sur le sol, recroquevillée.

Claire : *Petits rires*.

DT : Et tu te rappelles au début quand tu es venue, la toute première séance, tu avais fait pleins de petites postures d'animal, tu te rappelles ? Et après l'animal a disparu et t'as commencé à danser, tu t'en souviens ?

Claire, gémit : Nonnnnnn !

DT : Oh si tu t'en souviens... A la fin tu avais des mouvements très très doux. Pleins de mouvements doux, très fluides, très esthétiques, c'était très beau. Tu l'as vu ça ? Tu t'en es rendu compte ?

Claire, *gémît encore* : Nonnnnnnnn !

DT : Non ?

Claire : *Propos inaudibles.*

(...)

Autre passage vidéo.

DT : *En parlant d'un mouvement* : ça, tu le fais souvent !

Claire : Mais je ne sais pas le faire, mesquina !

DT : Mais si, tu sais le faire. La preuve ! Là, tu caresses le sol. Tu ne faisais pas le sol avant ! Tu étais toujours en verticale, debout, maintenant tu fais plein de sol.

Claire gratte frénétiquement la table avec sa casquette.

DT, *doucement* : Eh eh, arrête avec ta casquette ! *Sur la vidéo, Claire effectue un grand mouvement de jambes qui s'apparente à une figure de gymnastique.* Ah là, t'aimes bien faire des postures de gymnastique comme ça !

Claire, *d'une voix plaintive* : Le pont... *Elle grommelle.*

DT : Bon tu ne veux pas parler en fait ? Tu veux qu'on arrête ?

Claire : Oui.

DT : Mais si tu pouvais me dire pourquoi ça te faisait du bien la danse...

Claire, *agacée* : J'aime bien faire ça, voilà !

(...)

Entretien post-accompagnement
Fin du cycle annuel de danse-thérapie

Enquêtrice : Julia-marine Chamodon, ci-contre dénommée Danse-thérapeute (DT).

Enquêtée : Maeva.

Date : 2/07/2019

Lieu : ITEP X, Salle "Y".

Pas d'entretien suite au refus de la participante.

3. Bilan danse-thérapeutique de Souane, Septembre à décembre 2018.

Lors des premières séances, Souane est participante. Elle verbalise que les séances lui plaisent et s'inscrit dans le cadre proposé. Bien qu'elle éprouve des difficultés à créer des mouvements, elle parvient à suivre les propositions des autres jeunes du groupe.

Elle semble accorder beaucoup d'importance au regard des autres camarades sur son corps et ses mouvements. Elle se juge constamment de manière dépréciative : « *C'est nul ce que je fais* ».

La parole est également un frein à son implication dans le mouvement : Souane parle beaucoup mais s'exprime peu avec son corps. Toutefois, elle reste présente en séance du début à la fin dans un lien adapté avec ses camarades.

Souane présente un corps lourd, qu'elle semble traîner, elle dit en séance qu'elle se sent « comme une pierre ». Lorsque nous dansons à partir de la suggestion de l'image mentale des « sumos », elle déclare : « Ah le sumo, c'est moi ! ».

Sa relation au facteur de la grille d'Effort de Laban est passive. L'engagement de son corps par rapport à la gravité exprime un abandon à ses effets.

Cependant, lors de certains mouvements, notamment son mouvement de jambe qu'elle amène en séance 14, une tonicité et un rapport actif au Poids sont visibles : ses mouvements sont fermes, puissants et dirigés. Elle est donc capable de s'inscrire dans un engagement corporel du Poids actif même si ce n'est pas ce qu'elle donne à voir principalement en séance. Je remarque que cet engagement corporel est concomitant avec la valorisation que lui apporte ses camarades.

Amel s'inscrit dans le Flux libre, ses mouvements « retombent » juste après avoir été esquissés. Rythmiquement, elle est décalée (un ou deux temps de retard) par rapport au groupe.

A partir de la septième séance, en date du 11 décembre 2018, Souane s'oppose. Elle ne rentre plus dans le cadre et les consignes proposées : elle parle en même temps que les autres participantes dans le cercle de présentation, elle refuse de danser et détourne les exercices en faisant le contraire de ce qui lui est demandé.

Sa parole est omniprésente et ne s'adresse pas forcément aux autres, elle se parle pour elle-même comme un bain sonore qui viendrait la contenir.

Les rares fois où la parole est dirigée vers autrui, c'est sur un ton moqueur vis-à-vis des adultes du groupe ou sur le registre de l'agression dirigée contre les jeunes (insultes, doigt d'honneur, petits coups sur les pieds d'une de ses camarades, etc).

Lorsque nous lui signifions la limite et lui indiquons de sortir de la séance, elle refuse et tente de rester par tous les moyens : elle négocie, elle reste derrière la porte. Elle peut alors montrer de grands gestes de colère : elle lance un carton dans la salle, jette la montre de fréquence cardiaque au sol. Elle éprouve le lien et le cadre jusqu'à les détruire sans vouloir toutefois s'en séparer.

Parallèlement à ce comportement destructeur, Souane évoque de plus en plus son angoisse du regard d'autrui : elle questionne le regard des éducatrices porté sur son corps, ordonne aux autres jeune filles du groupe de détourner leur regard d'elle, et ne cesse fixer la caméra disposée dans un coin de la salle pour filmer les séances. Le sentiment de persécution et grandissant si bien que nous envisageons son retrait de la séance, qui devient contre-thérapeutique.

Il a été décidé le 18 février 2019 d'un arrêt des séances de danse-thérapie après sept séances où Souane s'inscrivait dans cette indication thérapeutique et sept séances où elle rejetait cet espace.

La séance de danse-thérapie en groupe ne semble pas adaptée à ses besoins tant elle ramène Souane à un vécu persécutif. Un suivi en individuel serait plus approprié afin de pouvoir travailler l'image de soi, la renarcissisation par un processus de création artistique qui viendrait soutenir le processus de création de soi, le regard d'autrui dans un cadre moins perturbant.

Julia-Marine Chamodon, danse-thérapeute, février 2019.

4. Présentation de l'atelier de danse-thérapie aux familles ou responsables légaux des adolescentes.

Atelier de danse-thérapie / Expression corporelle

ITEP

Julia-marine Chamodon, danse-thérapeute, doctorante-chercheuse en danse-thérapie, et S, éducatrice spécialisée de l'ITEP, proposent des séances de danse-thérapie. Ces séances présentent une technique sensorielle et dynamique, qui tout en respectant les potentialités et les limites des adolescentes, permet de se connecter à soi, aux autres, de développer des capacités mentales et motrices et de ressentir le plaisir d'être en mouvement.



Des échanges, du partage, de la danse, du bien-être et du lien social.

Ce projet est une recherche expérimentale s'inscrivant dans le cadre d'un doctorat en Danse-thérapie à l'université Paris 5 Descartes. Le dispositif de recherche comprend un atelier / semaine, un entretien individuel avec chaque adolescente, un dispositif vidéo, le port de montre connectées.

Quel format ?

1 séance de danse-thérapie à raison d'1h une fois par semaine du mardi 8 janvier 2019 au mardi 2 juillet 2019.

Quel est le déroulement d'une séance ?

Un temps d'écoute et de centration sur soi-même pour développer la conscience corporelle.

Un échauffement pour préparer le corps et déverrouiller les tensions tout en déployant son imaginaire grâce à la technique de l'image mentale liée au mouvement dansé.

De l'improvisation pour exprimer son potentiel créatif et ses émotions.

Des jeux corporels et relationnels utilisant la voix et le mouvement pour créer des liens.

Un temps de parole pour mettre en mots ses ressentis et partager son expérience.

Quand ?

Mardi de 17h30 à 18h30 du 8/01/19 au 2/07/18. Où ? A l'ITEP

5. Formulaire de consentement et d'assentiment anonymisés

Formulaire de consentement

Vos adolescentes sont invitées à participer à un projet de recherche se déroulant à l'ITEP situé 34090 Montpellier. Avant d'accepter d'y participer, il est important de prendre le temps de lire, de comprendre et de considérer attentivement les renseignements qui suivent. Cette fiche d'information et de consentement décrit les buts du projet de recherche et ses procédures.

La responsable de cette étude est Julia-Marine Chamodon, étudiante-chercheuse en doctorat à l'Université Paris 5 Descartes, au laboratoire Techniques et Enjeux du Corps. Ce projet de recherche se fait sous la direction des Professeurs d'université Bernard Andrieu et Petrucia Da Nobrega.

Nous vous proposons de participer à une recherche s'intéressant aux bénéfices thérapeutiques de la danse-thérapie. Les résultats de cette étude devraient permettre d'améliorer les connaissances sur l'ampleur thérapeutique d'un atelier de danse-thérapie.

En tant que responsable de cette étude, Julia-Marine Chamodon s'engage à mener cette recherche selon les dispositions éthiques et déontologiques, à protéger l'intégrité physique, psychologique et sociale des personnes tout au long de la recherche et à assurer la confidentialité des informations recueillies.

Les données recueillies (vidéos, entretiens enregistrés, graphiques d'analyse du mouvement et relevés de courbes cardiaques) seront confidentielles et seront uniquement utilisées dans le cadre de cette étude universitaire. L'anonymat des personnes participant à cette recherche sera préservé. Vous pouvez également, si vous le souhaitez, avoir accès à leurs données auprès de la responsable de cette étude.

L'étude va consister à participer à une séance de danse-thérapie par semaine du mardi 8 janvier 2019 au mardi 2 juillet 2019. Le dispositif de recherche comprend pour chaque participante un entretien individuel enregistré avec la danse-thérapeute, un dispositif vidéo pendant les séances et le port de montre connectées afin d'évaluer la courbe cardiaque de chaque participante.

Les mesures suivantes seront appliquées pour assurer la confidentialité des renseignements fournis par les participants:

- Les divers documents de la recherche seront codifiés et seul la chercheuse aura accès à la liste des noms et des codes.

- Les matériaux de la recherche, incluant les données et les enregistrements, seront conservés (données sur ordinateur protégés par un mot de passe).
- Les vidéos ne seront pas rendues publiques et ne seront visibles que par le directeur, la directrice de thèse, la responsable de cette étude, le comité de thèse et l'experte en analyse du mouvement.
- Les noms des participantes ne paraîtront dans aucun rapport.
- La recherche fera l'objet de publications dans des revues scientifiques, ou de diffusion lors de conférences et aucune participante ne pourra y être identifiée.
- Un court résumé des résultats de la recherche sera expédié aux participantes qui en feront la demande en indiquant l'adresse mail où elles aimeraient recevoir le document, juste après l'espace prévu pour leur signature.

Il est entendu que la participation à ce projet de recherche est tout à fait volontaire. La participante reste, à tout moment, libre d'y mettre fin sans avoir à motiver votre décision ni à subir de préjudice de quelque nature que ce soit. Vous pouvez, à tout moment de l'étude, contacter la responsable à l'adresse mail suivante : recherchedansetherapie@gmail.com.

En ma qualité de parent, tuteur/tutrice, Je, soussigné.e
 déclare accepter, librement, et de façon éclairée, que
 participe comme sujet à l'étude intitulée : « L'émersion des phantasia (images mentales et sensations) en danse-thérapie. »

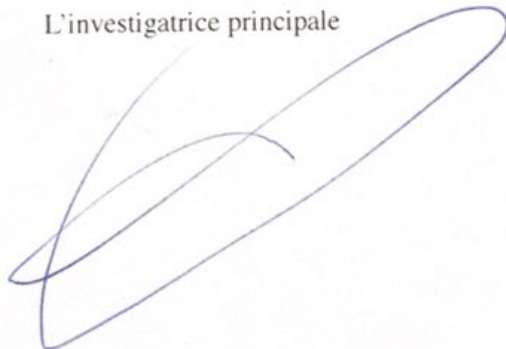
Fait à Montpellier le 18/01/2019, en 2 exemplaires

Signatures :

Le parent ou tuteur/tutrice



L'investigatrice principale



Formulaire de consentement

Vos adolescentes sont invitées à participer à un projet de recherche se déroulant à l'ITEP situé 34090 Montpellier. Avant d'accepter d'y participer, il est important de prendre le temps de lire, de comprendre et de considérer attentivement les renseignements qui suivent. Cette fiche d'information et de consentement décrit les buts du projet de recherche et ses procédures.

