

# Le Geste

Revue des professionnels  
de la danse-rythme-thérapie

# rythmé

n° 1  
2026



# Le Geste rythmé n° 1 – sommaire

**p. 4/** Application des recherches de Marcel Jousse à la danse-rythme-thérapie

par France Schott-Billmann

**p. 12/** The therapeutic value of the Feast in Dance Rhythm Therapy  
par Marianna Drakopoulou

**p. 16/** Un atelier d'Expression primitive auprès des personnes en situation d'exil  
par Marlène Warck



---

**Association DRT-I International**  
7, rue Daguerre  
75014 Paris  
Siren : 5350029000025  
**Comité de lecture :** Francesca Bruno,  
Marianna Drakopoulou, Virginie Gazon,  
Christelle Roche, France Schott-  
Billmann, Marlène Warck  
**Directrice de la publication :**  
Svetlana Panova

**Secrétariat de rédaction et maquette :**  
Virginie Gazon  
**Ont collaboré à ce numéro :**  
Marianna Drakopoulou, France  
Schott-Billmann et Marlène Warck  
**Illustrations :** Frédérique Fleisch

# Édito Un trésor à partager

**L'Atelier du geste rythmé**, fondé par France Schott-Billmann, forme des soignants, travailleurs sociaux, artistes... à l'Expression primitive, un puissant outil de danse-rythme-thérapie. Ces professionnels, parmi lesquels se comptent les membres du comité de lecture du *Geste rythmé*, exercent auprès de publics variés, que ce soit dans le cadre d'un accompagnement en neurologie ou en psychiatrie, dans un lieu d'accueil, de jeunes ou de moins jeunes (Ehpad), ou qu'ils touchent des personnes qui ont entamé de leur propre chef une recherche de mieux-être.

Regroupés au sein de l'association DRT-I, qui a essaimé en Grèce, en Italie, et plus récemment en Belgique, fondamentalement convaincus du potentiel transformateur de l'Expression primitive, ils éprouvent cette discipline au fil des rencontres, dans la diversité des patients qu'ils accueillent et des structures dans lesquelles ils interviennent, l'enrichissent, la transforment, bref, la font vivre grâce à leur passion et à leur engagement... De ce fait, ils sont dépositaires d'un trésor de pratiques, d'observations et d'analyse qui gagnerait sans conteste à être partagé, et même pensé en commun.

Il était temps de mettre à leur disposition un espace de confrontation de ces expériences ! En leur tendant dans ces pages un miroir de leurs pratiques, c'est même un véritable instrument de recherche que nous espérons leur offrir, apte également à faire dialoguer les disciplines, puisque ces médiateurs et danse-thérapeutes sont par ailleurs généralement spécialistes d'autres métiers du soin ou de l'art. Puisse la publication que nous inaugurons aujourd'hui participer à faire vivre cette communauté de praticiens !

Et c'est encore pour répondre à cette ambition que le présent avis aux lecteurs se veut aussi un appel à contributions : le comité de lecture attend d'ores et déjà vos écrits, qu'ils abordent les aspects théoriques de notre discipline ou se présentent sous la forme de vignettes cliniques, témoignages, etc., qui ne manqueront pas de faire évoluer cette revue dans sa forme et dans son contenu.

Le lecteur notera notre choix du bilinguisme. En effet, pour refléter la dimension internationale de l'association, nous offrons aux non-francophones la possibilité d'écrire en anglais. Que ceux qui ne sont pas à l'aise avec cette langue veuillent bien accepter nos excuses !

Place maintenant aux contributions. En introduction, France Schott-Billmann nous rappelle un certain nombre de notions auxquelles s'abreuve l'Expression primitive telles qu'elles ont été élaborées par l'anthropologue Marcel Jousse<sup>1</sup>. Ce premier numéro est aussi l'occasion d'analyser, avec Marianna Drakopoulou, l'aspect festif de la danse-rythme-thérapie puis, avec Marlène Warck, l'impact d'ateliers d'Expression primitive sur des personnes migrantes.

*Le comité de lecture*

1. *Anthropologie du geste*, 1974.

# Application des RECHERCHES de Marcel Jousse à la DANSE-RYTHME-THÉRAPIE

Certains des principes sur lesquels se fonde l'Expression primitive sont très proches de notions élaborées par l'auteur de *L'Anthropologie du geste*, disparu en 1962. Des découvertes récentes, dans le domaine des neurosciences notamment, démontrent leur intérêt thérapeutique. Illustration avec des patients Parkinson et des élèves « dys ».

**L**es travaux de Marcel Jousse sont une de nos références en danse-rythme-thérapie, dont la médiation est l'Expression primitive, une danse créée par le chorégraphe haïtien Hems Duplan à partir des danses traditionnelles de son pays, fondées, comme partout, sur les caractéristiques du style oral mises en évidence par Marcel Jousse: le « mimisme », le « bilatéralisme » et le « formulisme ». Aujourd'hui, on redécouvre scientifiquement l'intérêt thérapeutique de ces principes que nous avons soigneusement conservés en danse-rythme-thérapie. Un petit rappel de la définition de la santé selon l'OMS: non pas l'absence de maladie, mais un état de bien-être dû à une satisfaction globale des besoins des différents registres qui constituent l'être humain: le corps, le lien social et l'esprit. Une thérapie efficace doit donc agir à ces différents niveaux.

## Le mimisme et le rejeu

« *L'homme est le plus mimeur des animaux* », disait Aristote. L'extérieur s'imprime en lui et il ne peut pas s'empêcher de le rejouer spontanément.

– **Le plaisir d'imiter** active dans le cerveau le circuit de la récompense, qui sécrète un véritable cocktail d'hormones bénéfiques: la dopamine pour le plaisir et la motivation, la sérotonine pour l'apaisement, les endorphines contre la douleur, l'ocytocine pour l'empathie, etc.

– La capacité mimique a aussi démontré son effet sur le lien social. Voir danser nous fait danser corporellement, mais aussi intérieurement, comme l'a montré la découverte des neurones miroirs: quelqu'un qui bâille nous fait bâiller, et quelqu'un qui pleure nous rend triste parce que les neurones moteurs sont reliés aux réseaux émotionnels. Le mimisme est une contagion émotionnelle: il fonde l'empathie, donc l'être-ensemble et les liens sociaux.

– **Le mimisme** agit aussi au niveau de l'esprit. Rejouer ce que l'on nous montre est la base de tous les apprentissages, et pas seulement du corps, mais aussi de l'esprit: les concepts abstraits sont mieux intégrés dans le cerveau si le corps y participe: si l'on propose à des étudiants de rejouer les mouvements des molécules ou des planètes pour mieux visualiser leurs interactions, cela augmente leurs performances « académiques ».

– **Sur le plan thérapeutique**, on a montré que l'apprentissage des gestes dansés est plus efficace qu'une simple activité physique sur la mémoire et la concentration parce qu'il y a de l'apprentissage, donc du mimisme et du rejeu.

## Le balancement et le rythme

« *L'homme est un être à deux battants* », disait Jousse. C'est vrai dans l'espace, car son corps est symétrique, fait de deux hémicorps, et c'est vrai dans le temps, car son souffle va et vient entre un temps d'inspiration et un temps d'expiration. L'être humain, ce « mimeur », va rejouer ses deux battants: il distribue symétriquement ses mouvements en les faisant balancer rythmiquement. Le mimeur est donc tout naturellement un danseur. Le balancement est le rejeu de l'homme qui se rejoue lui-même et structure ainsi en même temps l'espace et le temps. C'est le rythme naturel, anthropologique, le rythme premier, primitif, qui balance les gestes de rejeu en les répétant à l'envi dans les trois plans de l'espace: droite-gauche, haut-bas et avant-arrière; aussi bien dans l'expression gestuelle que dans l'expression orale. Il est particulièrement net dans la culture enfantine:

« 1, 2, 3 / nous irons au bois,  
4, 5, 6 / cueillir des cerises,  
7, 8, 9 / dans mon panier neuf,  
10, 11, 12 / elles seront toutes rouges. »

– **Au niveau du corps**, le balancement permet de sentir la verticalité, l'axe, l'équilibre et l'enracinement. Il améliore le tonus musculaire, la force, la coordination et stimule toutes les fonctions. Sa répétition agit comme une rééducation en permettant chaque fois d'aller un peu plus loin dans le mouvement.

