

ATELIER D'EXPRESSION CORPORELLE EN 5e S.E.S.

Parfois le matin, pour se mettre en vie, nous faisons danse sur les disques apportés par le groupe.

En début d'année il s'agit essentiellement d'une activité défoulante car la danse représente une situation d'amusement de groupe où l'on se contente de véhiculer les stéréotypes corporels. Il est difficile à ce stade de parler d'expression profonde du corps étant donné le conditionnement «danse» qui le maintient dans une robotisation, dans un couloir où l'individu perd son existence propre.

L'expression corporelle a pour but d'ouvrir le champ du corps afin de gagner le champ de la vie.

L'expression corporelle permet de conquérir le pouvoir de vivre, le pouvoir d'être écouté, tant la communication par le verbe est liée au corps.

Il est donc nécessaire d'aider le corps à s'affirmer afin d'épanouir l'initiative, la prise de responsabilité de l'être.

Au départ, il y a un blocage du groupe, chacun comprenant qu'il risque de se montrer aux autres dans ce qu'il désire cacher, dans son refoulement en quelque sorte.

Je permets dans un premier temps que chacun se défoule par la danse. Avant même, chacun peut rester en dehors, en voyeur. Cette première attitude risque d'être importante pour l'enfant qui en gardera un souvenir fort. Je danse devant le groupe sachant combien mon attitude risquera de diriger les enfants. C'est pourquoi, lors de cette première part du maître, j'essaie de corporaliser multidirectionnellement mon dire afin d'éviter les imitations, les fixations. Je ne cherche pas à privilégier telle forme d'expression corporelle ; j'associe aussi bien le twist à la valse, au jerk, à Béjart. Cela aidera l'enfant à se lancer.

Pendant longtemps le groupe véhicule ses stéréotypes, les normes sociales ou à danse on peut associer toutes sortes de défenses : le plaisir castré en quelque sorte.

Ces gens qui critiquent sévèrement les soi-disantes hystéries corporelles, lors de show musicaux télévisés, ne devraient-ils pas se prouver qu'ils sont masqués dans la société et qu'ils poussent — peut-être — leur hystérie corporelle dans leur vie privée. Doit-on se refuser d'être soi-même dans son corps, face aux autres ?

Pour aider le groupe, en plus de ma participation effective, je présente au groupe des exercices de déblocage afin qu'il ne subisse plus les processus de défoulement, mais qu'il les vive à certains instants. On ne doit pas se cacher, s'infirmiser, perdre sa motricité globale en maintenant son corps dans les stéréotypes. Le jerk est un moyen de sortir de ce ghetto.

Voici en quelque sorte l'axe du processus permettant à l'être d'authentifier son dire corporel :

SUBIR

rien ou la vie quotidienne (éducation corporelle)

stéréotypes subis

VIVRE

projection
expression corporelle

dire profond de l'être + défoulement stéréotype conservant son pouvoir de communication

Je pense ici aux cinq finalités de tout acte :

- Etude objective — possibilités physiologiques du corps.
- Etude subjective — sensualité du corps, recherche du plaisir.
- Communication — découverte des autres.
- Projection — sortir son caché, par le surmoi, son ça.
- Survie — certains peuvent travailler dans le spectacle.

Dans ces cinq lucarnes, je vais forcer la liberté de l'enfant en privilégiant (part, vie du maître, engagement) la projection communication. L'atelier danse dure une demi-heure environ. On en fait une ou deux fois par semaine, trois ou quatre parfois.

Le support musical est essentiel et influe directement sur le dire corporel.

Cependant nous travaillons également sans musique en exprimant aux autres, à soi-même un moment de sa vie, une pulsion de son être, un mot de son corps.

Dans une autre petite pièce à côté de la classe, chacun en fonction de l'organisation de son plan de travail individuel, peut faire de l'expression corporelle, du défoulement de danse, seul ou par petits groupes.

L'enfant note sur un cahier ses tâtonnements. Je l'aide à aller plus loin, à atteindre le bout de son corps. Il est très difficile de sortir l'enfant du geste stéréotypé qui désauthentifie sa communication. Il faut permettre au corps de se réaliser afin que la verbalisation d'un acte soit en relation avec le langage corporel (impact, association des gestes à la parole).

Seul l'enfant peut faire face à son dire avec plus d'expression de projection.

Dans le groupe, par le groupe, il grandira son langage corporel en conversant avec le groupe.

Je propose donc au groupe des exercices de déblocage corporel individuel ou de groupe pour équilibrer les instincts fondamentaux chez l'individu : temps individuel, temps de groupe. La diversification de sexe aide l'enfant à équilibrer son corps par des relations **sexuées**.

La communication passe par ce stade afin de se réaliser pleinement, totalement dans le dire corporel.

J'ai l'exemple d'anciens qui, habitués à évoluer librement l'an passé dans un groupe garçon ont eu beaucoup de mal à retrouver leur corps.

EXERCICES :

- Sauter accroupis, à pieds joints, à cloche-pied avec alternance.
- Les quatre membre au sol, suivre un rythme musical.
- Sur le dos, jouer avec les quatre membres.
- Danser lentement sur une musique rapide et inversement.
- Exprimer son sentiment avec le corps.
- Du stade ronde, on se dirige vers le centre, accrochant des mains au hasard. On essaye de débrouiller la structure en revenant en ronde.
- Chocs de groupe (sans chercher à se faire mal).
- Un camarade danse, invite un autre à le remplacer...
- On danse avec un rond de lumière, une ombre, un objet...

Par ces exercices, le corps habituel, mécanique devient corps personnel.

Il découvre un nouvel aspect des rapports humains car on est en présence de gens qui se démasquent.

La communication dans le groupe se développe, l'assurance corporelle agissant sur la verbalisation.

L'expression corporelle développe la prise d'initiative, de responsabilité dans le groupe.

Elle établit un nouveau climat de vie, détruisant les tabous, préjugés et complexes.

Le mouvement corporel dans le groupe-classe tend à authentifier les individus.

Au bout de huit mois de classe, bien que de nombreux blocages demeurent — en particulier chez les filles — le groupe vit son travail avec plus de vraisemblance. La classe est un atelier permanent d'aisance corporelle, de décontraction et cela influence sur le domaine des

acquisitions. L'enfant, en prise aux difficultés des mécanismes du langage arrive — dans une certaine mesure — à parfaire son dire. Il se sent moins prisonnier de ce monde.

Je pense que la reconquête de ces éléments de vie — langage, mathématiques, orthographe — ne peut se faire sans une présence d'un corps libéré, d'un corps en position de «pouvoir».

L'expression corporelle ne doit pas être réservée à une classe sociale. La libération de l'ouvrier, de l'homme, ne peut se faire sans une prise de pouvoir de son corps. La conquête politique suivra.

Il est donc nécessaire dans un projet d'école socialiste de démocratiser le pouvoir corporel en développant ce genre d'atelier dans nos classes.

(A suivre.)