La responsable de cette étude est Julia-Marine Chamodon, étudiante-chercheuse en doctorat à l'Université Paris 5 Descartes, au laboratoire Techniques et Enjeux du Corps. Ce projet de recherche se fait sous la direction des Professeurs d'université Bernard Andrieu et Petrucia Da Nobrega.

Nous vous proposons de participer à une recherche s'intéressant aux bénéfices thérapeutiques de la danse-thérapie. Les résultats de cette étude devraient permettre d'améliorer les connaissances sur l'ampleur thérapeutique d'un atelier de danse-thérapie.

En tant que responsable de cette étude, Julia-Marine Chamodon s'engage à mener cette recherche selon les dispositions éthiques et déontologiques, à protéger l'intégrité physique, psychologique et sociale des personnes tout au long de la recherche et à assurer la confidentialité des informations recueillies.

Les données recueillies (vidéos, entretiens enregistrés, graphiques d'analyse du mouvement et relevés de courbes cardiaques) seront confidentielles et seront uniquement utilisées dans le cadre de cette étude universitaire. L'anonymat des personnes participant à cette recherche sera préservé. Vous pouvez également, si vous le souhaitez, avoir accès à leurs données auprès de la responsable de cette étude.

L'étude va consister à participer à une séance de danse-thérapie par semaine du mardi 8 janvier 2019 au mardi 2 juillet 2019. Le dispositif de recherche comprend pour chaque participante un entretien individuel enregistré avec la danse-thérapeute, un dispositif vidéo pendant les séances et le port de montre connectées afin d'évaluer la courbe cardiaque de chaque participante.

Les mesures suivantes seront appliquées pour assurer la confidentialité des renseignements fournis par les participants:

- Les divers documents de la recherche seront codifiés et seul la chercheuse aura accès à la liste des noms et des codes.

- Les matériaux de la recherche, incluant les données et les enregistrements, seront conservés (données sur ordinateur protégés par un mot de passe).
- Les vidéos ne seront pas rendues publiques et ne seront visibles que par le directeur, la directrice de thèse, la responsable de cette étude, le comité de thèse et l'experte en analyse du mouvement.
- Les noms des participantes ne paraîtront dans aucun rapport.
- La recherche fera l'objet de publications dans des revues scientifiques, ou de diffusion lors de conférences et aucune participante ne pourra y être identifiée.
- Un court résumé des résultats de la recherche sera expédié aux participantes qui en feront la demande en indiquant l'adresse mail où elles aimeraient recevoir le document, juste après l'espace prévu pour leur signature.

Il est entendu que la participation à ce projet de recherche est tout à fait volontaire. La participante reste, à tout moment, libre d'y mettre fin sans avoir à motiver votre décision ni à subir de préjudice de quelque nature que ce soit. Vous pouvez, à tout moment de l'étude, contacter la responsable à l'adresse mail suivante : recherche@dansetherapie@gmail.com

En ma qualité de parent ~~tuteur/tutrice~~, Je, soussigné.e déclare accepter, librement, et de façon éclairée, que ... participe comme sujet à l'étude intitulée : « L'émersion des phantasia (images mentales et sensations) en danse-thérapie. »

Fait à lunel le 18/10/19, en 2 exemplaires

Signatures :



Le parent ou tuteur/tutrice



L'investigatrice principale



Formulaire de consentement

Vos adolescentes sont invitées à participer à un projet de recherche se déroulant à l'ITEP |
situé | 34090 Montpellier. Avant d'accepter d'y participer, il est important de
prendre le temps de lire, de comprendre et de considérer attentivement les renseignements qui
suivent. Cette fiche d'information et de consentement décrit les buts du projet de recherche et ses
procédures.

La responsable de cette étude est Julia-Marine Chamodon, étudiante-chercheuse en doctorat à
l'Université Paris 5 Descartes, au laboratoire Techniques et Enjeux du Corps. Ce projet de
recherche se fait sous la direction des Professeurs d'université Bernard Andrieu et Petrucia Da
Nobrega.

Nous vous proposons de participer à une recherche s'intéressant aux bénéfices thérapeutiques de la
danse-thérapie. Les résultats de cette étude devraient permettre d'améliorer les connaissances sur
l'ampleur thérapeutique d'un atelier de danse-thérapie.

En tant que responsable de cette étude, Julia-Marine Chamodon s'engage à mener cette recherche
selon les dispositions éthiques et déontologiques, à protéger l'intégrité physique, psychologique et
sociale des personnes tout au long de la recherche et à assurer la confidentialité des informations
recueillies.

Les données recueillies (vidéos, entretiens enregistrés, graphiques d'analyse du mouvement et
relevés de courbes cardiaques) seront confidentielles et seront uniquement utilisées dans le cadre de
cette étude universitaire. L'anonymat des personnes participant à cette recherche sera préservé. Vous
pouvez également, si vous le souhaitez, avoir accès à leurs données auprès de la responsable de
cette étude.

L'étude va consister à participer à une séance de danse-thérapie par semaine du mardi 8 janvier
2019 au mardi 2 juillet 2019. Le dispositif de recherche comprend pour chaque participante un
entretien individuel enregistré avec la danse-thérapeute, un dispositif vidéo pendant les séances et le
port de montre connectées afin d'évaluer la courbe cardiaque de chaque participante.

Les mesures suivantes seront appliquées pour assurer la confidentialité des renseignements fournis
par les participants:

- Les divers documents de la recherche seront codifiés et seul la chercheuse aura accès à la
liste des noms et des codes.

- Les matériaux de la recherche, incluant les données et les enregistrements, seront conservés (données sur ordinateur protégés par un mot de passe).
- Les vidéos ne seront pas rendues publiques et ne seront visibles que par le directeur, la directrice de thèse, la responsable de cette étude, le comité de thèse et l'experte en analyse du mouvement.
- Les noms des participantes ne paraîtront dans aucun rapport.
- La recherche fera l'objet de publications dans des revues scientifiques, ou de diffusion lors de conférences et aucune participante ne pourra y être identifiée.
- Un court résumé des résultats de la recherche sera expédié aux participantes qui en feront la demande en indiquant l'adresse mail où elles aimeraient recevoir le document, juste après l'espace prévu pour leur signature.

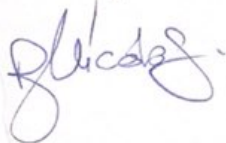
Il est entendu que la participation à ce projet de recherche est tout à fait volontaire. La participante reste, à tout moment, libre d'y mettre fin sans avoir à motiver votre décision ni à subir de préjudice de quelque nature que ce soit. Vous pouvez, à tout moment de l'étude, contacter la responsable à l'adresse mail suivante : recherchedansetherapie@gmail.com.

En ma qualité de parent, ~~tuteur/tutrice~~, Je, soussigné.e ...
 déclare accepter, librement, et de façon éclairée, que ...
 participe comme sujet à l'étude intitulée : « L'émersion des phantasia (images mentales et sensations) en danse-thérapie. »

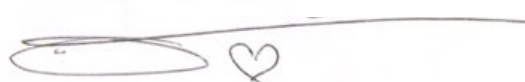
Fait à Montpellier le 14.01.2019, en 2 exemplaires

Signatures :

Le parent ou tuteur/tutrice



L'investigatrice principale



FORMULAIRE D'ASSENTIMENT

Les bénéfices thérapeutiques d'un atelier de danse-thérapie

Quel est le but de cette recherche ?

Nous te proposons de participer à une recherche s'intéressant aux bénéfices thérapeutiques de la danse-thérapie. Les résultats de cette étude devraient permettre d'améliorer les connaissances sur l'ampleur thérapeutique d'un atelier de danse-thérapie.

Qui peut répondre?

Pour participer, tu dois être une adolescente qui fréquente le pôle filles de l'ITEP et qui a été indiquée en séance de danse-thérapie.

En quoi ça consiste ?

Ta participation consiste à venir chaque semaine en atelier de danse-thérapie du mardi 8 janvier 2019 au mardi 2 juillet 2019. La danse-thérapeute, Julia-Marine Chamodon, te rencontrera une fois en entretien individuel qui sera enregistré. Pendant les séances, un dispositif vidéo est mis en place pour voir la progression de tes mouvements et tu portes une montre connectée afin d'évaluer ta courbe cardiaque.

Est-ce qu'on pourra m'identifier ou me retrouver à partir de mes données?

Non, parce que la recherche est anonyme. Tu n'as pas à fournir ton nom ni tes coordonnées. Il ne sera pas possible de savoir qui a dit quoi et seuls les membres de l'équipe de recherche auront accès à cette banque de données.

Les divers documents de la recherche seront codifiés et seul la chercheuse, Julia-Marine Chamodon, aura accès à la liste des noms et des codes.

Les matériaux de la recherche, incluant les données et les enregistrements, seront conservés (données sur ordinateur protégés par un mot de passe).

Les vidéos ne seront pas rendues publiques et ne seront visibles que par l'équipe de recherche et le comité de thèse.

Ton nom ne paraîtra dans aucun rapport. La recherche fera l'objet de publications dans des revues scientifiques, ou de diffusion lors de conférences et personne ne pourra t'identifier.

Un court résumé des résultats de la recherche pourra t'être transmis si tu en fais la demande en indiquant l'adresse mail où tu aimerais recevoir le document, juste après l'espace prévu pour ta signature.

Qu'est-ce que ça va me donner?

Les séances de danse-thérapie peuvent t'aider à exprimer des émotions qui sont difficiles pour toi, cela peut aussi te donner l'opportunité de créer tes propres mouvements en danse. C'est un espace pour ton imaginaire, un espace pour toi. C'est ton espace de création.

Est-ce que je suis obligé de participer ?

Tu es complètement libre de participer ou non à cette recherche. À tout moment, tu pourras cesser de participer peu importe la raison. Il te faudra alors envoyer un mail à l'équipe de recherche pour annuler ta participation à recherchedansetherapie@gmail.com.

Est-ce qu'il y a des conséquences négatives possibles?

Tu ne cours aucun risque à participer à cette recherche. Si tu rencontres une difficulté n'hésite pas à en parler à l'éducateur ou éducatrice en qui tu as confiance ou directement à la danse-thérapeute. Ils.Elles sont là pour t'écouter et te conseiller.

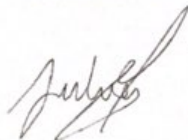
Des questions?

Si tu as des questions au sujet de cette recherche, contacte l'équipe de recherche à l'adresse suivante, recherchedansetherapie@gmail.com ou tu peux en parler directement à la chercheuse Julia-Marine Chamodon en fin de séance de danse-thérapie.

Cette recherche, réalisée pour le compte de l'université Paris 5 Descartes, est sous la responsabilité de Julia-marine Chamodon, étudiante au doctorat en danse-thérapie au laboratoire Techniques et Enjeux du Corps. Cette recherche a reçu l'approbation du comité de thèse de l'université Paris 5 Descartes.

En signant ce document, tu indiques que tu as lu ce formulaire, et que tu participes à cette recherche.

Signature de la participante



Signature de la responsable de recherche



FORMULAIRE D'ASSENTIMENT

Les bénéfices thérapeutiques d'un atelier de danse-thérapie

Quel est le but de cette recherche ?

Nous te proposons de participer à une recherche s'intéressant aux bénéfices thérapeutiques de la danse-thérapie. Les résultats de cette étude devraient permettre d'améliorer les connaissances sur l'ampleur thérapeutique d'un atelier de danse-thérapie.

Qui peut répondre?

Pour participer, tu dois être une adolescente qui fréquente le pôle filles de l'ITEP] qui a été indiquée en séance de danse-thérapie.

En quoi ça consiste ?

Ta participation consiste à venir chaque semaine en atelier de danse-thérapie du mardi 8 janvier 2019 au mardi 2 juillet 2019. La danse-thérapeute, Julia-Marine Chamodon, te rencontrera une fois en entretien individuel qui sera enregistré. Pendant les séances, un dispositif vidéo est mis en place pour voir la progression de tes mouvements et tu portes une montre connectée afin d'évaluer ta courbe cardiaque.

Est-ce qu'on pourra m'identifier ou me retrouver à partir de mes données?

Non, parce que la recherche est anonyme. Tu n'as pas à fournir ton nom ni tes coordonnées. Il ne sera pas possible de savoir qui a dit quoi et seuls les membres de l'équipe de recherche auront accès à cette banque de données.

Les divers documents de la recherche seront codifiés et seul la chercheuse, Julia-Marine Chamodon, aura accès à la liste des noms et des codes.