– **Au niveau social**, l'effet d'empathie se perçoit particulièrement lorsqu'on danse en groupe, et surtout si les danseurs font les mêmes mouvements en même temps. Danser en synchronie fait tomber les barrières entre les gens. On le remarque aussi chez les chanteurs des chorales. Balancer tous ensemble induit un état particulier de conscience, un état second, une sorte de transe que les chercheurs

appellent « *to be in the zone* ». Les danseurs ne sont plus des individus isolés mais forment une seule entité, le groupe auquel ils sont unis par un sentiment d'appartenance. L'empathie peut atteindre un degré surprenant: des expériences faites à Harvard ont montré que l'on porte sur des criminels des jugements moins sévères si l'on a dansé avec eux des mouvements synchrones.

– **Au niveau de l'esprit**, la synchronie favorise les aptitudes cognitives: attention, concentration, mémoire... Tout le monde sait que se balancer en récitant une poésie, une table de multiplication ou un texte sacré permet de les mémoriser. La danse rythmée améliore la mémoire, l'attention, les fonctions exécutives (organisation, planification...) et le traitement visuospatial.

## Le formulisme

Nous utilisons en danse-rythme-thérapie le balancement et la poésie comme supports d'expression pour créer de petits quatrains que nous appelons « raps ». Dans le plaisir de faire balancer des phrases et rimer des mots peuvent se dire bien des choses... Des choses toutes simples:

« *Hé bien moi / je vais danser,  
Maman dit / qu'ça va m'soigner,  
Mais j'y vais pour m'éclater,  
Et d'aut'z amis rencontrer.* »

Ou plus complexes et intimes... Mais là, nous aborderions d'autres aspects de la danse-rythme-thérapie qui ne sont pas le propos aujourd'hui. En conclusion, je dirais qu'avec son analyse anthropologique très concrète des gestes rythmés de l'oralité chez les paysans et les enfants comme dans l'art et les textes sacrés Marcel Jousse complète admirablement les concepts théoriques des sciences humaines d'aujourd'hui. Nous avons la chance d'expérimenter « en vrai » dans le laboratoire vivant de l'Expression primitive. Cela nous permet de redécouvrir au niveau physique, social, mental et thérapeutique ce que les anciens savaient par expérience, et qui peut se démontrer scientifiquement aujourd'hui: les

innombrables et profonds effets du rythme anthropologique, celui qui rejoue le cœur et le souffle, et nous fait exister à tous les niveaux de notre être.

## Deux exemples de danse-rythme-thérapie

Même si l'Expression primitive, du fait qu'elle agit sur tous les registres qui constituent l'être humain, fait du bien à tout le monde, ce qui justifie des cours « tout public », on peut l'adapter plus précisément à certaines pathologies. Ses applications sont multiples, aussi bien en médecine générale qu'en psychiatrie, mais nous en avons choisi deux à titre d'exemples de thérapies neurocognitives.

**1. Les maladies neurodégénératives.** De plus en plus d'études scientifiques révèlent les effets étonnants de la danse sur les maladies neurodégénératives comme la maladie d'Alzheimer ou la maladie de Parkinson. Les chercheurs ont observé que la motivation pour danser est plus forte que pour faire une séance d'exercices, pour trois raisons : le sentiment de se réapproprier son corps, la joie de partager une activité sociale et la rythmicité des actions. Des études en imagerie cérébrale montrent que suivre le rythme de la musique (ou même d'un simple métronome) active des structures clés du cerveau : les aires motrices, les ganglions de la base et le cervelet, régions impliquées dans la maladie de Parkinson. Il existe actuellement à l'hôpital de la Salpêtrière, à Paris, une activité de danse-rythme-thérapie dite Parkidanse, pour personnes atteintes de la maladie de Parkinson, conduite par la chorégraphe et danse-rythme-thérapeute Svetlana Panova.

**2. L'instabilité et les troubles cognitifs.** Une autre application de la danse-rythme-thérapie se déroule actuellement au lycée La Trinité, à Neuilly-sur-Seine. Une enseignante de SVT, Émilie Catala, pratique l'Expression primitive avec des enfants « dys » (dyslexiques, dyspraxiques, dysphasiques, dyscalculiques, dysgraphiques), d'autres atteints de TDAH (trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité) et d'autres de certaines formes d'au-

tisme. Leur point commun est un trouble du neuro-développement qui se traduit par des défauts dans certaines connexions neuronales, comme le montre l'imagerie cérébrale. Or, les différentes zones du cerveau ont chacune leur fonction et doivent se coordonner, donc synchroniser le rythme de leurs oscillations. Ce que l'on peut obtenir par des exercices de danse rythmée. Des expériences ont montré que les ondes cérébrales se synchronisent avec celles de la musique. Certains enfants dyslexiques ou TDAH ont aussi des difficultés à aider et à interagir avec autrui. Là encore, l'Expression primitive, construite sur le jeu et le balancement comme supports de relations ludiques entre les participants, décline de multiples façons les occasions d'interagir.

*France Schott-Billmann*

**France Schott-Billmann** est psychanalyste et danse-thérapeute. Elle enseigne la danse-thérapie dans plusieurs universités et au sein de l'Atelier du geste rythmé, qu'elle a créé. Elle anime en outre des formations dans le monde entier.

## BIBLIOGRAPHIE

- Willy Bakeroot, *Musicothérapie active*, Dunod, 2021
- Marcel Jousse, *Anthropologie du geste*, Gallimard, 1974
- Pierre Lemarquais, *Les Pouvoirs de la musique*, Odile Jacob, 2021
- France Schott-Billmann, *Quand la danse guérit*, Le Courrier du livre, 2012
- Lucy Vincent, *Faites danser votre cerveau*, Odile Jacob, 2018

## The THERAPEUTIC value of the FEAST in dance-rhythm-therapy

This study explores the beneficial effects of the Feast on both individuals and society, examining how its characteristics can be integrated into dance-rhythm-therapy through Primitive Expression. It investigates the connection between the structural and symbolic elements of the theory of the Feast and psychoanalytic theory, and how these elements can be applied within therapeutic practice. The study argues that the theory of the Feast can enrich the psychosocial clinical model, particularly in the field of substance addiction prevention. Dance-rhythm-therapy grounded in this theoretical framework was implemented in interventions aimed at preventing substance addiction among adolescents and families.

**T**he feast is a special occasion or period of social celebration, involving a ritual, music, dancing and most of the times the use of masquerade. It is a joyfull moment that interrupts the rhythm of the everyday life. The Feast, as defined in the studies of Bakhtin<sup>1</sup>, describes a moment of social transcendence, based on the Carnival. During that time, human bonding is enriched by the inversion of social hierarchies. In his theory of the Feast, Roger Caillois<sup>2</sup> describes it as “*a moment of exaggeration and razzle..., you have to give the whole of your soul. This is the law of the feast*” (p. 66). In our study, the word Feast is used when referring to similar celebrations of human societies throughout the centuries.

In order to study its beneficial effects not only to the society but also to the therapeutic process through danse-rythme-therapy (DRT), we firstly have to dissociate it from the Feast of a dogmatic official culture, as characterized by Bakhtin<sup>3</sup>. In that context, the Feast has a superficial character; it is

empty of meaning and serves the values of consumerism and individualism as well as the dominant socio-political power. This type of the Feast may include a gathering of people, probably a banal event, a prudish ceremony or maybe a happy occasion. It may also be a state of excess that doesn't propose any new meaning of the world, but only leads its participants into an “*abstract eternity*”<sup>4</sup>.

On the opposite side, one may find another type of the Feast, one that is identified by the personal and collective history as a multidimensional experience, a moment of exultation and reconnection of the individual with himself and with the Other. In his study, Roger Caillois (p.11) characterizes it as ‘sacred’, meaning something that is distinct, that is ‘out of place’ or ‘beyond’. It means that it complies with different rules that oppose to the ones of the everyday life.

So, if we assume that everyday life is based on the rules of order, law, social stratification, production, logic, civilization or as stated by Bataille<sup>5</sup> on “*verticality*”, then the Feast is based on the rules of excep-

tion, excess, opposition, transcendence and, according to Bataille, on the “*horizontal organization*”.