Les matériaux de la recherche, incluant les données et les enregistrements, seront conservés (données sur ordinateur protégés par un mot de passe).

Les vidéos ne seront pas rendues publiques et ne seront visibles que par l'équipe de recherche et le comité de thèse.

Ton nom ne paraîtra dans aucun rapport. La recherche fera l'objet de publications dans des revues scientifiques, ou de diffusion lors de conférences et personne ne pourra t'identifier.

Un court résumé des résultats de la recherche pourra t'être transmis si tu en fais la demande en indiquant l'adresse mail où tu aimerais recevoir le document, juste après l'espace prévu pour ta signature.

Qu'est-ce que ça va me donner?

Les séances de danse-thérapie peuvent t'aider à exprimer des émotions qui sont difficiles pour toi, cela peut aussi te donner l'opportunité de créer tes propres mouvements en danse. C'est un espace pour ton imaginaire, un espace pour toi. C'est ton espace de création.

Est-ce que je suis obligé de participer ?

Tu es complètement libre de participer ou non à cette recherche. À tout moment, tu pourras cesser de participer peu importe la raison. Il te faudra alors envoyer un mail à l'équipe de recherche pour annuler ta participation à recherchedansetherapie@gmail.com.

Est-ce qu'il y a des conséquences négatives possibles?

Tu ne cours aucun risque à participer à cette recherche. Si tu rencontres une difficulté n'hésite pas à en parler à l'éducateur ou éducatrice en qui tu as confiance ou directement à la danse-thérapeute. Ils/Elles sont là pour t'écouter et te conseiller.

Des questions?

Si tu as des questions au sujet de cette recherche, contacte l'équipe de recherche à l'adresse suivante, recherchedansetherapie@gmail.com ou tu peux en parler directement à la chercheuse Julia-Marine Chamodon en fin de séance de danse-thérapie.

Cette recherche, réalisée pour le compte de l'université Paris 5 Descartes, est sous la responsabilité de Julia-marine Chamodon, étudiante au doctorat en danse-thérapie au laboratoire Techniques et Enjeux du Corps. Cette recherche a reçu l'approbation du comité de thèse de l'université Paris 5 Descartes.

En signant ce document, tu indiques que tu as lu ce formulaire, et que tu es d'accord pour participer à cette recherche.

Signature de la participante



Signature de la responsable de recherche



FORMULAIRE D'ASSENTIMENT

Les bénéfices thérapeutiques d'un atelier de danse-thérapie

Quel est le but de cette recherche ?

Nous te proposons de participer à une recherche s'intéressant aux bénéfices thérapeutiques de la danse-thérapie. Les résultats de cette étude devraient permettre d'améliorer les connaissances sur l'ampleur thérapeutique d'un atelier de danse-thérapie.

Qui peut répondre?

Pour participer, tu dois être une adolescente qui fréquente le pôle filles de l'ITEF et qui a été indiquée en séance de danse-thérapie.

En quoi ça consiste ?

Ta participation consiste à venir chaque semaine en atelier de danse-thérapie du mardi 8 janvier 2019 au mardi 2 juillet 2019. La danse-thérapeute, Julia-Marine Chamodon, te rencontrera une fois en entretien individuel qui sera enregistré. Pendant les séances, un dispositif vidéo est mis en place pour voir la progression de tes mouvements et tu portes une montre connectée afin d'évaluer ta courbe cardiaque.

Est-ce qu'on pourra m'identifier ou me retrouver à partir de mes données?

Non, parce que la recherche est anonyme. Tu n'as pas à fournir ton nom ni tes coordonnées. Il ne sera pas possible de savoir qui a dit quoi et seuls les membres de l'équipe de recherche auront accès à cette banque de données.

Les divers documents de la recherche seront codifiés et seul la chercheuse, Julia-Marine Chamodon, aura accès à la liste des noms et des codes.

Les matériaux de la recherche, incluant les données et les enregistrements, seront conservés (données sur ordinateur protégés par un mot de passe).

Les vidéos ne seront pas rendues publiques et ne seront visibles que par l'équipe de recherche et le comité de thèse.

Ton nom ne paraîtra dans aucun rapport. La recherche fera l'objet de publications dans des revues scientifiques, ou de diffusion lors de conférences et personne ne pourra t'identifier.

Un court résumé des résultats de la recherche pourra t'être transmis si tu en fais la demande en indiquant l'adresse mail où tu aimerais recevoir le document, juste après l'espace prévu pour ta signature.

Qu'est-ce que ça va me donner?

Les séances de danse-thérapie peuvent t'aider à exprimer des émotions qui sont difficiles pour toi. cela peut aussi te donner l'opportunité de créer tes propres mouvements en danse. C'est un espace pour ton imaginaire, un espace pour toi. C'est ton espace de création.

Est-ce que je suis obligé de participer ?

Tu es complètement libre de participer ou non à cette recherche. À tout moment, tu pourras cesser de participer peu importe la raison. Il te faudra alors envoyer un mail à l'équipe de recherche pour annuler ta participation à recherchedansetherapie@gmail.com.

Est-ce qu'il y a des conséquences négatives possibles?

Tu ne cours aucun risque à participer à cette recherche. Si tu rencontres une difficulté n'hésite pas à en parler à l'éducateur ou éducatrice en qui tu as confiance ou directement à la danse-thérapeute. Ils.Elles sont là pour t'écouter et te conseiller.

Des questions?

Si tu as des questions au sujet de cette recherche, contacte l'équipe de recherche à l'adresse suivante, recherchedansetherapie@gmail.com ou tu peux en parler directement à la chercheuse Julia-Marine Chamodon en fin de séance de danse-thérapie.

Cette recherche, réalisée pour le compte de l'université Paris 5 Descartes, est sous la responsabilité de Julia-marine Chamodon, étudiante au doctorat en danse-thérapie au laboratoire Techniques et Enjeux du Corps. Cette recherche a reçu l'approbation du comité de thèse de l'université Paris 5 Descartes.

En signant ce document, tu indiques que tu as lu ce formulaire, et que tu es d'accord pour participer à cette recherche.

Signature de la participante



Signature de la responsable de recherche



6. Gaga Dictionary.

Term	Definition as of February 2015
lena	the engine between the navel and groin
papa	far away engines
pika	the place between the groin and rectum
yoyo	sucking your pika and lower abdomen towards each other
biba	pulling away from the sits bones
moons	pillows of the hands and feet
luna	moving the moons
oba	traveling stuff inside the body
ashi	investigating movement in external parts of the foot with the help of knees, pelvis and ankles
tashi	gluing the feet to the floor and investigating ankle movement
mako	giving in, surrendering, letting go (without collapsing)
dolfi	available - especially available to move
mika	pulling bones out of soft flesh
taka	pulling bones inside thick flesh
kada	bones floating inside flesh
kuku	grabbing bones with flesh
lava	explosive power
boya	spaghetti in boiling water
heda	head with spine
gina	lightness as a virtue
pola	the license to fake
mama	system that engages activity in the grid of your body - including left leg to left hand, left hand to right leg, right leg to right hand, right hand to left leg, head and chest, diagonals, and parallels
tama	system which explores options for directions of curves
yona	ball movement in the joints
kanta	measuring the weight of body parts
shoking	moving hands from forearms and feet from shins
fufu	unit of pelvis and legs
magma	feeding texture from hands and feet into rest of body

BIBLIOGRAPHIE

Ouvrages

- Abraham M., 1978, *L'Écorce et le noyau*, Paris, Aubier-Montaigne.
- Adler, J., 2002, *Offering from the conscious body*, Vermont, Inner Traditions.
- Adler J., 2016, *Vers un Corps Conscient : la Discipline du Mouvement Authentique*, Contredanse.
- Ajuriaguerra, J. de., 1977, *Manuel de psychiatrie de l'enfant*, Paris, Masson.
- Andrieu B., 2016, *Sentir son corps vivant, Emersologie I*, Paris, Vrin.
- Andrieu B., Parry J., Porrovecchio A., Sirost O., 2018 eds., *Body Ecology and Emersive Leisures*, London, Routledge.
- Andrieu B., 2020, *Manuel d'émersologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis.
- Andrieu B., 2021, *Μεικτον, L'émersologie, méthode mixte. Lexique*, en cours de rédaction.
- Anzieu, D. 1995. *Le Moi-peau*, Paris, Dunod (2e éd.).
- Aristote, 1995, *De l'âme*, traduction par J. Tricot, Vrin, Bibliothèque des Textes Philosophiques.
- Arnheim R., 1973, *Vers une psychologie de l'art : suite d'essais*, Paris, Seghers.
- Bachelard G., 1957, réédition 1981, *La poétique de l'espace*, Paris, Presses Universitaires de France.
- Bachelard G., 1943, réédition 1982, *L'air et les songes. Essai sur l'imagination du mouvement*, Paris, José Corti.
- Bainbridge Cohen B., 1993, *Sentir, ressentir et agir, L'anatomie expérimentale du Body-Mind Centering*, Nouvelles de danse, Contredanse.
- Bartenieff I. & Davis M.A., 1965, *Effort-Shape Analysis of Movement, the Unity of Expression and Function*, New York, USA, A. Einstein College of Medicine, Yeshiva University.
- Bartenieff, I., Lewis, D., 1980, réédition 2002, *Body movement - Coping with the environment*, New York, Routledge.
- Bartilie D. Gé, Gosselin S., 2019, *Le toucher du monde. Technique du Naturer*, Paris, Ed Dehors.
- Baudouin C., 1924, réédition 1982, *Qu'est-ce que la suggestion ?*, Paris, Le hameau.
- Benoit J.-C., Berta M., 1973. *L'activation psychothérapique*, Bruxelles, Dessart-Mardaga.
- Bernstein P.L., 1979, *Eight theoretical approaches in Dance / Movement Therapy*, Dubuque, IA, Kendall / Hunt.
- Bion W. R., 1974, *L'attention et l'interprétation*, Paris, Payot.
- Bion W.R., 1979, *Aux sources de l'expérience*, trad. fr., Paris, PUF.
- Brun A., Chouvier B., Roussillon R., 2013, *Manuel des médiations thérapeutiques*, Dunod.
- Bullinger A., 2004, *Le développement sensori-moteur de l'enfant et ses avatars*, Toulouse, érès.

Chagnon Jean-Yves éd., *45 commentaires de textes en psychopathologie psychanalytique*, Paris, Dunod.

Challet-Haas J., 1999, *Grammaire de la notation Laban (vol. 1 et 2) : Cinétographie Laban*, Pantin, CND.

Cottin R., Loureiro A., 2012, *Réflexions sur la Forme en Analyse du Mouvement Laban (LMA) et sur sa symbolisation, rapport de recherche*, Pantin, Centre national de la danse.

Dagognet F., 1965, *Gaston Bachelard, sa vie, son œuvre, avec un exposé de sa philosophie*, Paris, Presses Universitaires de France.

Damasio A.R., 2008, *L'erreur de Descartes, La raison des émotions*, éditions Odile Jacob.

Damasio A.R., 2010, *L'autre moi-même, Les nouvelles cartes du cerveau, de la conscience et des émotions*, Editions Odile Jacob.

Daudet L., 1919, *Le monde des images : suite de l'Hérédo*, Nouvelle Librairie Nationale.

De Charly Cungi, Deglon C., 2011, *Cohérence cardiaque: Nouvelles techniques pour faire face au stress*, Editions Retz.

Dehaene S., 2014, *Le Code de la conscience*, coll. "Sciences", Paris, Odile Jacob.

Deleuze G., 2003, *Deux régimes de fous et autres textes (1975-1995)*, Édition préparée par David Lapoujade, Collection Paradoxe, Paris, Minuit.

Denis M., 1989, *Imagerie et cognition*, Presses universitaires de France.

Denis M., 1979, *Les images mentales*, Presses Universitaires de France.

Descartes, R., 1647, *Principes de la philosophie, (Principia philosophiae, Epistola ad Voetium)*, trad. Picot, URL: http://www.philotextes.info/spip/IMG/pdf/principes_i.pdf.

Descartes R., 1974, *Correspondance*, Volume 1 des Oeuvres de Descartes, J. Vrin.

Desoille R., 1945, *Le rêve éveillé en psychothérapie*, P.U.F.

Dolto, F., 1984, *L'image inconsciente du corps*, Paris, Le Seuil.

Duncan I., 1932, *Ma vie*, Paris, Gallimard.

Durand G., 1994, *L'imaginaire, sciences et philosophie de l'image*, Paris, Hatier.

Ellenberber H., 1970, *The discovery of the unconscious, the history and evolution of dynamic psychiatry*, New York, Basic Books Publishers.

Ferenczi S., 2007, *Principe de relaxation et néocatharsis*, Psychanalyse, Œuvres complètes 1927-1933, t. 4, Paris, Payot.

Fernandez Vergès, I., 2014, *Danse improvisation et psychomotricité : une boucle interactive*, Médecine humaine et pathologie, dumas.

Ferro A., 1997, *L'enfant et la psychanalyse*, Paris, éditions Erès.

Filliozat, I., Roubex, H., 2003, *Le corps messenger*, Paris, Desclée de Brouwer.

Forestier R., 2000, *Tout savoir sur l'art-thérapie*, Lausanne, Favre.

Frank R., 2005, *Le corps comme conscience : approche corporelle et développementale de la psychothérapie*, L'Exprimerie.

Franklin E., 1996, *Dance Imagery for Technique and Performance*, Champaign, Illinois, Human Kinetics.

Frétygny R., Virel A., 1968, *L'imagerie mentale, introduction à l'onirothérapie*, Edition du Mont-Blanc.

- Freud S., 1908d, *In Die Fähigkeit zur Sublimierung*, G W VII, traduction française : *La Vie sexuelle*, PUF.
- Freud S., 2010, *Œuvres complètes - psychanalyse - vol. XVI : 1921-1923, Psychologie des masses, Le moi et le ça, Autres textes*, Collection: Œuvres complètes de Freud, PUF.
- Goldman E., 1999, *The geometry of Movement, A study in the structure of communication*, Auto-édition Copyright E.Goldman.
- Goldstein K.,1934/1995, *The organism : A holistic approach to biology derived from pathological data in man*, New York, Zone Books,1^{re} éd., poche.
- Graham M., 1992, *Mémoire de la danse*, trad. Christine Leboeuf, Arles, Actes Sud.
- Granier E., Sternis C., (dir.), 2013, *L'Adolescent entre marge, art et culture*, Toulouse, Érès.
- Grawe, K., Donati, R., & Bernauer, F.,1994, *Psychotherapie im Wandel : Von der Konfession zur Profession*, Göttingen, Hogrefe Verlag.
- Haag, G., 2018, *Le moi corporel: à partir de la clinique psychanalytique de l'autisme et de l'observation du premier développement*, PUF.
- Hackney P., 2002, *Making Connections, Total Body Integration through Bartenieff Fundamentals*, New York, Gordon and Breach Science Publishers.
- Halprin A.,2000, *Dance as a Healing Art : Returning to Health with Movement and Imagery*, Mendocino, CA, LifeRhythm.
- Halprin A., 2009, *Mouvements de vie*, Traduit par Élise Argand et Denise Luccioni. Bruxelles, Contredanse.
- Halprin D., 2014, *La force expressive du corps, Guérir par l'art et le mouvement*, Editions Le souffle d'or.
- Héas, S., 2010, *Les virtuoses du corps. Enquête auprès d'êtres exceptionnels*, Paris, Max Milo.
- Hebb D.,1949, *The Organization of Behavior : A Neuropsychological Theory*, New York, Wiley.
- Hillman,J., 1976, *Suicide and the soul*. New York, Harper Colophon.
- Hoghe R., Bausch P., 1987, *Histoires de théâtre dansé*, Editions L'Arche.
- Horosko M., 1991, *Martha Graham: The Evolution of Her Dance Theory and Training 1926–1991*, Chicago, A capella.
- Horton Fraleigh S., 1999, *Dancing into Darkness: Butoh, Zen, and Japan*, Pittsburgh, University of Pittsburgh Press.
- Humphrey D.,1959, 2nd édition 1967, *The Art of Making Dances*, Barbara Pollack, Dance Books Alton.
- Husserl E., 1947, *Méditations cartésiennes, "Deuxième Méditation"*, trad. G. Pfeiffer et E. Levinas, Vrin.
- Husserl E., 2002, *Phantasia, conscience d'image, souvenir. De la phénoménologie des présentifications intuitives, Textes posthumes (1898-1925)*, éditions Jérôme Millon.
- Jahner G.M., 2001, *Embodying Change : the transformative Power of Expressive Arts and Ritual*, Union Institute Graduate College.

- Jung C.G., 1921, *Les types psychologiques*, Traduction française 1968, Genève, Georg editions.
- Jung, C.G., 1942, *Chapitre XIII, Psychologie de l'inconscient*, Georg editions.
- Jung C. G., 1954, (réédition 1995), *Les racines de la conscience, Études sur l'archétype*, Paris, Hachette, Le Livre de Poche.
- Jung, C. G., 1960, *Collected Works. Vol. 8. The structure and dynamics of the psyche*, Pantheon.
- Kaës R. éd., *Les théories psychanalytiques du groupe*, Paris cedex 14, France, Presses Universitaires de France.
- Kaës, R., 2002, *La polyphonie du rêve. L'espace onirique commun et partagé*, Paris, Dunod.
- Kestenberg J., 1977, *The role of movement patterns in development*, New York, Dance Notation Bureau.
- Kestenberg, J. S., 1995, *Sexuality, Body Movement, and the Rhythms of Development*, NJ, USA, Jason Aronson, Northvale.
- Kestenberg-Amighi, J.; Loman, S.; Lewis, P.; Sossin, K. M. , 1999, *The Meaning of Movement: Developmental and Clinical Perspectives of the Kestenberg Movement Profile*, New York, NY, USA, Routledge.
- Kestenberg, É., 1999, *L'adolescence à vif*. Paris, France : Presses Universitaires de France.
- Klein J.P., 1997, *L'art-thérapie, Que sais-je ?*, Paris, Presses Universitaires de France.
- Knill P., Barba H.N., Fuchs M.N., 1995, *Minstrels of the Soul : Intermodal Expressive Therapy*, Toronto, Palmerston.
- Knill P. et al., 2005, *Principles and Practice of Expressive Arts Therapy*, London, Jessica Kingsley.
- Koch S, Bender S, 2008, *Bewegungsanalyse - Movement Analysis. The Legacy of Laban, Lamb, Bartenieff and Kestenberg*, Berlin, Logos.
- Koposov N., 2015, *De l'imagination historique*, Editions de l'école des hautes études en sciences sociales (EHESS).
- Laban R., Lawrence F.C, 1974 (1ère édition 1947), *Effort*, Macdonald and Evans, Plymouth.
- Laban R., 1994, *La Maîtrise du mouvement*, Arles, Actes Sud.
- Laban R., 2003, 1ère édition Londres 1948, *La danse moderne éducative*, Bruxelles, Éd. Complexe.
- Laban R., 2011 (1ère édition 1966), *Choreutics*, Dance Books, Alton. Edition française : *Espace dynamique*, 2003, Nouvelles de Danse, Traduction de Elisabeth Schwartz-Rémy, Bruxelles, Contredanse.
- La Barre F., Frank R., 2012, *La première année...et le reste de la vie*, L'expresser.
- La Barre F., 2001, *On Moving and Being Moved - Nonverbal Behavior in Clinical Practice*, Londres, The Analytic Press.
- Lamb, W., 1965, *Posture and Gesture : An Introduction to the Study of Physical Behavior*, London, Gerald Duckworth.
- Lamb W., Watson E., 1979, *Body Code : The meaning in movement*, London, Routledge and Kegan Paul.

- Launay I., 1996, *À la recherche d'une danse moderne. Rudolf Laban, Mary Wigman*, Paris, Chiron.
- Lesage B., 1999, *Dialogue corporel et danse-thérapie, recueil de textes*, Des Aigles et Des Lunes.
- Lesage B., 2012, *Jalons pour une pratique psychocorporelle, Structure, étayage, mouvement et relation*, Collection L'ailleurs du corps, Editions Erès.
- Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES.
- Lévi-Strauss C., 1958, *L'efficacité symbolique*, dans *Anthropologie structurale*, Paris, Plon.
- Levine S. Et al., 1999, *Foundations of expressive Arts Therapy*, London, Jessica Kingsley.
- Loureiro A., en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2008, *Les Exercices Fondamentaux de Bartenieff*, Éd. Ressouvenances.
- Loureiro A., 2012, *Effort, l'alternance dynamique dans le mouvement*, Coeuvres-et-Valsery, éditions Ressouvenances.
- Loureiro Angela, en collaboration avec Jacqueline Challet-Haas, 2018, *Diagonales ? Vous avez dit diagonales ?*, *Le point de vue Laban-Bartenieff*, Collection Pas à pas, éditions Ressouvenances.
- Marchais P., 2007, *La conscience humaine, des flux énergétiques réflexifs, interactifs et transcendants*, Collection : Psychanalyse et civilisations - Trouvailles et Retrouvailles, L'Harmattan.
- Maslow A., 1968, *Vers une psychologie de l'être*, Coll. L'expérience psychique, Paris, Fayard.
- McCaw D., 2011, *The Laban Sourcebook*, Routledge.
- Meerlo J., 1967, *Creativity and Eternization*, New York, Humanities.
- Merleau-Ponty M., 1945, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard.
- Merleau-Ponty M., 1956-1960, *La nature*, Notes Cours au Collège de France, établi et annoté par Dominique Séglaud, Paris, éditions du Seuil.
- Merleau-Ponty M., 1964, *L'oeil et l'esprit*, Paris, Gallimard
- Merleau-Ponty M., 1964, *Le visible et l'invisible*, Paris, Gallimard.
- Merleau-Ponty M., 1996, *Sens et Non-sens*, Université de Californie, Gallimard.
- Merleau-Ponty M., 2011, *Le Monde Sensible et le Monde de l'Expression*, Cours au Collège de France, notes, 1953, édité par Emmanuel de Saint-Aubert et Stefan Kristensen, avec un avant-propos de Emmanuel de Saint-Aubert, Genève, Métis Presses.
- Milner M., 1957, *On not being able to paint*, London, Heinemann Educational Book.
- Milner, M. 1974. *Les mains du Dieu vivant*, coll. "Connaissance de l'inconscient", Paris, Gallimard.
- Milton H. Erickson, E. Rossi, S. Rossi, 2006, *Traité pratique de l'hypnose, la suggestion indirecte en hypnose clinique*, Grancher.
- North, M., 1990, *Personality Assessment through Movement*, Northcote House Publishers Ltd, Devon.
- Platon, 1993, *République*, Paris, Seuil.

Perls F., Hefferline R., Goodman P., 1ère éd.1951, 2001, *Gestalt-thérapie, nouveauté, excitation et développement*, Stanké, Montréal, Nouvelle traduction, Bordeaux, L'Exprimerie.

Reich W., 2006, *L'Analyse caractérielle*, Payot-poche ; Orig. allemand *Charakteranalyse*, 1933.

Richardson A., 1969, *Mental Imagery*, New York, Springer Publishing Company.

Rizzolatti G., Sinigaglia C., 2008, *Les neurones miroirs*, Paris, Odile Jacob.

Rogers, C. R., 1968, *Le développement de la personne*, Paris. Dunod-Interéditions.

Rogers, C. R., 2001, *L'Approche centrée sur la personne*, Anthologie de textes présentée par H. Kirschenbaum et V. L. Henderson, Lausanne, Randin.

Rogers C., (1ère édition 1961), 2005, *Le développement de la personne (On Becoming a Person)*, Dunod.

Roussillon R.,1991, *Paradoxes et situations limites de la psychanalyse*, Paris, PUF.

Sami-Ali M., 1984, *Corps réel, corps imaginaire*, Collection Psychismes dirigée par Didier Anzieu, Dunod.

Sandel, S, Chaiklin, S. and Lohn, A., 1993, *Foundations of Dance/Movement Therapy: The Life and Work of Marian Chace*, Edited by S. Sandel, S. Chaiklin, and A. Lohn.

Sapir M., 1993, *La relaxation à inductions variables*, La pensée sauvage.

Sartre J.P., 1981, *L'Imagination*, « Quadrige », Paris, PUF.

Sartre J.P., 1986, *L'Imaginaire. Psychologie phénoménologique de l'imagination*, édition revue par Arlette Elkaïm-Sartre, Paris, "Folio Essais", Gallimard.