The Feast is subjected to periodicity because it is recurring based on a circle e.g. once a year. It may last in time, by dying and being reborn in a perpetually repeated circle, or it may occur one time and cease. This circular reappearance brings each time back to memory the occasion it happens for, making it an important recollection and as a consequence a powerful signifier. It refers to an event that is rescued from oblivion and takes form through its celebration.

Nevertheless, the Feast is always related to what the participants call “*authority*”, bringing out what in this specific context is considered as “*offending*”. Therefore, two of its basic functions are the disruption of normal social structure and the overthrow of familiar authority. Both of these functions can be found in Bakhtin's Carnival<sup>6</sup> where the king's uncrowning happens, leading to the inversion of roles: the uncrowned king becomes a slave. In that context, Carnival has been considered by the history to be a form of criticism and a threat to the entities of socio-political power, noticing that it reveals the society's problematic points.

Despite the fact that the Feast expresses what is considered to be offending, it doesn't amount to chaos, because it follows a ritual that creates an inner structure. If this structure ceases to exist then the Feast risks of losing its meaning of existence. This meaning is, in fact, a significant social tale.

The Feast is an invitation for the people of society to come to community and meet under different circumstances where, if the conditions are favorable, they will have a chance to experience transcendence. Thus, a function crucial to the cohesion of the society is carried out: the reinforcement of social bonds and the motivation for developing a social identity.

### Applying the study of the Feast in DRT from a psychoanalytic point of view

The experience of the Feast in traditional societies can be an inspiration and can be applied in the therapeutic process of DRT through Primitive Expres-

sion. In order to achieve this, one can expand the psychoanalytic approach with anthropological studies and form a model of therapeutic intervention using art. This model will be sensitive in its occurring environment but also empowered by the ancient wisdom of peoples, directly associating mental health with social factors. In clinical practice, the dance therapist, depending on his goal, leads the group to a collective experience, respective to the one of the Feast, and utilizes its components therapeutically: contradictions, meeting of the human and divine dimensions, symbolism, masquerade, the ritual, the sacrifice and the folly, social bonding and polyphonie.

The Feast – as well as the psyche – is based on contradictions. Based on Rabelais's work, Bakhtin<sup>7</sup> distinguishes multiple types of dualism forming the public celebrations from Middle ages to the Renaissance: birth and death, youth and old age, king and slave, top and bottom, front and rear, compliment and curse. In the Feast of Fools (in french “*Fête des fous*”), that was celebrated in cities of France until the 18th century<sup>8</sup>, the conflicting couples of opposites appear mostly in the form of social roles. In the feasts of Romans<sup>9</sup> the couples of opposites may be related with male and female, the Upper world and the Underworld, the visible and the invisible. In any case, the principal couple of opposites is the one of the World of Severity and the World of Satire, where, as Nietzsche<sup>10</sup> points out, the Dionysian principals coexist with the Apollonians; exaggeration, intoxication and transcendence coexist with the spirit of bright thoughts, moderation and serenity.

In DRT, the symbolic dance of couples of opposites has therapeutic effects on the individual, introducing it to a perpetual circular dance. This experiential approach gives form to the existence of dualism in the neurotic subject, who, after being pierced by his own deletion<sup>11</sup>, is being introduced to the symbolic world and in the same time to an eternal conflict ‘between the two’: want/must, life/death, love/hate, laugh/cry, light/dark, presence/absence. During the therapeutic process the individual acknowledges the importance of accepting the balanced coexistence of both poles and the inevitable element of its division.

The human and divine dimension of the subject are meeting through the co-occurrence of God and Human in the Feast: the Pope at the Feast of Fools represents the divine substance of human that invites him to connect spiritually with his transcendental nature, while slaves represent the human substance that has passions, animal instincts and attraction toward 'the forbidden'. In the Mysteries of ancient Greece, God Dionysus symbolizes the transformation that a man goes through, in order to meet both the God and the Human within him.

In DRT, the subject 'is meeting with the God within him' through the experience of transcendence. On a therapeutic level, the transcendence takes place when a subject mentally moves away from the motive that generates a symptom and invokes his psychological tools in order to experience the revival of a new self.

The disguising of the Feast is pointing to the mental masquerade through the mechanisms of the unconscious<sup>12</sup>. During a Feast, nothing is ever presented in a realistic way, on the contrary, everything is "played as theater", occurring as a game. In psychoanalysis, the unconscious is in discourse with the conscious through its own process of masquerade: the unconscious mental processes are masked as symbols in dreams, the mental conflicts are masked by the symbolism of a symptom, the unconscious is formed with language that consists of words-symbols<sup>13</sup>.

In DRT, the symbolism is used therapeutically as it creates a "transitional space"<sup>14</sup>, where the subject can cope with his experiences in a context of safety. In there, the symbols revoke memories from the personal and collective history, both conscious and unconscious, giving to the subject the chance to be the artistic creator of his therapeutic path.

Through this ritual, the Feast provides the participant with access to transubstantiation, without posing a threat to him or the group. Parts of the ritual are the preparation, which symbolically introduces the participants into the time of the Feast, the main event and the closure, which signifies the exit from the time of the Feast and the entering into the real time. The ritual evaluates the stages through which someone has to pass in order to achieve a transforming process. It also reminds us the importance of

the frame: experiences that are lived by the participants as part of the ritual are full of meaning and respect. Bataille<sup>15</sup> emphasizes that only in the context of a ritual -and never out of it- may the members of a tribe violate a governing totemic principle that is normally forbidden. This violation has a respectful meaning and acts beneficially, while out of this context it could endanger the social fabric.

The ritual in DRT also offers a safety frame, because within it, we may determine the time and space where the therapeutic process takes place. Furthermore, the ritual may include meanings and experiences that out of this frame would seem unbearable. Finally, it reminds us that there are stages -we could say small rituals- that our psyche must go through in order to achieve 'catharsis'<sup>16</sup>.

The sacrifice, symbolic or by executing an animal<sup>17</sup>, is the stage of the Feast that aims to the purification of the individual from everything tormenting him – desire, fear and guilt<sup>18</sup>. During sacrifice, the subject loses something he owns, he gives away a part of him or loses any prior right he had on it. Through this process, the order of the World is re-established, it is offered as a Part to preserve the Whole. "A transformation follows the sacrifice", states Cassirer, "give me and I'll give you back, offer me a sacrifice and I will offer you a sacrifice" (p. 224). Through this reciprocation, human and God are united by a discussion of shared meaning. Under this scope, human depends on God while at the same time God depends on human: God lays within the power of man!

In DRT, the sacrifice takes place when the subject experiences the frustration that he imposes on himself "as subject" in the Law of the Other<sup>19</sup>: the rhythm, the civilization, the humanization. The mental order is re-established: one part of the pleasure is lost – the pleasure of the symptom – in order to maintain the whole, which is the psyche, coherent and healthy. Subsequently, a transformation occurs: man becomes God and undertakes himself his own responsibility – determination.

The Feast is also built on the concept of folly: exaggeration, paroxysm and excitement. Laughter, humor and satire take turns with order, puritanism and regularity. According to Bakhtin, the laughter

during the Carnival is not an abstract, mocking process but a rejoicing laughter of man's second nature: the laughter of a nature that cannot be expressed through the official social culture<sup>20</sup>.

The folly in the therapeutic process of DRT is driving the subject into multiple transformations. It simulates the attempt of the unconscious to overwrite the restraints of consciousness and find a way to access the forbidden. Consequently, when DRT takes place in a festive context, it uses therapeutically laughter and joy making them both tools of a serious process.

At the same time, Bataille declares that laughter has a destabilization power<sup>21</sup>. During the therapeutic process, this power invites the subject to experience a shock of the foundations of his psychological defense mechanisms. This process will help him surpass the limits of his 'comfort zone'. The festive mood, within the safety of a therapeutic structure, offers an ecstatic experience that leaves space for the development of a 'revolutionary'<sup>22</sup> and liberating self.

On a social level, the Feast is a precious experience, as it strengthens the social bonds between the members of a society. If a Feast achieves Bataille's horizontal organization, we may consider it to favor the existence of equality, as it assists all members of the local society to participate, regardless of their origine, social status or age. It promotes freedom, as it practically teaches the need of liberation from any suppressed impulses, while it preserves the limitations provided by the ritual. Solidarity is also developing, since the structure of the Feast is being protected by all the participants: preserving the cohesion becomes a benefit that is common to all and protecting the cohesion is a common mission. The authentic Feast boosts the social skills of the members of a society, it teaches them their human rights<sup>23</sup>, it makes good and creative use of differentiation and it ultimately suggests a way in which the person and the group function in balance, without either one of the two having to be eradicated.