Schott Billmann F., 2012, *Quand la danse guérit*, Le Courrier du livre.

Servian C., 2015, *Les Pionniers d'une danse américaine*, Editions Publibook.

Sheleen L., 1983, *Théâtre pour devenir... autre*, Paris, L'Épi.

Sherborne, V., 2001 (2nd edition), *Developmental Movement for Children: Mainstream, Special Needs and Pre-School*, London, Worth Polishing.

Shusterman R., 2007, *Conscience du corps. Pour une soma-esthétique*, trad. N. Vieillescazes, Paris, L'Éclat.

Stern D.N, 2010, *Les formes de vitalité*, Paris, Odile jacob.

Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités, des concepts pour l'art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poétiques.

Stitelmann J., 2015, *Le concept de cadre en art-thérapie*, Editions du rebond, Collection Essais poétiques.

Sudres J.L, Moron P., Roux G., 2003, *Créativité et art-thérapie en psychiatrie*, Masson, Paris.

Sweigard L.,1978, *Human Movement Potential: Its Ideokinetic Facilitation*, New York, Dodd Mead.

Tisseron S., 1997, *Psychanalyse de l'image*, Editions Dunod.

Todd M.E.,1937, *The Thinking Body*, New York & London, Paul B. Hoeber.

Tortora S., 2006, *The dancing dialogue, Using the communicative power of movement with young children*, Paul Brookes Publishing.

Varela F., Thompson E., Rosch E., 1993, *L'inscription corporelle de l'esprit, Sciences cognitives et expérience humaine*, Paris, Éditions du Seuil.

- Vaysse, J., 2006, *La danse-thérapie : histoire, techniques, théories*, Paris, L'Harmattan.
- Virel A., 1977, *Vocabulaire des psychothérapies*, Fayard.
- Wallon, H., 1970, *De l'acte à la pensée*, Paris, Flammarion (1ère édition 1942).
- Winnicott D. W., 1958 (1re éd.), 1969, *De la pédiatrie à la psychanalyse*, Science de l'homme Payot.
- Winnicott, D.W., 1975. *Jeu et réalité, l'espace potentiel*, Paris, Gallimard.
- Winnicott D. W., 1987 (1re éd.), 1992, *Le bébé et sa mère*, Science de l'homme, Payot.

Chapitres d'ouvrages

- Adler J., 1987, "Who is the Witness" in: Pallaro P., 1999, *Authentic Movement - Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, Jessica Kingsley Publishers.
- Adler, J., 1999, The Collective Body, in: Pallaro P., 1999, *Authentic Movement - Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, London, Jessica Kingsley, pp. 190–209.
- Andrieu B., 2017, Ressentir du bien-être dans la kinesphère de ses gestes vivants, dans: Andrieu B., Collard L., *Apprendre de ses gestes, De la santé motrice au bien-être*, L'Harmattan, p.116.
- Andrieu B., 2018, Emersion de l'émersiologie, dans: *Estesia, corps, fenomenologia e movimento*, éditeur LiberArs, Sao Paulo, p.235.
- Bartenieff, I., 1979, Body/Space/Effort : The Art of Body Movement as a Key Perception, Unpublished Manuscript in: Hackney P., 2002, *Making Connections, Total Body Integration through Bartenieff Fundamentals*, New York, Gordon and Breach Science Publishers.
- Bernard M., 2006, Du bon usage de l'improvisation en danse ou du mythe de l'expérience, dans: *Approche philosophique du geste dansé*, sous la direction d'Anne Boissière et Catherine Kintzler, Presses universitaires du Septentrion.
- Boas, F. & Bender, L., 1978, Creative Dance, in: M. N. Costonis (ed.), *Therapy in Motion*, Chicago, University of Illinois Press, pp. 113–134.
- Bourcier, P., 1994, 9 - La danse moderne "made in USA", dans: Bourcier P., *Histoire de la danse en Occident*, Paris, Le Seuil.
- Bourcier, P., 1978, 10 - L'école germanique et sa lignée américaine, dans: Bourcier P., *Histoire de la danse en Occident*, Paris, Le Seuil.
- Brun, A., 2013, Histoire de l'utilisation des médiations dans le soin, dans: Brun A., Chouvier B., Roussillon R., *Manuel des médiations thérapeutiques*, Dunod, p.35.
- Chodorow, J., Chapter 20 : The Body as a Symbol, Dance / Movement in Analysis in: Pallaro, P., 1999, *Authentic movement: Moving the body, moving the self, being moved, a collection of essays*, Levittown, PA Jessica Kingsley Publishers, p. 253.
- Da Nobrega P., 2020, L'esthésiologie et l'expressivité du corps dans la boue vivante, dans: Sous la direction de Andrieu B., *Manuel d'émersiologie, Apprends le langage du corps*, L'oeil et l'esprit, éditions Mimésis, p.324.

- Delachaux et Niestlé, 1997, Adolescence et second processus d'individuation, dans: Perret-Catipovic M., Ladame F. (éd.), *Adolescence et psychanalyse : une histoire*, Lausanne, 113-150.
- Descamps F., Chapitre premier : De l'extraction des informations à la transcription intégrale, dans: *L'historien, l'archiviste et le magnétophone. De la constitution de la source orale à son exploitation*, Paris, Comité pour l'histoire économique et financière de la France, pp. 433-449.
- Ferenczi S., 1990, Contre-indications de la technique active, dans: *Psychanalyse III, Œuvres complètes 1919-1926*, Paris, Payot, pp. 362-372.
- Freud S., 1912 b, *Conseils aux médecins*, dans: *La technique psychanalytique*, Paris, PUF, 1953.
- Gaetner, R., 2000, Chapitre I. La danse et la musique, dans: Gaetner R., *De l'imitation à la création: Les activités artistiques dans le traitement des psychoses et de l'autisme*, Paris, Presses Universitaires de France, pp. 39-113.
- Haag G., 1993, Hypothèse d'une structure radiaire de contenance et ses transformations, dans: Anzieu D., *Les contenants de pensée*, éditions Dunod, Paris, pp.41-56.
- Heller, M., 2008, Chapitre 11, Wilhelm Reich (1897-1957) : le corps et l'organisme deviennent des notions incontournables en psychothérapie dans: *Psychothérapies corporelles*, Louvain-la-Neuve, Belgique: De Boeck Supérieur, pp. 367-422.
- Klein, J.P., 2019, Chapitre II. L'art-thérapie, avec quoi ?, dans: Klein J.P., *L'art-thérapie*, Paris, Presses Universitaires de France, pp. 47-81.
- Klein, J.P., 2019, Chapitre III. L'art-thérapie, avec qui ?, dans: Klein J.P., *L'art-thérapie* Paris, France : Presses Universitaires de France, pp. 82-98.
- Klein J.P., 2012, III. L'art-thérapie, ses définitions, dans: Klein J.P., *Penser l'art-thérapie*, Paris, PUF, pp.103-113.
- Koch S C., 2021, Being moved as an active factor in dance movement therapy, in: Wengrower and Chaiklin, *Dance and Creativity within DMT*, Routledge, New York.
- Lamoine J., 2017, La danse-thérapie socio-culturelle auprès de femmes en situation de grande précarité et sans domicile fixe, dans: *Les arts-thérapies*, sous la direction de Edith Lecourt et Todd Lubart, Armand Colin, p.149.
- Lesage B., 2014 (1ère édition 2006), Annexe 1. Les danse-thérapies instituées : repères chronologiques et filiations, dans: Lesage B., *La danse dans le processus thérapeutique: Fondements, outils et clinique en danse-thérapie*, Toulouse, ERES.
- Payne, H., 2006, The body and container and expressor: Authentic movement in the development of wellbeing in our bodymindspirit, in: Corrigan, J., Payne, H. and Wilkinson, H., *About a Body: Working with the Embodied Mind in Psychotherapy*, London/New York, Routledge.
- Piaget J., Inhelder B., 1963, Les images mentales, dans *Traité de psychologie expérimentale* sous la direction de Fraisse P. et Piaget J., tome 7, chap.23, PUF, pp.66-107.
- Potel C., 2006, Introduction, dans: Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent : Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 53-56.

- Potel, C., 2006, 3. Thérapie à médiation corporelle : un abord thérapeutique qui permet que les mots prennent corps, dans: *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, pp. 39-49.
- Potel, C., 2006, 4. L'adolescence : un passage, dans: Potel C., *Corps brûlant, corps adolescents : Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France, Érès, pp. 57-70.
- Potel, C., 2006, 5. Le travail du corps au risque de l'adolescence, dans: Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 73-83.
- Potel, C., 2006, 8. Des médiations corporelles : lesquelles ?, dans: Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 101-116.
- Potel, C., 2006, 10. Tout au fond de nous, il y a un petit être qui danse, dans: Potel C., *Corps brûlant, corps adolescent: Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents*, Toulouse, France: Érès, pp. 125-144.
- Potel, C., 2015, 9. Le contre-transfert corporel, dans: Potel, C., *Du contre-transfert corporel: Une clinique psychothérapique du corps*, Toulouse, France : Érès, pp. 111-124.
- Roussillon, R., 2008, Chapitre 1. Corps et actes messagers, dans: Chouvier B., *Corps, acte et symbolisation: Psychanalyse aux frontières*, Louvain-la-Neuve, Belgique, De Boeck Supérieur, pp. 23-37.
- Sossin, K. M., 2007, History and future of the Kestenberg Movement Profile, in: Koch S.C. & Bender S., *Movement analysis – Bewegungsanalyse: The legacy of Laban, Bartenieff, Lamb and Kestenberg*, Berlin, LogosVerlag, pp. 103–118.
- Stromsted T., January 2007, The Dancing Body in Psychotherapy: Reflections on Somatic Psychotherapy and Authentic Movement, in: *Authentic Movement: Moving the Body, Moving the Self, Being Moved: A Collection of Essays. Volume II*, Publisher: Philadelphia : Jessica Kingsley Publishers, Editors : Patrizia Pallaro, p.203.
- Taine H., 1870, Chapitre II. De la rectification, dans: *De l'intelligence, deuxième partie : Les diverses sortes de connaissances*, 6e éd., Paris, Librairie Hachette et Cie.
- Winnicott D.W, 1970 (1ère édition 1965), L'enfant en bonne santé et l'enfant en période de crise. Quelques propos sur les soins requis, in: *Processus de maturation chez l'enfant*, Payot, p.22-23.
- Winnicott, D.W., 2010, Objets transitionnels et phénomènes transitionnels : une étude de la première possession non-moi, dans: *Les objets transitionnels*, Petite bibliothèque Payot, Paris, pp.25-64.

Articles de revue

Abraham A, Gose R, Schindler R, Nelson BH, Hackney ME, 01 March 2019, Dynamic Neuro-Cognitive Imagery (DNI™) Improves Developped Performance, Kinematics, and Mental Imagery Ability in University-Level Dance Students, *Front. Psychol.*, vol.10.

- Adler, J., 2015, The Mandorla and the Discipline of Authentic Movement, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.217–227.
- Akselrod S, Gordon D, Ubel FA, et al., 1981, Power spectrum analysis of heart rate fluctuation: a quantitative probe of beat-to-beat cardiovascular control, *Science*, 2, pp.213-220.
- Allen, J., & Preece, B., 2015, The moon as my witness, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.229-245.
- Andrieu B., Burel N., 2014, La communication directe du corps vivant. Une émergence en première personne, *Hermès, La Revue*, 68, pp.46-52.
- Andrieu, B., 2014, Les fondateurs de l'écologie corporelle : immerseurs-naturiens-émmergeurs. *Sociétés*, 3(3), pp.23-34.
- Andrieu, B., 2015, L'adolescent séduisant son corps : une émergence sensorielle, *Enfances & Psy*, 68(4), pp.93-102.
- Andrieu, B., Boëtsch, G. & Chevê, D., 2016, Un corps de savoir. Vers une encyclopédie des somaticiens, *Corps*, 1(1), pp.11-23.
- Andrieu, B., & Da Nóbrega, P., 2016, A emersilogia do corpo vivo na dança contemporânea, *Revista Holos*, v.3, Natal, p. 371-384.
- Andrieu B., 2017, Le Corps capacitaire : La performativité des handi-capables, *Recherches & Éducatives Hors série*, Dossier coordonné par Jacqueline Descarpentries et Bernard Andrieu, éditions Société Binet-Simon, pp.9-20.
- Andrieu B., 2019, Une osmose émergitive. De la peau vivante à la peau vécue, *Spirale*, n°89 (1), p.40-48.
- Anzieu, A., 2006, Corps et contre-transfert, *Carnet Psy*, vol.111, pp. 27-32.
- Arnold et al., Nov 1980, The verification of high and low imagery sentences, *Journal of Experimental Psychology : Human Learning and Memory*, Vol 6(6) pp. 692-704.
- Bacon, J., 2015, Authentic Movement A Field of Practices, *Journal for Dance and Somatic Practices*, 7(2), pp.205-216.
- Bailly, R., 2001, « Le jeu dans l'œuvre de D.W. Winnicott », *Enfances & Psy*, vol. n°15, no. 3, pp. 41-45.
- Bartenieff I., 1972/73, Dance Therapy: a New Profession or a Rediscovery of an Ancient Role of the Dance, *Dance Scope*, 7(1), pp.6-18.
- Begg I., Paivio A., 1969, Concreteness and imagery in sentence meaning, *Journal of Verbal Learning and Verbal Behaviour*, 8, pp. 821–827.
- Bender S., 1990, Von innen bewegt : Authentische Bewegung (Moving from the inside : Authentic Movement), *Tant Aktuell*, 9, pp.5-37.
- Bernardi L, Porta C, Gabutti A, et al. 2001, Modulatory effects of respiration, *Autonomic neuroscience: basic and clinical*, 56, pp.90-47.
- Bernston, G.G., Thomas Bigger, J., JR., Eckberg, D.L., Grossman, P., Kaufmann, P.G., Malik, M., Nagajara, H.N., Porges, S.W., Saul, J.P., Stone, P.H. and Van Der Molen, M.W., 1997, Heart rate variability : Origins, methods, and interpretive caveats, *Psychophysiology*, 34, pp. 623-648.

- Binet A., 1887, L'intensité des images mentales - Partie 1, *Revue Philosophique de la France et de l'Étranger*, 23, avril, pp.473-497.
- Bräuning, I., 2014, Specific dance movement therapy interventions - which are successful? An intervention and correlation study, *The Arts in Psychotherapy*, 41(5), pp.445-457.
- Cahill, S., 2015, Tapestry of a clinician: Blending authentic movement and the internal family systems model, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.247-256.
- Célérier, M., 2013, Le corps de l'analyste. *Champ psy*, 63, pp.19-26.
- Clarkson T.A., Haggith P.A., Tierney M. C. et Kobasigawa A., 1973, Relative effectiveness of imagery instructions and pictorial interactions on children's paired-associate learning, *Child Develop*, 44, pp.179-181.
- Cohen H., Benjamin J., 2006, Power spectrum analysis and cardiovascular morbidity in anxiety disorders, *Auton Neurosciences*, 30, pp.1-8.
- Collette, B., 2006, Phantasia et phantasma chez Platon. *Les Études philosophiques*, 76, pp. 89-106.
- Da Nobrega P., Schirrer, M., Legendre, A. & Andrieu, B., 2017, Sentir le vivant de son corps : trois degrés d'éveil de la conscience, *Staps*, 117-118(3), pp. 39-57.
- Danner F. W. et Taylor A.M., 1973, Integrated pictures and relational imagery training in children's learning, *J. exp. Child Psychol.*, 16, pp.47-54.
- De Carvalho, R., 2010, Otto Rank, le cercle rankien de Philadelphie et les origines de la psychothérapie centrée sur la personne de Carl Rogers, *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*, 12(2), pp.40-63.
- Del Pozo J. M., Gevirtz R. N., Scher B., et al., 2004, Biofeedback treatment increases heart rate variability in patients with known coronary artery disease, *Am Heart J*, 147:E11.
- Denis M., 1979, Latence d'une réponse graphique à des termes généraux et spécifiques, *Année psychol.*, 79, pp.143-155.
- Desnos, Y., Gepner, B., Bellusso, P. & Segond, H., 2019, Subjectivité de la personne adulte autiste avec retard mental profond, prise en charge dans un établissement d'accueil médico-social. *Bulletin de psychologie*, 562, pp.259-287.
- De Witte M, Orkibi H, Zarate R, Karkou V, Sajjani N, Malhotra B, Ho RTH, Kaimal G, Baker FA and Koch SC, 2021, From Therapeutic Factors to Mechanisms of Change in the Creative Arts Therapies: A Scoping Review, *Frontiers in Psychology*, 12:678397.
- Dosamantes-Beaudry, I., October 2007, Somatic Transference and Countertransference in Psychoanalytic Intersubjective Dance/Movement Therapy, *American Journal of Dance Therapy* 29(2), pp.73-89.
- Dreyfus, M., 2001, La relaxation à induction variable, *Champ psychosomatique*, no 23(3), pp. 49-67.
- Duchêne J., 2005, Merleau-Ponty lecteur de Biran : à propos du corps propre, *Revue Philosophique de Louvain*, Quatrième série, tome 103, n°1-2, pp.42-64.
- Dumet, N., 2004, Le corps du thérapeute : lieu d'actualisation transféro - contre - transférentielle, *Filigrane*, volume 13, numéro 2, pp.81-95.
- Duplan H., « Rencontre » La danse : incarnation, *Art et Thérapie*, 1987, n°24-25.

- Dupont, L., 2013, « Esquisse d'une sémiologie de l'image au service des grandes causes en publicité sociale », *Revue française des sciences de l'information et de la communication* [En ligne], URL : <http://journals.openedition.org/rfsic/583>
- Erwin, L., 2014, A Personal Journey Into Ohad Naharin's Gaga Technique : Discovering Pedagogical Applications for Engaging the Performer, *Journal of Emerging Dance Scholarship*, pp.1-24.
- Espenak L., Koch N., September 1981, An interview with Lilian Espenak, *American Journal of Dance Therapy* 4(2), pp.4-20.
- Friedes Galili D., 2015, Gaga : Moving beyond Technique with Ohad Naharin in the Twenty-First Century, *Dance Chronicle*, 38:3, pp.360-392.
- Friedman B. H., Thayer J. F., 1998, Anxiety and autonomic flexibility : a cardiovascular approach, *Biol Psychol.*, 63, pp.47-243.
- Gibbs, R. W., Jr., & Berg, E. A., 2002, Mental imagery and embodied activity, *Journal of Mental Imagery*, 26(1-2), pp.1-30.
- Gréciet, C., 2006, « Danser avec l'inconnu », dans *Improviser; Revue Théâtre S*, n° 24, Rennes, Presses Universitaires de Rennes.
- Grosbois P., 2015, « Anthropologie de l'image et univers onirique », *Revue des sciences sociales*, 54, pp.58-64.
- Guillain, A. & Pry, R., 2012, D'un miroir l'autre. Fonction posturale et neurones miroirs. *Bulletin de psychologie*, 518, pp.115-127.
- Guimbretière A., 1963, Quelques remarques préliminaires sur le symbole et le symbolisme, *Cahiers Internationaux de symbolisme*, 2.
- Hackney, P., 1996, Connexité et expressivité par les Bartenieff Fundamentals, *Nouvelles de Danse, numéro spécial "L'intelligence du corps"*, n°28, pp.72-85.
- Hall, C. R. , Mack, D.E., Paivio, A., & Hausenblas, H.A, 1998, Imagery use by athletes: development of the sport imagery questionnaire, *International Journal of Sport Psychology*, 29, pp. 73-89.
- Halstrup, I., 2015, To the bones—and through: the discipline of authentic movement and voice work, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), 287-298.
- Harbonnier-Topin N., Dussault G., Ferri C., 2016, « Regards croisés sur deux pratiques d'analyse du mouvement. L'analyse du mouvement selon Laban (LMA) et l'analyse fonctionnelle du corps dans le mouvement dansé (AFCMD) », *Recherches en danse*, 5.
- Hartley, L., 2015, Choice, surrender and transitions in Authentic Movement : Reflections on personal and teaching practice, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp. 299-312.
- Holt R., 1964, Imagery: the return of the ostracized, in *American Psychologist* 19, pp. 154-264.
- Houssier, F., 2012, PETER BLOS, « The Second Individuation Process », *The Psychoanalytic Study of the Child*, 22, 1967, pp.162-186.
- Kaës, R., 2010, Les médiations entre les espaces psychiques dans les groupes. *Le Carnet PSY*, 141, pp.35-38.

- Kawachi I., Sparrow D., Vokonas P. S., et al., 1995, Decreased heart rate variability in men with phobic anxiety (data from the normative aging study), *Am J. Cardiol.*, 5, pp.75-882.
- Klein J.P., 2005, « L'adolescence création éphémère (le génie esthétique de la tragédie adolescente) », *Art et Thérapie* n°90-91.
- Kristensen, S., 2006, Maurice Merleau-Ponty, une esthétique du mouvement, *Archives de Philosophie*, tome 69(1), pp.123-146.
- Le Blanc, B., 2014, Francisco Varela : des systèmes et des boucles. *Hermès, La Revue*, 68, pp. 106-107.
- Lecourt E., 2010, L'art-thérapeute, un soignant pas comme les autres, *Revue L'autre*, vol.11, n°2, pp. 150-155.
- Lesage, B., 2006, Naître à l'espace: Prémices d'une clinique élargie, *Enfances & Psy*, n° 33(4), pp.113-123.
- Lindgren A., September 2006, The Pioneering Work of Franziska Boas at Bellevue Hospital in New York, 1939–1943, in *American Journal of Dance Therapy* 28(2), pp.59-86.
- Loman, S., & Foley, L., 1996, Models for understanding the nonverbal process in relationships, *The Arts in Psychotherapy*, 23, pp.341–350.
- Loman S., Merman H., 1996, The KMP: A tool for dance/movement therapy, *American Journal of Dance Therapy* 18, pp.29–52.
- Loureiro, A., 2006, Sens, volumes et tracés : Une perspective sur la relation entre le corps et l'espace, *Enfances & Psy*, n° 33(4), pp.140-146.
- Loupe L., 1999, « Improviser: un projet pour les temps présents », in *Improviser dans la danse*, Ales, Le Cratère Théâtre d'Ales en Cévennes.
- Lovell, S.M., 1993, An interview with Warren Lamb, *American Journal Dance Therapy* 15, pp.19–34.
- Magnin P., 1996, Le sommeil du 3e type, *Science et Avenir*, Hors-Série Le Rêve.
- Mahon, S. M. (2015). Holy dreaming—poetry and movement, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.359-363.
- Marcelli, D., 2007, Entre les microrhythmes et les macrorhythmes : la surprise dans l'interaction mère-bébé. *Spirale*, 44, pp.123-129.
- Marty, F., 2007, L'institution de soin : un espace psychique interne. *Psychotropes*, 13, pp. 99-113.
- Mather M., Thayer J. F. , February 2018, How heart rate variability affects emotion regulation brain networks, *Current Opinion in Behavioral Sciences* Volume 19, pp. 98-104.
- Mauri C., 2010, Ce qui insiste dans l'acte de danse, Le savoir inconscient et les droits de l'homme, *Insistance*, n° 4, Editions Eres.
- Michel M., juillet/août 1982, "Martha Graham nous dit...", *L'Avant-Scène, Ballet Danse*, n°9, pp. 42-52.
- Musicant, S., 2001, Authentic movement : Clinical considerations, *American Journal of Dance Therapy*, 23(1), pp.17-28.