Durkheim, as Feyer<sup>24</sup> notices, explains that social cohesion loosens when the personal interests of people become more important than the collective ones. People accept two forces: the ones that separate them and the ones that urge them to be social. In

order for a society to survive, the social side needs to be stimulated. He also believes that what keeps a society alive is its ability to create a collective joyful experience, where, everything that connects people emerges effortlessly.

DRT is inspired of this wisdom: the participants meet for an important procedure, they all accept a common rhythm, they respect the others and the Other, they reconnect with their social identity, they behave in a democratic way in order to keep the group alive. Finally, the members of the group turn into a living organism, with internal cohesion, which is more than just the sum of its parts.

In these groups, whether they may be feasting societies or DRT groups, what eventually triumphs, is polyphony. In psychoanalysis, polyphony appears when the subject of the analysis meets the analyzer. It also appears in the interaction between the multiple inner voices of the subject (Ego, Super-ego, Id, Voices of main signifiers, Voices of models of identification or differentiation). In DRT, polyphony is caused by the meeting of various rhythms, by the vocal and kinesiological symbolic dialogues, and by the meeting of the subject with the signifiers that arise.

Finally, what helps a Feast survive in time is the revelation of a meaning. This deeper meaning helps it die and be reborn in its repeatability. In psychoanalysis, discovering the meaning is found during the transition a subject makes from unconscious to conscious. In DRT, the meaning celebrates its presence at the point where the dancer dies and is being reborn in his endless move, each time more present, more beautiful, more brave.

## Applying the study of the Feast in DRT in order to prevent addictions

The current study on the Theory of the Feast was combined with the Social Ecology Model in order to prevent the addiction to substances through applying DRT in the following prevention interventions: 1. in experiential teenage workshops that aimed to prevent addiction to substances and 2. in parental workshops that aimed to prevent the substance addiction in the family. They both were imple-

mented in the Center of Prevention of Addictions in Eastern Thessaloniki, Greece.

The Social Ecology Model in the scientific field of addictions was developed by Hawkins & Weiss<sup>25</sup> and Kumpfer & Tuner<sup>26</sup>. It suggests that effective prevention tactics must include elements that improve the triptych “*Individual-Familiar and Social Environment-Relationships with people of the same age*”.

Risk factors that are identified in these variables may lead to the use of substances and the appearance of behaviors such as aggressiveness. They render the individual more vulnerable and increase the chances of the individual’s actions to have consequences under certain circumstances. On the other hand, we consider protective factors to be the factors that reduce or eliminate the likelihood of occurrences of behaviors, choices and problems related to substance use.

Personal characteristics function as protective factors for the individual. Such can be: problem management and goal setting abilities, self-esteem, reduced impulsiveness, adaptability, flexibility, the development of spirituality and others. On a social level, protective factors seem to be: communication skills, existence of a social network that exudes security, ability to create emotional relationships, a sense of belonging to a group and to society and acceptance of diversities. In a few words, the sense that someone is loved, secure, individually and collectively accepted seems to be of utmost importance.

## The intervention of preventing substance addiction in adolescents

The aim of this intervention was to use DRT in the spectrum of the Theory of the Feast, as a medium to prevent substance addiction. The special goals of these sessions, based on the needs of this group, were: the communication among teenagers and with adults, the difficulties in relationships with the other sex, the aggressivity and the non-expressed conflicts within the person and the group, the catastrophic canalization of emotions (violence, drug use, dangerous sexual behaviors), the influence of governing social stereotypes and the difficulty to resist to the pressure for uniformity.

The intervention took place in an 11th grade classroom, which consisted of 25 16-17 year old students. It was applied by the classroom’s teacher, within the school curriculum and under the scientific supervision of the intervention’s prevention leader-dance therapist. The intervention lasted 5 months in total and 10 two-hour workshops took place, twice per month.

It was evaluated 1. by the teacher who applied it in the classroom, in the end of each DRT session and in the end of the total intervention. The teacher was filling out an evaluation sheet given by the supervisor. 2. By the group of adolescents to which the teacher applied the method in the end of the total intervention and finally 3. by the supervisor during the meetings of supervision with the teacher, in the end of each DRT session and in the end of the total intervention.

From the results of the evaluation we concluded that some protective factors for substance use prevention were reinforced and that they referred to all three dimensions of the triptych of the Social Ecology Model. They are presented as follows:

**1.** The experience of the ‘festive’ DRT workshops functioned as an interruption of the everyday life in school, which, according to the students’ testimonies, seems to be based on the principles of Bataille’s verticality: the law of production and antagonism in school performances, the stratification in ‘good’ and ‘bad’ students, in older and younger, in stronger and weaker, the lack of a deeper interest in the other, the lack of authentic communication, the isolation. The theory of the Feast proposed a different way of coexisting in school, according to the horizontal organization.

**2.** What happened during the workshops was a collective experience, different from the one of the parties, where the passage from the group to the person and the “*feeling of scattering*” dominates. The positive alternative that was offered to the teenagers as a benefit was that a group of people of the same age became a joyfull and in the same time supportive and affective network for each one of them.

**3.** Some social skills of the participants were boosted: respecting each other and the team, approving of the rhythm and the ritual as a limitation, expression of emotions such as anger, sadness and anxiety, developing empathy, creative expression of

conflicts and aggressivity between the participants, cooperation, feeling of equality among them in the human level, strengthening of social bonding in the group and acceptance of each other’s differences.

**4.** By using symbolism, masquerade and artistic creation, we considered that a safe transitional space was created, in which some mental skills of the individuals were boosted: fantasy, experimentation, spiritual enlargement, dreaming, self-confidence.

**5.** Experiencing the Feast through DRT was a creative alternative to western societies’ parties, which correlate to substance use. The teenagers, during workshops, went through an experience, which caused them euphoric and transcendent feelings, similar to the ones caused by substances. This functioned as healthy counterbalance to substance use at parties, which are characterized by consumption and exclusive serving of the senses.

**6.** The use of substances was acknowledged to be a ritual on its own, consisting of various smaller rituals. When young people meet and substance use occurs, that is part of a ritual. We noticed that when applying DRT in that context, a strong protective factor was reinforced: it suggested the replacement of the pathogenic usage ritual with the DRT ritual. In this way, it aimed to suggest a counterbalancing signifier chain to the user’s existing ‘usage ritual-intoxication-transcendence’ chain: ‘The Feast ritual in DRT-intoxication through dancing, rhythm, collectivity-transcendence’.

## The intervention of preventing domestic substance addiction

The basic aim of the parental group, in which this method was applied to, was to prevent substance addiction. The theme of each session arose from the needs of the group. These aimed to: improve the communication in the family, the effective limitations, the expression and the management of feelings without denying or excluding some of them, the prevention of violence (verbal, emotional, physical, social) in the family, the creative conflict resolution, the reinforcement of personal and social skills of the parents in order to create a positive family

environment, the prevention of substance use of adults in the family.

The interventions consisted of twenty 2-hour experiential workshops that happened weekly. During the sessions, we worked by combining the DRT method with other techniques, such as drama therapy, video projections, art, role playing games. The theory of the Feast, as it was presented here, enriched the process, by asking the following questions:

– What does the modern family consider ‘a celebration’?

– What beneficial effects would a repeated cyclical celebration experience have on the family, concerning the reinforcement of the protective factors of prevention of addictions?

– How can a celebration strengthen the bond between the family members?

In the beginning of the parental group we noted that what modern families experience as celebrations, are the circumstances that do not approach the Feast that this study suggests. In particular, the celebrations that the parents mentioned meant the continuity of everyday life because: they did not work as ‘stops’ in regular time, they did not present any couples of opposites (world of logic/world of satir), the vertical organization of the family’s relationships was not challenged, there was no time for playing or laughing. These celebrations did not bring about transformations, they did not cause joy and enthusiasm and mostly they had no meaning for the life of the family, but to serve dominant social stereotypes.

According to this remark, the theory of the Feast in DRT sessions pointed out that:

**1.** Regularly, entering the family in the state of a Feast, was considered as a protective preventive factor because: it encouraged all members to take responsibility as it reinforced the horizontal organization, it promoted equality and solidarity, it created a space of acceptance of diversity and each individual’s uniqueness.

**2.** The celebration in the family was beneficial for the cohesion and the sustainability of this micro-society<sup>27</sup>. It strengthened the bond between the family’s members, it allowed any prohibited impulses to be channeled in a safe environment created by the res-

pect to the rhythm and the ritual, it offered moments of joy, it released the stress of adults.

3. While the Feast invites a society to not forget a deep meaning, the family celebration invites each family to remember her own meaning or find new meanings where the old ones do not apply; to allow itself to adapt and transform into something that is meaningful and loved by all of its members.

## Conclusion

The current study aimed at establishing the effectiveness of the DRT method, as it is being enriched by anthropological and psychoanalytical thinking but also by the modern psychosocial models of preventing addictions. The theory of The Feast reveals an ancient knowledge of this world's societies around therapy and prevention, which could maybe invite modern societies to self-examination. In this study, DRT might be presenting itself as a bridge between the past and the future.

*Marianna Drakopoulou*

1. Georgia Farinou-Malamatari, « Bakhtin's Rabelais, Carnival and the Novel » (review article), *The Books Journal*, 82, Nov. 2017, p. 74.

2. Roger Caillois, *L'Homme et le Sacré*, Gallimard, 2015.

3. *Op. cit.*, p. 77.

4. Philippe Muray, *Après l'histoire*, Gallimard, 2007, p. 127.

5. Vertical, according to Bataille, is the structure of the modern society that creates forms of power based on the "vertical axis": vertical architecture is used as indication of dominance, a distinction between the members of society that are "above" and "below" or otherwise between individuals of "high" and "low" ranking. This verticality is also referred to as a way of thinking when it describes rigidity and "stiffness" as symbols of social stratification, architecture and thinking motives related to power and hierarchy in the practice of "relating". As described by Bataille, the horizontal organization is the Nested circle where there are no people "above" and "below". During the time of carnival everyone is equal, stereotypes of power are overridden. In this condition, human rights, solidarity and sharing dominate (Juliette Feyel, «The Resurgence of the Sacred in Georges Bataille's Contribution to Documents (1929-1930) », *Silène*, 2010, p. 11).

6. Mikhail Bakhtin, *Rabelais and His World*, Indiana University Press, 1984, p. 197.

7. *Op. cit.*, p. 199-201.

8. Harvey Cox, *The Feast of Fools. A theological essay on festivity and fantasy*, Harvard University Press, 1969.

9. Emmanuel Le Roy Ladurie, *Le Carnaval de Romans*, Gallimard, 1979.

10. Friedrich Nietzsche, *The Birth of Tragedy or Hellenism and Pessimism*, Estia, 2009, p. 24-25, p. 98-100.

11. Jacques Lacan, *Seminar III: The Psychoses*, Psychogios, 2015, p. 82, 226-229.

12. Sigmund Freud, *Little Hans. Analysis of a Phobia in a Five-Year-Old Boy*, Epicouros, 1992, p. 27, et *Three Case Histories*, Epicouros, 1995, p. 147.

13. Jacques Lacan, *op. cit.*, p.132-133.

14. Donald W. Winnicott, *Playing and Reality*, Routledge Publications, 1997, p. 50-51.

15. Juliette Feyel, *op. cit.*, p. 7.

16. Catharsis occurs in art therapy in the aristotelic point of view: the subject goes through an unbearable situation (unconscious conflict) in order to experience transubstantiation. It gives him the feeling of purification and euphoria (France Schott-Billmann, *Quand la danse guérit*, Le courrier du livre, 2012).

17. There are societies that preserve until today practices of executing animal sacrifice although modern laws tend to prohibit such actions.

18. Ernst Cassirer, *The Philosophy of symbolic forms*, vol. 2. *Mythical Thought*, Oxford University Press, 1951, p. 227.

19. According to Lacan, man is turned into a Subject when, through his own deletion, starts being subjected to the Law of the Other which is the civilization and humanization. At this moment he mentally abandons every absolute power as well as the fixation to fusion (Jacques Lacan, *op. cit.*, p. 82).

20. Farinou-Malamatari, *op. cit.*, p. 74, p. 78.

21. Juliette Feyel, *op. cit.*, p. 14.

22. In this psychoanalytic theory, the revolutionary self is the one liberating the subject from the dominant power of his symptom.

23. France Schott-Billmann, « Les droits de l'homme dans les danses populaires », *Insistance*, n° 4, 2010, p. 6, p. 9-10.

24. *Op. cit.*, p. 7.

25. J. David Hawkins & Joseph G. Weiss, « The social development model: An integrated approach to delinquency prevention », *Journal of Primary Prevention*, vol. 6, 1985.

26. Karol L. Kumpfer & Charles W. Turner, « The social ecology model of adolescent substance abuse: Implications for prevention », *International Journal of the Addictions*, vol. 25, 1990.

27. As Durkheim implied, the Feasts of society work as small releases of tensions that are caused by everyday life's prohibitions, without them threatening the society's tissue.

**Marianna Drakopoulou** is clinical psychologist, master of research in clinical psychology-psychopathology, psychoanalyst, dance rhythm therapist and responsible of DRLST Education in Northern Greece.

## BIBLIOGRAPHY

- Mikhail Bakhtin, *Rabelais and His World*, Indiana University Press, 1984

- Roger Caillois, *L'Homme et le Sacré*, Gallimard, 2015

- Ernst Cassirer, *The Philosophy of symbolic forms*, vol. 2 *Mythical Thought*, Oxford University Press, 1951

- Harvey Cox, *The Feast of Fools. A theological essay on festivity and fantasy*, Harvard University Press, 1969

- Georgia Farinou-Malamatari, « Bakhtin's Rabelais, Carnival and the Novel » (review article), *The Books Journal*, 82, nov. 2017

- Juliette Feyel, «The Resurgence of the Sacred in Georges Bataille's Contribution to Documents (1929-1930) », *Silène*, 2010 ([https://archives.revue-silene.com/images/30/extrait\\_109.pdf](https://archives.revue-silene.com/images/30/extrait_109.pdf))

- Sigmund Freud, *Little Hans. Analysis of a Phobia in a Five-Year-Old Boy*, Epicouros, 1992

- Sigmund Freud, *Three Case Histories*, Epicouros, 1995

- Zirignon Grobli, *L'Art-thérapie et l'Initiation africaine*, Cycas, 2007

- J. David Hawkins & Joseph G. Weiss, « The social development model: An integrated approach to delinquency prevention », *Journal of Primary Prevention*, vol. 6, 1985

- Karol L. Kumpfer & Charles W. Turner « The social ecology model of adolescent substance abuse: Implications for prevention », *International Journal of the Addictions*, vol. 25, 1990

- Jacques Lacan, *Seminar III: The Psychoses*, Psychogios, 2015

- Emmanuel Le Roy Ladurie, *Le Carnaval de Romans*, Gallimard, 1979

- Marcel Mauss, « Les Techniques du corps », *Journal de psychologie*, XXXII, avril 1936

- Philippe Muray, *Après l'histoire*, Gallimard, 2007

- Friedrich Nietzsche, *The Birth of Tragedy or Hellenism and Pessimism*, Estia, 2009

- France Schott-Billmann, *Quand la danse guérit*, Le Courrier du livre, 2012, « Les droits de l'homme dans les danses populaires », *Insistance*, n° 4, 2010 (<https://doi.org/10.3917/insi.004.0053>)

- Donald W. Winnicott, *Playing and Reality*, Routledge Publications, 1997

- *Emile Durkheim, 1858-1917. A Collection of Essays*, Kurt H. Wolff (éd.), The Ohio State University Press Columbus, 1960

- « Psychiatrie et Culture », *Confrontations psychiatriques*, n° 21, 1982

## Un atelier d'EXPRESSION PRIMITIVE auprès des personnes EN SITUATION D'EXIL

À Quimper, un atelier bimensuel met les outils de la danse-rythme-thérapie à la disposition de personnes migrantes en souffrance. Grâce à des propositions gestuelles choisies pour le caractère universel de leur symbolique, cette prise en charge groupale accueille et régule tensions et angoisses sans les dépouiller de leur aspect culturel. Vignettes cliniques.