- Nolan R. P., Kamath M. V., Flora J. S., et al., 2005, Heart rate variability bio-feedback as a behavioral neurocardiac intervention to enhance vagal heart rate control, *Am Heart J*;149(6): 1137.
- Paintendre, A. & Andrieu, B., 2015, Le corps capacitaire des adolescent(e)s : une émergence du vivant dans leur perception du step. *Staps*, 108, pp. 49-59.
- Paivio A., 1985, Cognitive and motivational functions of imagery in human performance. *Canadian journal of applied sport sciences. Journal canadien des sciences appliquées au sport*, 10(4), 22S–28S.
- Paul, A.-M., 2016, "Danse et recherche de sensations à l'adolescence : danser, un acte de subjectivation", *Revue française de psychanalyse*, vol. 80, no. 4, pp.1064-1073.
- Pixler, L., 2017, Psychedelic movement : healing trauma through MDMA (3, 4-Methylenedioxyméthamphetamine)- Assisted Authentic Movement psychotherapy, *Journal of Transpersonal Psychology*, 49(2), pp.121-135.
- Perrin, J., 2006, L'espace en question, *Repères, cahier de danse*, 18(2), pp. 3-6.
- Phillips, V., Août 2013, « Martha Graham's Gilded cage : Blood memory-An Autobiography », *Dance Research Journal*, numéro 45/2, pp.63-84.
- Rizzolatti G., Fogassi L., Gallese V., 2007, Les neurones miroirs, *Pour la science*, 351, pp. 44-49.
- Rouchy J.C, 2006, La conception du dispositif de groupe dans différents cadres institutionnels, *Revue de psychothérapie psychanalytique de groupe*, n°47, Erès, pp. 9-23.
- Rioux, A., 2013, Imagos parentales et idéaux des enseignants. *Connexions*, 99, pp.141-152.
- Sawada, M, Mori, S. Ishii M., 2002, Effect of metaphorical verbal instruction on modeling of sequential dance skills by young children, *Percept Mot Skills*, 95, pp.1097-1105.
- Schott-Billmann, F., 2015, Danse et psychanalyse : regards croisés, *Insistance*, 9(1), pp.29-39.
- Schuster C, Hilfiker R, Oliver A, Scheidhauer A, Andrews B, Butler J, Kischka U, Ettlin T., 2011, Best practice for motor imagery : a systematic literature review on motor imagery training elements in five different disciplines, *BMC Med*, pp.9:75.
- Servant D, Logier R, Mouster Y, Goudemand M, 2009 Oct, La variabilité de la fréquence cardiaque. Intérêts en psychiatrie [Heart rate variability. Applications in psychiatry], *Encephale*, 35(5), pp.423-428
- Shahar-Levy Y., 1989, The Body Reveals and Hides : An Introduction to Dance-Movement Therapy, Dialogues, *Journal of Clinical Psychology*, Tel Aviv, Israel.
- Shepard, R. N., & Chipman, S., 1970, Second-order isomorphism of internal representations : Shapes of states, *Cognitive Psychology* Volume 1, Issue 1, January 1970, pp.1-17.
- Stromsted T., 2009, Authentic Movement : A dance with the divine, *Body, Movement and Dance in Psychotherapy : An International Journal for Theory, Research and Practice*, 4:3, pp.201-213.
- Stromsted, T. ,2015, Authentic Movement and the evolution of Soul's Body® Work, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.339–357.
- Tantia, J. F., 2012, Authentic movement and the autonomic nervous system : A preliminary investigation, *American Journal of Dance Therapy*, 34(1), pp.53–73.

Terathongkum S., Picker R. H., 2004, Relationships among heart rate variability, hypertension, and relaxation techniques, *J. Vasc Nurs* ;22, pp.78-82.

Thayer J. F., Lane R. D., 2000, A model of neurovisceral integration in emotion regulation and dysregulation, *J. Affect Disord* ;61 (3), pp.201-216.

Thibaudier, V., 2002, Jung et l'image, *Imaginaire & Inconscient*, n° 5(1), pp.43-51.

Tisseron S., 1983, Le dessein du dessin, dans *Art et fantasme*, Editions Champ Vallon, Paris, pp.91-105.

Vanpouille, Y., 2013, Expérience vécue, intelligence motrice, phénoménologie et nouveaux paradigmatiques, *Movement and Sport Sciences- Science et motricité*, 81, pp.57-66.

Van Sluizer, C., 2015, Art and poetry in authentic Movement, *Journal of Dance & Somatic Practices*, 7(2), pp.377-382.

Vaysse, J., 2011, Être acteur de sa santé par la danse : apports socioculturels entre Afrique et Europe, *Présence Africaine*, 183(1), pp.49-64.

Vincent de Coorebyter, 2012, « De Husserl à Sartre. La structure intentionnelle de l'image dans L'Imagination et L'Imaginaire », *Methodos*, 12.

Welsh, D.J., 1991, Martha Graham: The other side of depression, *American Journal of Dance Therapy* 13, pp.117–130.

Widlöcher D., 1981, Fatigue et dépression, *Encéphale*, vol.7, n°4.

Wiedenhofer, S., & Koch, S. C., 2017, Active factors in dance/movement therapy : Specifying health effects of non-goal-orientation in movement, *The Arts in Psychotherapy*, 52, pp.10–23.

Yelnik C., juin 2007, « Entre corps et rêverie, la danse » in « Médiations Thérapeutiques, médiations symbolisantes », *Art et thérapie*, n°96-97.

Yeragani V. K., Pohl R., Berger R., et al., 1993, Decreased heart rate variability in panic disorder patients: a study of power-spectral analysis of heart rate, *Psychiatry Res*; 46(1), pp. 89-103.

Young Overby L., Dunn J., 2011, “The History and Research of Dance Imagery: Implications for Teachers,” *The IADMS Bulletin for Teachers*, vol. 3, no. 2 pp.9–11.

2016, « Éditorial. Les sensations et leurs motifs », *Revue française de psychanalyse*, vol. 80, ADTA : <https://www.adta.org/marian-chace-biography>

Anna et Daria Halprin, website : <https://www.tamalpafrance.org/tamalpa-life-art-process> no. 4, pp. 933-936. (Pas d'auteurs.trice.s dans la référence).

Sites Internet

ADTA : <https://www.adta.org/marian-chace-biography>

Anna et Daria Halprin, website : <https://www.tamalpafrance.org/tamalpa-life-art-process>

Bellia V., Martinez-Takegami P., Programme "Dialogues...", 6 février 2021, <https://www.youtube.com/watch?v=T5iuRFQaE0k>

Carroll R., 2001, *Authentic Movement : Embodying the individual and the collective psyche*, <http://www.yobeely.f2s.com/articles/authmovement.html>

Conférence Claudine Tiercelin : https://www.canal-u.tv/video/universite_de_tous_les_savoirs/le_concept_d_image.1397

Définition "Tempo" Wikipédia : <https://fr.wikipedia.org/wiki/Tempo>

Duplan H., <http://herns.duplan.free.fr/textes/herns.html>

FFAT: <https://www.ffat-federation.org/art-therapie>

France Schott Billmann: <https://www.youtube.com/watch?v=E5f0MuUoQkI>

Gaga : <https://www.gagapeople.com/en/about-gaga/#work>

Garmin Customer Service: <https://help.elitehrv.com/article/119-why-can-t-i-use-my-wrist-hr-monitor-or-led-pulse-oximetry-monitors-like-fitbit>

Gestalt, définition Wikipédia : <https://fr.wikipedia.org/wiki/Gestalt-th%C3%A9rapie#Fronti%C3%A8re-contact>

Ginger S., fondateur de l'Ecole Parisienne de Gestalt, *Qu'est-ce que la Gestalt ?*, http://www.licorne-formation.com/media/a898a76_gestalt1.pdf

Jung C. G., Volume 16 des Oeuvres complètes de Jung, « *La pratique de la psychothérapie* », sur cgjungfrance.com

Laban/Bartenieff : <https://www.emoveinstitute.com/home-lbms/rudolf-von-laban-irmgard-bartenieff/>

Mead Margaret. : <https://labaninstitute.org/about/irmgard-bartenieff/>

Müller V., 2019, *Danser sa peine*, http://www.film-documentaire.fr/4DACTION/w_fiche_film/58404_1

Nadia Vadori-Gauthier : <http://www.uneminutededanseparjour.com>

Naharin O., *Ohad Naharin discute Gaga movement*, Dance consortium <https://youtu.be/OGPG1QL1vJc>

Revillard A., « *Fiche technique n°8 – Transcrire un entretien* » : <https://annerevillard.com/enseignement/ressources-pedagogiques/initiation-investigation-empirique/fiches-techniques-initiation-investigation-empirique/fiche-technique-n%C2%B08-transcrire-un-entretien/>

Rioufreyt T., 28 Juin 2016, *La transcription d'entretiens en sciences sociales*, URL : <https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-01339474/document>

SFDT : <https://www.sfdt.fr>

Stromsted T., *Dance/Movement Therapy: Authentic Movement*, ADTA talk : 1er novembre 2019, <https://www.youtube.com/watch?v=Zolfa6vTFqs>

Thomas H., « Qu'est-ce que la somatique ? », *Recherches en danse*, URL : <http://journals.openedition.org/danse/1232>

Urréa V., 1998, *Bruit blanc [Autour de Marie-France]*, <https://www.numeridanse.tv/videotheque-danse/bruit-blanc-autour-de-marie-france>

Vassileva B., *Réflexions sur la pratique de la danse "gaga" en Israël*, <https://cirras-net.org/?p=1199>

Warren Lamb : <https://www.surrey.ac.uk/national-resource-centre-dance/projects/warren-lamb-archive>

Communications (congrès, stages, cours)

Cowan L.(Ed.), One hundred years on : Origins, innovations and controversies, Proceedings of the 19th International IAAP Congress for Analytical Psychology, Copenhagen, Denmark, August 18-23, 2013.

Dehaene S., 21 janvier 2019, « *Progrès récents en imagerie cérébrale et décodage des représentations mentales* », Cours n°3, « *Vers une cartographie de plus en plus fine des représentations mentales* », Collège de France, <https://www.college-de-france.fr/site/stanislas-dehaene/course-2019-01-21-09h30.html>

Kleinlooh S., April 30, 2021, Discours d'entrée de la conférence, International Dance Therapy Conference on 'Multiple Perspectives', 25 YEARS DANCE THERAPY AT CODARTS ROTTERDAM.

Koch S C., April 29 & 30 2021, *Therapeutic Factors in DMT and CATs : What helps, what works ?*, International Dance Therapy Conference on 'Multiple Perspectives', Codarts.

Lanauda E., Nicolasa M., & Jebrane A., 2006, Effets de l'imagerie sur les attentes d'efficacité personnelle, *Journées Nationales d'Etude de la Société Française de Psychologie du Sport*, Dijon.

Lesage B., 2003,« *Dialogue corporel et danse-thérapie* », *Eléments théorico-cliniques Psychomotricité*, Université Pierre et Marie Curie, p.55. <http://www.chups.jussieu.fr/polysPSM/psychomot/danseth/danseth.pdf>

Lesage B., 2020, Notes de cours stage "Schèmes de mouvement et systèmes", IRPECOR.

Lesage B., 2011, *Itinéraire et présentation, A corps se crée : Un parcours entre structuration psychocorporelle et danse-thérapie* : <https://www.irpecor.com/attachments/article/5/Présentation-Itinéraire-Lesage.pdf>

Roussillon R., 2014, 4° séminaire de l'Institut, Le cours des événements psychiques, URL : <https://reneroussillon.com/2015/06/10/4-seminaire-de-linstitut-le-cours-des-evenements-psychiques-suite/>

Solomon J, R, 2010, *Abstracts of the 20th Annual Meeting of the International Association for Dance Medicine & Science*, Birmingham, UK, IADMS, pp.74-75.

Dictionnaires

Centre National de Ressources textuelles et lexicales, Lexicologie Ortolang, consulté le 24 septembre 2019, <https://www.cnrtl.fr/definition/>

De Mijolla, A. (dir.), 2005, *Dictionnaire international de la psychanalyse*.

Larousse : <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/sensation/72091>

Le Petit Larousse de la psychologie, 2019, Collection Sciences Humaines, éditions Larousse.

Le Petit Robert, 2001, Paris, Dictionnaires Le Robert / VUEF.

Thèses de doctorats et mémoires

Brachet M., 2021, extrait mémoire de recherche, en cours de rédaction, Université Lyon2 - Institut de Psychologie - C.R.P.P.C.

Chamodon, J.M., 2017, Mémoire de recherche « *Les bénéfices thérapeutiques d'une corrélation entre danse et représentation mentale* », Master "Création artistique, danse-thérapie", Université Paris 5 Descartes.

Couderc B., 2009, *L'improvisation en danse : une présence l'instant*, Thèse de Doctorat, Université Rennes 2.

Fladager, L., 2020, *Embodied Images of Suffering and Individuation in Authentic Movement*, Doctoral dissertation, Pacifica Graduate Institute.

Gioffredi P., 2012, *Le porte-à-faux : une notion merleau-pontyenne pour penser la danse contemporaine*, thèse soutenue sous la direction de Maryvonne Saison, p.19, consultée le 16/04/20 : https://bdr.parisnanterre.fr/theses/internet/2012PA100191_diff.pdf

Hallepee-Djian L., 2013, *Danse-thérapie et empathie : étude préliminaire auprès d'enfants en CMPP*, thèse sous la direction du Pr. Jean-Philippe Raynaud, Université Toulouse III – Paul Sabatier, Faculté de médecine.