**L**a migration est par définition un acte de mouvement. Elle continue de résonner dans le corps des migrants. Elle implique des ruptures et des reconfigurations non seulement pour eux, mais aussi pour ceux qui les accueillent. L'objectif de ce travail est de montrer comment l'Expression primitive, démarche collective mêlant le dynamisme, le ludisme et l'enthousiasme des thérapies traditionnelles, prend tout son sens dans leur prise en charge. Il fait état d'un voyage dansé, chanté, joué... effectué en leur compagnie depuis janvier 2019.

### Le dispositif

Il s'agit d'un atelier s'adressant aux migrants majeurs et mineurs, ainsi qu'aux personnes qui officient auprès d'eux : bénévoles des associations, familles hébergeantes... Il a lieu de 14 heures à 16 heures un samedi sur deux dans la salle polyvalente d'une école quimpéroise.

Le groupe est ouvert, multiculturel, multiconfessionnel et intergénérationnel (6 à 60 ans). Nous avons pu compter jusqu'à vingt participants lors de la dernière séance venant clore cette session.

Cet atelier s'est construit sur la base du volontariat, soutenu par deux associations qui accompagnent les

migrants mineurs et majeurs (démarches administratives, hébergement, activités...). Elles ont signé une convention avec la mairie pour que nous puissions utiliser cette salle. Le manque de repères géographiques et de moyens des participants nécessite d'anticiper l'organisation et les accompagnements.

Nous nous sommes appuyés sur certains jeunes moteurs pour faire connaître cette activité. La composition du groupe est mouvante et nous avons modifié les horaires plusieurs fois afin que chacun puisse se rendre disponible. Aujourd'hui, nous avons un noyau fixe, repère pour les nouveaux arrivants.

Les dénominations et sigles sont divers selon le statut de ces personnes en situation d'exil. Par simplicité d'écriture, j'utilise le terme de « migrants » pour ce travail.

### Déroulement et moments forts

Pour ces personnes, dont le parcours est semé de pertes des repères et de deuils multiples, les éléments stables et répétitifs du dispositif ont permis leur inscription rapide dans le groupe. Avant de commencer la séance, il est acquis que chacun se déleste de ses portables, écouteurs, chaussures, etc., pour favoriser la concentration et le fait d'être complètement

présent pour vivre cette expérience. Je les invite à venir former un cercle incluant les percussionnistes, assis ou debout en fonction du « rituel de présentation/accueil » (proposition rythmique chantée, accompagnée de frappes de mains et/ou percussions corporelles lors de laquelle chacun énonce son prénom, puis entend le groupe le répéter comme pour l'accueillir dans le « village »). Nous pouvons alors commencer à voyager ensemble au gré d'une histoire (mythe fondateur, conte initiatique, thème universel) qui sert de fil conducteur et est force de représentations symboliques. Nous prenons des repères spatio-temporels en faisant des allers et retours vers les quatre points cardinaux (symboliques) en quatre temps, puis deux, puis un. Nous y allions un chant et une gestuelle qui relie notre corps à l'espace sur différents plans : le bassin pour la terre, les racines, l'ancrage ; les épaules pour l'horizon, l'ici et maintenant, l'environnement ; la tête pour le ciel, la spiritualité, etc.

Le groupe ayant acquis une forme de contenance, nous explorons différents jeux rythmiques et danses, chacun se laissant surprendre par ce qu'il produit. J'adapte les propositions et l'histoire qui les soutient symboliquement au fur et à mesure de nos rencontres, de la période de l'année (passage des saisons, fêtes...), de l'énergie et de la composition du groupe...

Les « traversées » en deux tribus qui se font face et se croisent, accompagnées de jeux d'alternance dans les registres notamment guerriers, avec la force, ou plus apaisés, avec le souffle, leur redonnent de l'énergie vitale et une sensation de complétude. Cela les met en confiance pour prendre la place de leader dans d'autres exercices comme le « combat des chefs » et les « battles individuels », dont ils sont friands. Dans le premier, deux groupes se font face, avancent et reculent en alternance en quatre temps. Chaque groupe effectue la reproduction gestuelle et vocale du chef quand il avance. Le groupe d'en face répond en alternance. Chaque sujet du clan est invité à prendre la place du leader. Pour les battles, deux personnes se font face et s'expriment alternativement (gestes, onomatopées) en quatre temps, puis deux, puis un. Tout ceci est bien sûr soutenu et régulé par le cadre rythmique assuré par le percussionniste.

Le « derviche » (chorégraphie simple explorant les différents plans – frontal, sagittal, transversal – et dont le rythme accélère, ralentit puis repart) reste le moment jubilatoire le plus repéré, les habitués allant plus loin dans leurs mouvements et soutenant les nouveaux venus.

Après un temps de « danse libre », nous terminons chaque séance par un cercle serré proche des percussionnistes. Les mains saluent alternativement le ciel, les percussionnistes, la terre.

Je continuerai à développer certaines propositions dans les cas concrets suivants.

### Vignettes cliniques

**1. T. est sénégalais, catholique.** Il a 32 ans et est arrivé en France il y a six mois. Dès la première séance, il prend beaucoup de plaisir à chanter les voyelles de son prénom dans le rituel de présentation en rythme. Il comprend de façon innée le cadre rythmique et fait des interprétations variées. Lors du derviche, il s'adapte aisément aux accélérations et ralentissements et semble approcher une forme de transe contenue. Il manifeste son enthousiasme en chantonnant pour lui-même ou en grognant quelquefois. Alors que je m'extrait du groupe pour les observer, il prend ma place devant. Il garde la structure du derviche dans l'espace et dans le temps, et ajoute spontanément des frappes de mains, onomatopées... Grâce à la répétition, il élargit son champ d'expérience et laisse émerger sa créativité. Après l'atelier, il dit « ça m'a déstressé » et compte revenir.

Il se montre insatiable, ne lâche rien, comme on dit. C'est un combat contre lui-même. Par exemple, lors d'un travail sur l'alternance des grands pliés et de la verticalité sur le thème de l'araignée qui tisse sa toile (en quatre, deux, puis un temps), le rythme est un peu rapide, mais il tient bon en simplifiant instinctivement les gestes.

Au fur et à mesure, il gagne en spontanéité. Il se laisse aller à rire, utilise de plus en plus d'onomatopées. À la fin d'un atelier, il propose un chant responsorial qu'il qualifie de « bricolage ». Il y associe une pulsation dans les pieds, des frappes de mains.

Le chant fait : « *Eh na na eh. — Eh na na eh. — C'est qui les danseurs ? — C'est nous les danseurs.* »

— *Qui sont les batteurs ?* — V. J. (quatre syllabes) — *C'est qui qui nous fatigue ?* — M. (l'enfant présent) nous fatigue. », etc.

Le mode responsorial, issu des jeux structurant mère-enfant, très utilisé dans le cadre de l'atelier, ne lui est pas inconnu, car très répandu en Afrique. C'est même parfois un moyen de taquiner quelqu'un ou de faire passer un message de façon détournée et ludique.

Ce qui ressort chez T., c'est l'émergence de la pulsion de vie. Il mobilise sa force et son énergie vitale de manière sublimée, tout en dédramatisant son histoire personnelle.

**2. A. est guinéen**, mais il a grandi au Sénégal. Il a 17 ans et est arrivé en France il y a environ six mois. A. est preneur des différentes activités et des cours d'alphabétisation proposés par les associations. Il est celui qui anticipe le plus, me prévient lorsqu'il ne peut être présent, se préoccupe de savoir qui va venir le chercher. Il fait du lien et se crée un réseau.

Au mois d'avril 2019, comme six autres jeunes à Quimper, sa minorité est invalidée, donc le CDAS ne le prend plus en charge. L'association doit trouver des solutions d'hébergement dans des familles pour qu'ils ne se retrouvent pas dans la rue. Malgré tout, il est présent à l'atelier, il le sera également en période de ramadan, me disant : « *Ce n'est pas grave, ça me fera du bien.* »

Lors d'un « battle », alors qu'un homme majeur commente son duo/duel en déclarant « *ce n'est pas le rythme qui est rapide, c'est eux qui sont lents* », il ne se démonte pas et suggère à cet homme de venir se confronter à lui dans le cadre du « battle ». L'homme refuse. A. ne commente pas. Il a été touché par cette réflexion venant d'un homme de sa propre ethnie et plus âgé que lui. Au lieu de lui répondre de manière frontale, il s'est servi d'une proposition de l'atelier. Il a choisi de le jouer en utilisant le « faire semblant ».

Il s'est saisi du « battle » pour réguler cette tension. Je me suis dit sur le moment : « *Il a tout compris !* » Or, j'ai l'intuition que d'autres éléments que je ne maîtrise pas sont en jeu : un mode relationnel codifié déjà inscrit culturellement. Je fais référence aux relations à plaisanteries (conduite sociale-jeu

métaphorique très répandu en Afrique), point commun avec la démarche d'Expression primitive.

**3. S. est mineur**, arrivé en France depuis peu de temps. Lorsque je le rencontre, il explique qu'il sort très peu de son lieu d'hébergement ; il est perdu, angoissé... Il s'intéresse malgré tout à ce que je lui propose. Malgré le ramadan et son état de fatigue, il se laisse embarquer. Le cadre rythmique et la simplification des gestes lui permettent de canaliser, contenir une excitation latente. Il me dit : « *Au moins, je ne pense pas.* » Il explique qu'il ne sait plus « *où donner de la tête* ». Tout lui paraît insurmontable. S. est dans un état de sidération, il n'arrive pas à anticiper quoi que ce soit. Je lui rappelle que l'atelier pour lequel nous sommes réunis aujourd'hui est une offre qui leur est faite, un espace des possibles qui vise à l'autonomisation grâce à des propositions simples. J'insiste sur la démarche de partage, exit de compétition. Chacun peut ainsi participer à partir de là où il en est et mobiliser un savoir « insu », car ce n'est pas un apprentissage.

S. est en attente d'une reconnaissance de sa minorité qui pourrait garantir un accueil et une prise en charge par l'aide sociale à l'enfance. La procédure est longue et le laisse dans un « entre-deux ». Son angoisse se manifeste par un état d'hypervigilance et de subexcitation. Il est sensible à son environnement et aux stimuli. Il peut être volubile et s'emporter. Les formes données dans les différents exercices apportent des contenants à ses émotions. Comme le rappelle France Schott-Billmann, « *les gestes proposés, parce qu'ils sont codés et prédéfinis, fonctionnent comme des écorces qui entourent le noyau "pulsatile" de la pulsion<sup>1</sup>.* »

**4. D. est malien**, majeur, de l'ethnie bambara. Il explique que, dans son pays, il ne s'intéressait pas aux danses traditionnelles, mais plutôt au foot. Depuis son arrivée en France, il sollicite peu son corps. Cela lui coûte, mais, soutenu par le groupe, il suit. Il ose prendre la position de leader dans le « combat des chefs » même si ses mouvements sont répétitifs et peu variés. Après la séance, il me dit que, dans son pays, « *c'est différent. Seuls les hommes touchent certains instruments* ». Il évoque fièrement

la « danse des chasseurs », il partage des vidéos d'artistes de son pays ou de danses traditionnelles.

De manière intuitive et sans que cela soit énoncé, D. évoque un parallèle entre l'Expression primitive et les danses traditionnelles, sociales ou thérapeutiques. Cette proposition lui permet de faire émerger la parole et de se réapproprié un bout de sa culture, de rapporter à la mémoire des souvenirs positifs, loin des récits de vie réclamés par l'administration, épluchés, critiqués et remis en question – pour résumer, déshumanisés.

Sur un temps informel, D. raconte que, dans son village, il a son atelier. Il est artiste peintre, dessinateur, tisserand... Lorsqu'il y a des manifestations culturelles, il est sollicité pour fabriquer des banderoles. Un groupe extrémiste l'a persécuté pour qu'il travaille pour lui. Sa vie était menacée, il a dû laisser femme et enfants. D. est d'une nature bougonne, voire agressive. De simples discussions avec ses congénères se transforment en débat politique ou en conflit ethnique. D. paraît sombre et vivre dans le passé. Cet atelier lui permet d'être présent, ici, maintenant, pendant quelques heures.

**5. Al. vient de Guinée Conakry**. Il a 17 ans et est arrivé en France il y a plus d'un an. Malgré une coupe à la Jackson 5 reconnaissable, il semble vouloir se fondre dans le décor. Il a du mal à soutenir le regard et affiche une forme de gravité sur le visage. Il montre un sentiment d'insécurité. Il évoque des troubles du sommeil avec ruminations, des plaintes somatiques... Il est preneur d'activités, mais s'accroche toujours à la présence de ses compagnons de chambre.

Lors d'une séance, il dit avoir mal au thorax. Il ne sait pas s'il va participer, mais je l'invite malgré tout à entrer dans le cercle pour le « rituel de présentation ». Il participe finalement à toute la séance. Il m'étonne par sa fluidité et son expressivité lors de la « réponse au tambour » (matérialisation dans le corps et dans l'espace de la phrase rythmique du tambour). Il semble avoir dépassé sa douleur, avoir trouvé une nouvelle respiration.

Les somatisations sont souvent un moyen pour entrer en relation. Dans beaucoup de sociétés traditionnelles, il est mal vu de parler de soi. La souffrance se manifeste alors dans le corps. C'est une manière plus

acceptable d'aller mal, voire de régresser. De plus, le sujet est envahi par sa propre voix au lieu d'être portée par celle des autres (holding). Il développe des troubles du sommeil. Olivier Douville explique que « *lorsque quelqu'un est pris dans la violence traumatique, il se trouve en prise dans la plus haute solitude à une effraction au point de ne plus pouvoir s'articuler sur les rythmes essentiels de la vie humaine tels que le jour, la faim, la satiété... Tous les rythmes biologiques semblent pris dans une sorte de confusion léthargique ; le vécu devient crépusculaire<sup>2</sup>.* »

Al. est dans un état de vulnérabilité importante. Il a besoin de repères stables auxquels il puisse se raccrocher et du soutien du groupe.

**6. P. est un électron libre**. Cela fait plusieurs mois qu'il n'est plus pris en charge par le CDAS. Sa situation administrative est catastrophique. L'association lui a proposé un gîte à la campagne avec d'autres jeunes comme lui. L'environnement trop calme et le silence étaient source d'angoisse, laissant place au bruit dans sa tête et sûrement à certaines images, il n'a pas pu y rester. Il répète les échecs, passe pour un ingrat. Je lui demande s'il a des contacts avec sa famille, il me répond : « *Non, sauf ma sœur quelquefois, mais elle n'a pas de connexion.* » Ses évaluations pour la minorité sont bonnes (récit de vie, concordance des événements avec son âge...), mais ses papiers sont considérés comme inauthentiques. Sans personne-ressource au pays, il est difficile de l'aider pour authentifier ses documents. Souvent, les familles sont dans l'impossibilité de donner des éléments fiables. Ce manque de repères ne contribue pas à l'inscription identitaire, administrative ou sociale. Alors, comment ne pas rester en exil de soi-même ? P. est seul, incapable de retrouver un territoire psychique pour exister, penser... Il ne peut, pour le moment, abandonner ses réflexes de survie et de protection vis-à-vis du monde extérieur. Ses défenses narcissiques lui permettent de lutter contre la dépression. Il reste dans un espace intermédiaire.

C'est un magnifique danseur même s'il n'a jamais suivi de cours. Je le préviens que mon atelier est différent de la pièce dans laquelle il a joué et dans laquelle il a « le premier rôle ». J'insiste sur la démarche de partage, l'accessibilité pour tous. Cela

lui convient et il ne cherche pas à se mettre en avant. Pourtant, c'est habituellement ce qui le rassure. Il me reparle positivement du chant qui accompagne la connexion à la terre, à l'horizon et au ciel. Je pense que ce chant repris par le groupe, associé aux balancements, a favorisé une forme de régression et de lâcher-prise dans un environnement sécurisant. Son errance et le fait qu'il soit toujours en action (danse, foot...), qu'il ne dorme et ne s'alimente que très peu sont sa manière de dompter l'espace-temps, de ne pas être passif pour rester maître du jeu. Le temps de l'atelier, « il s'est laissé porter » par cette matrice groupale (substitut maternel).