Naharin Y., 2006, « *Gaga* », *Ohad Naharin's movement language and its therapeutic affect*, thesis, Lesley university.

Patel, Bhumi B., 2017, *When the Whole World is Empty: Gaga as a Modality for Kinesthetic Grief Processing*, degree of Master of Fine Arts, The Mills College Department of Dance, Californie, ProQuest Dissertations Publishing.

Santarpia A., 2007, *L'influence du langage métaphorique sur le corps dans un contexte de relaxation*, Thèse Linguistique, Université Paris 8 Vincennes-Saint-Denis ; Università degli studi di Bari.

Waille F., 2011, *Corps, arts et spiritualité chez François Delsarte (1811-1871). Des interactions dynamiques*, thèse de doctorat en histoire, Lyon, Université Lyon 3.

Journaux

Damasio A.R., 04/11/2010, "*Le corps fait la conscience*", Interview *Le Point* par Catherine Golliau, https://www.lepoint.fr/culture/le-corps-fait-la-conscience-04-11-2010-1264099_3.php

Harari Saar, "*Q&A with Gaga's Artistic Director, Saar Harari*", <https://www.gagapeople.com/en/qa-with-gagas-artistic-director-saar-harari/>

Kourlas G., 2007, "*Movement that Rides on a Pulse of Its Own*" (review of *Three*, by Ohad Naharin, BAM Howard Gilman Opera House, New York), *New York Times*, November 15.

Tanaka N., April 9, 2010, "*Go Gaga over Israeli Troupe Batsheva*," *Japan Times*.

TABLE DES MATIÈRES.

Abstract.....	2
Remerciements	5
Sommaire	6
Introduction	9
PARTIE THEORIQUE	13
I. Les arts-thérapies.....	13
1. Définition.....	13
2. Approches historiques de la danse-thérapie.....	20
3. Les apports de la philosophie, de la psychologie et de la psychanalyse à la danse- thérapie.....	21
4. La filiation artistique de la danse-thérapie.....	38
5. La danse-thérapie.....	43
5.1 La naissance de la danse-thérapie sur la côte Est des Etats-Unis : Franziska Boas, Marian Chace, Lilyan Espenak.....	44
5.2 La filiation symbolique de la côte Ouest : l'héritage de la danse expressionniste et de la psychanalyse jungienne.....	49
5.3 L'observation et l'analyse du mouvement : Rudolf Laban et ses collaborateur.trice.s.....	59
5.4 La filiation académique classique et l'héritage freudien.....	68
5.5 L'influence primitiviste.....	69
5.6 Sous le prisme de la structure psycho-corporelle et de l'étayage relationnel.....	72
II. Etude de l'image mentale et de l'improvisation en danse.....	76
1. L'image mentale.....	76
2. Approches thérapeutiques de l'image mentale.....	83
3. Approches philosophiques de l'image mentale.....	89
4. La phantasia, une "image" plurielle ?.....	91

5. Image et résonance corporelle.....	92
6. L'improvisation dansée, une pratique prompte à l'imagerie.....	98
7. Le langage de mouvement Gaga et le Mouvement Authentique : deux dispositifs d'improvisation dansée en faveur de l'image mentale et de l'éveil somatique.....	104
7.1 Le langage de mouvement "Gaga".	104
7.2 Le Mouvement authentique.	118
III. Concepts théoriques : Émersiologie et corps capacitaire en danse.	135
1. Emersiologie.....	135
2. Eveiller un nouveau corps : le développement du capacitaire.	138
3. La danse comme levier du capacitaire.	141
PARTIE PRATIQUE.....	146
IV. Méthodologie de la recherche.	146
1. Terrain de recherche.	146
2. Sujets de la recherche.....	148
3. La description des séances de danse-thérapie.	150
4. Ethique : Consentement et assentiment.....	152
5. Problématique.....	153
6. Hypothèses générale et opérationnelle	154
7. Outils d'évaluation	154
7.1 La grille de l'Effort de Rudolf Laban.	156
7.1.1. Première focalisation sur le facteur Poids de l'Effort.....	160
7.1.2 Changement de focalisation pour le facteur Flux de l'Effort (Effort Flow).	162
7.1.3 Le Flux dans l'étude de la Forme (Shape Flow).....	165
7.1.4 Le Flux dans l'étude de l'Espace (choreutique) : la kinesphère.	168
7.2 Le tableau d'observation du mouvement.	171
7.2.1 Les schèmes de Mouvement.	171
7.2.2 Les plans.	177

7.2.3 Les systèmes.	182
7.3 Le dispositif vidéo.....	186
7.4 Le journal de bord.....	187
7.5 Les dessins et les verbatim.....	187
7.6 Les entretiens	190
7.7 Variabilité cardiaque : l’outil des montres connectées.....	191
7.7.1 Protocole de recherche : modification de l’outil des montres connectées Garmin Vivosmart 3 pour le capteur de variabilité cardiaque EMwave Pro	197
8. Critères de validation des outils.	199
9. Limite des outils utilisés.....	201
10. Variables.....	204
11. L'évolution de la recherche sur le terrain : la description des deux dispositifs.....	206
11.1 Premier dispositif de recherche.....	206
11.2 Séance-type du premier dispositif de recherche.	209
11.3 Le dispositif de recherche actualisé (Dispositif 2).....	213
11.4 Séance-type du dispositif de recherche actualisé.....	216
V. Recueil et analyse des résultats.	218
1. Fréquence de participation	218
2. Etudes de cas.....	220
2.1 Groupalité.	220
2.2 Etude de cas individuel.	222
3. Recueil des données à partir des outils.....	246
3.1 Echelles de mesure d’après l’analyse du mouvement à l’aide de la grille de l’Effort de Rudolf Laban et des tableaux d'observation du mouvement.	246
3.1.1 Echelles de mesure à partir de la grille de l’Effort de R.Laban.	247
3.1.2 Echelle de mesure de la grille de l'Effort focalisée sur l’étude du facteur Flux.	258
3.1.3 Tableaux synoptiques des résultats d’observation du mouvement.	259

3.2 Recueil des résultats des dessins, des verbatim et du Journal de bord des séances correspondantes.	270
3.2.1 Dessins.	270
3.2.2 Verbatim des dessins.	273
3.2.3 Journal de bord des séances correspondantes.	276
3.3 Recueil des résultats à partir des entretiens individuels réalisées en fin du cycle de séances de danse-thérapie.	276
4. Synthèse et analyse des résultats.	277
4.1 Synthèse des résultats relative à la grille de l'Effort de R. Laban et aux tableaux d'observation du mouvement.	277
4.2 Synthèse et analyse des résultats à partir des dessins.	280
4.3 Synthèse et analyse des résultats à partir des verbatim.	282
4.4 Synthèse des résultats à partir de la corrélation des dessins, des verbatim et du journal de bord.	283
4.5 Synthèse et analyse des résultats à partir des entretiens.	286
4.5.1 Analyse de l'entretien individuel avec Katia.	286
4.5.2 Analyse de l'entretien individuel avec Claire.	291
4.5.3 Analyse de l'entretien individuel avec Maeva.	293
VI. Analyse des résultats et discussion.	295
1. Prologue.	295
1.1 La quête identitaire adolescente.	296
1.2 La question de l'introspection.	299
1.3 La question du contre-transfert.	303
1.4 Un protocole ajusté.	308
2. Les phantasia dans l'atelier de danse-thérapie, un levier de bénéfices thérapeutiques..	308
2.1 Développement des capacités corporelles et psychiques : la modification du facteur Flux et l'évolution du mouvement.	308

2.1.1 Développement de la palette expressive et individuation.....	311
2.1.2 Elaboration des capacités d'accordage relationnel.....	318
2.1.3 Flux, Poids et problématique de la violence.....	324
2.2 Déploiement des capacités d'expression des émotions et figuration des sensations : le mouvement, le dessin, les verbatim.	326
2.2.1 Des émergences qui voyagent d'une modalité à l'autre : le mouvement, sa trace dans le dessin, son écho verbal.	333
2.2.2 Dynamique transférentielle : la médialité comme support de la relation. Les émergences favorisent l'expression à autrui.....	343
2.3 Cheminement émersionologique : atténuer la perte de données du vivant au vécu grâce au rapport direct et inconscient des médiations.....	349
3. La phantasia à partir du holding de Winnicott : le besoin de contenance pour laisser émerger et activer le processus d'éveil.....	352
3.1 Le cadre, un élément essentiel du holding en danse-thérapie.....	363
3.1.1 Le setting, un dispositif cadrant.....	363
3.1.2 Un public en quête de limites.....	365
3.1.3 La nécessité d'un solide cadre interne.....	367
3.1.4 Un cadre institutionnel soutenant.....	370
3.2 La théorie du holding de D.W. Winnicott appliquée à la danse-thérapie.....	373
3.3 Le Moi-peau, une théorie de l'enveloppement en danse-thérapie.....	382
3.3.1 Carence du Moi-peau.....	384
3.4 La danse-thérapie comme accompagnement du sujet carencé.	386
3.5 Le travail de développement du Moi-peau et du holding comme condition de l'expérience des phantasia.	391
VII. Annexes.....	402
1. Verbatim, dessins et journal de bord des séances sélectionnées.....	402
2. Entretiens.....	469
3. Bilan danse-thérapeutique de Souane, Septembre à décembre 2018.....	484

4. Présentation de l'atelier de danse-thérapie aux familles ou responsables légaux des adolescentes.	486
5. Formulaire de consentement et d'assentiment anonymisés	487
6. Gaga Dictionary.	499
Bibliographie.....	500
Table des matières	518
Table des illustrations.	524

TABLE DES ILLUSTRATIONS.

Figure 1 : L'émersion de l'image mentale.....	145
Figure 3 : Les 3 plans de l'espace-corps.	180
Figure 4 : Représentation des différents plans du corps.	181
Figure 5 : Courbe de fréquence cardiaque corrélée à la modification corporelle.....	196
Figure 6 : Méthodologie du premier protocole de la recherche.	208
Tableau I : Méthodologie des données de la recherche du premier protocole.....	208
Figure 7 : Méthodologie du protocole ajusté de la recherche.	215
Tableau II : Méthodologie des données de la recherche du protocole ajusté.	215
Figure 8 : Fréquentation mensuelle du public aux séances de danse-thérapie.	219
Tableau III : Tableau de la fréquence de participation du public aux séances de danse-thérapie.	219
Figure 9 : Modèle de Diagramme de l'Effort.	249
Figure 10 : Diagramme de l'Effort de Katia. Début d'accompagnement en danse-thérapie, septembre 2018 à fin Janvier 2019.	251
Figure 11 : Diagramme de l'Effort de Katia. Fin d'accompagnement en danse-thérapie, fin Janvier à fin Juin 2019.	252
Figure 12 : Diagramme de l'Effort de Maeva. Début d'accompagnement en danse-thérapie, septembre 2018 à fin Janvier 2019.	253
Figure 13 : Diagramme de l'Effort de Maeva. En cours d'accompagnement en danse-thérapie, fin Janvier 2019 à Mai 2019.	254
Figure 14 : Diagramme de l'Effort de Maeva. Fin d'accompagnement en danse-thérapie, Mai 2019 à fin Juin 2019.	255
Figure 15 : Diagramme de l'Effort de Claire. Début d'accompagnement en danse-thérapie, Novembre 2019 à Avril 2019.....	256
Figure 16 : Diagramme de l'Effort de Claire. Fin d'accompagnement en danse-thérapie, Avril 2019 à fin Juin 2019.	257
Tableau IV : Evolution du Flux chez chaque participante au cours de la recherche.	258
Tableau V : Tableau synoptique des résultats d'observation du mouvement de Katia.	261
Tableau VI : Tableau synoptique des résultats d'observation du mouvement de Maeva.	263
Tableau VII : Tableau synoptique des résultats d'observation du mouvement de Claire.	267
Tableau VIII : Codage des thématiques élaborées en entretien par Katia.	288

Figure 17 : Mesure d'un médiateur en vue du développement de l'efficacité thérapeutique.	355
Figure 18 : La contenance en émersionologie.	398
Figure 19 : Emergence des phantasia dans l'éveil capacitaire activé par le facteur capacitant.	398