## Les troubles post-traumatiques et le syndrome d'Ulysse

Le migrant, quelle que soit la raison de son exil, vit souvent des traumatismes avant son départ, pendant son voyage, et malheureusement sur sa terre d'accueil. Ces événements successifs désorganisent le moi et créent une tension psychique, une surcharge. Une personne qui subit un traumatisme, quel qu'il soit, a le sentiment d'avoir été envahie par un intrus, une perception d'effraction dans l'enveloppe corporelle, psychique et sociale. Pour faire face, elle fait appel à toutes ses défenses. Or, l'inscription identitaire est ébranlée et faire quelque chose de simple devient complexe.

75% des personnes exposées à un traumatisme sévère ne développent pas de trouble de stress post-traumatique<sup>3</sup>. Et au-delà du diagnostic, les tableaux cliniques sont multiples et les différents symptômes sont des tentatives d'adaptation au stress et aux deuils imposés par la migration.

Selon Philippe Le Ferrand (médecin de l'équipe mobile Psychiatrie Précarité du Centre hospitalier Guillaume-Régnier de Rennes), « lorsque les médecins sont amenés à rencontrer des migrants en consultation, la demande se fait le plus souvent sur des plaintes somatiques multiples et diffuses et sur une profonde souffrance psychique qu'ils associent à l'état de stress post-traumatique. Pourtant, le diagnostic de syndrome post-traumatique ne correspond pas toujours aux troubles observés. Dans de nom-

breux cas, il s'agit en réalité d'un épuisement psychique ressemblant à une forme de burn-out que certains cliniciens ont dénommé "syndrome d'Ulysse" ».

C'est un ensemble atypique de symptômes anxio-dépressifs pouvant prendre des formes variables (somatiques, parfois dissociatives), résultant d'un niveau de stress extrême. Au quotidien, le patient peut présenter également des réminiscences, des troubles mnésiques, une difficulté à réguler ses affects, une modification durable du caractère...

La vulnérabilité individuelle est à prendre en compte, ainsi que l'âge, le niveau culturel et intellectuel, l'histoire familiale, l'appartenance à une minorité, les handicaps physiques ou psychiques, etc. Chez les plus jeunes, le choc initial et le stress occasionné limitent les capacités de résilience et peuvent avoir des conséquences à l'âge adulte. Le monde n'a plus de sens et devient ennemi. L'exposition prolongée ou répétée à des événements traumatiques est un facteur de vulnérabilité.

Tous les migrants ne sont pas sujets au stress post-traumatique ou au syndrome d'Ulysse, mais beaucoup sont dans une situation précaire et présentent une angoisse latente.

## Quelles réponses?

C'est loin d'être un fait nouveau, l'être humain est resté nomade les neuf dixièmes de son histoire, se déplaçant vers des lieux où il espère trouver un mieux-être (nourriture, sécurité...). Par exemple, aujourd'hui, un tiers des Français ont un ascendant issu de l'immigration. Il est difficile d'avoir des chiffres représentatifs, mais la migration vers l'Europe de l'Ouest semble s'inscrire dans la durée et devenir structurelle, posant de nouvelles questions à nos sociétés et nécessitant des réponses en matière d'accueil, d'hébergement et de soin.

L'accès au soin, et notamment la prise en charge de la souffrance psychique, est inégal sur le territoire français. En Bretagne, on compte un dispositif par département dédié à la spécificité de ce public (exemple de Rennes: équipe mobile Précarité Psychiatrie du CHGR et centre médical Louis-Guiloux, spécifique aux migrants). Il y a également des consultations rattachées aux lieux de vie, assurées

par des psychologues (un par département), et des consultations dans le « droit commun » (ex.: CMP) reliées aux sept établissements de santé mentale.

La santé n'est pas forcément une priorité du fait de leur situation sociale précaire et de leur isolement. À cela s'ajoutent les besoins de première nécessité, la barrière de la langue, etc.

Ils ne connaissent pas le système de soin français, notamment en santé mentale (rôle du psychologue, psychiatre...), et leurs modes de représentation diffèrent des nôtres (cause et traitement de la maladie). Il y a alors une contradiction entre deux logiques de soin: l'invisible et le médical. En effet, comme le rappelle Marie-Caroline Saglio-Yatzimirsky, « la notion de réaction psychique interne n'est pas évidente à comprendre dans les cultures où les forces extérieures sont agissantes et viennent impacter les équilibres du corps et de l'esprit<sup>4</sup> ».

De plus, pour les thérapeutes africains traditionnels, la pathologie mentale est souvent le résultat d'une rupture des liens d'harmonie entre le malade et son groupe. Dans les cas semblables, la thérapie traditionnelle revêt la forme de ce que les ethnologues ont appelé « rituel de guérison ». La cause de la maladie est à chercher dans la remise en question du principe d'unité absolue du groupe. Ce dernier point oriente d'emblée vers l'intérêt d'une prise en charge groupale pour ces populations, ainsi que des modalités de traitement plus proches de leurs représentations, comme dans le rituel d'Expression primitive.

## De la culture à l'universalité

### Le concept de culture

Selon l'Unesco, « la culture, dans son sens le plus large, est considérée comme l'ensemble des traits distinctifs, spirituels et matériels, intellectuels et affectifs, qui caractérisent une société ou un groupe social. Elle englobe, outre les arts et les lettres, les modes de vie, les droits fondamentaux de l'être humain, les systèmes de valeurs, les traditions et les croyances ».

Chaque culture détermine ce qui est tabou dans sa société (ex.: tabou de l'inceste universel, mais prenant des formes différentes selon les cultures). Elle se transmet à travers les mythes (fondateurs), les rites et les croyances. C'est pour cela que, dans

l'atelier, nous utilisons des contes et images à valeur collective comme stimulus et fils conducteurs. Il m'est arrivé de transformer un conte d'origine asiatique ou africaine pour en faire une histoire qui parle à tous et en dégager un sens commun.

La culture façonne l'individu dès l'aube de sa vie (enculturation). Elle se transmet à travers les techniques de maternage (gestes fonctionnels envers le corps physique) et les gestes symboliques, irrationnels envers l'âme et l'esprit (rituels). Des rites de passage viennent ponctuer les différentes étapes biologiques et psychologiques de la naissance à la mort. Du point de vue allégorique, cela entretient notre condition de mortels. Les rites sont aussi garants de la différence des générations et du tabou de l'inceste.

Les émotions sont culturellement apprises, ainsi que la manière dont un être humain utilise son corps<sup>5</sup>. En outre, chaque société donne un sens à la réalité, fabrique ses pathologies, et certaines conduites considérées comme pathologiques dans l'une sont expliquées dans une autre, d'où un décalage parfois incompréhensible dans nos rapports aux mœurs, priorités, représentations, distance sociale...

Nous comprenons ainsi que la culture imprègne chaque individu et qu'il n'est pas aisé ni même souhaitable d'en faire le deuil ou de le nier. Les repères des divers migrants et de la société qui les accueille sont différents. Il est alors intéressant de trouver des points communs à chaque être humain et un langage universel.

### Les rituels

« [...] les rituels sont collectifs; chaque membre du groupe est une partie d'un tout et il est nécessaire d'agir dans une harmonie d'ensemble comme du point de vue des dieux à qui s'adresse la cérémonie. [...] La soumission à l'ordre symbolique est un caractère si constant des rituels que les termes de rituel et de répétition sont quasiment devenus synonymes... Chaque membre du groupe exécute le même geste en même temps que tous les autres et le répète de nombreuses fois à l'identique. [...] Comme nous l'ont montré D. Anzieux et les ethnopsychanalystes, entre autres K. Abraham, G. Roheim, S. Ferenczi et G. Devereux, tout cérémonial consiste à ritualiser la transgression, et donc de la permettre de façon

symbolique. Aussi comportent-ils souvent des simulacres de combats, voire d'actes sexuels, véritables travestissements de la transgression dont le danseur se revêt pour donner à voir son énonciation personnelle, c'est-à-dire son désir cadré par le geste ritualisé. On ne peut transgresser qu'en déplaçant son désir selon un mode culturellement valorisé, autrement dit en le sublimant<sup>6</sup>. »

Ils « désignent toujours des conduites spécifiques liées à des situations et à des règles précises, marquées par la répétition<sup>7</sup> ». Quelle que soit l'interprétation théorique, « efficacité symbolique » pour C. Lévi-Strauss ou « magie symbolique » pour Pierre Bourdieu, cela implique une croyance en l'efficacité de ces actes. En effet, « la lecture ethnopsychanalytique des rituels dansés traditionnels permet de les dégager du contexte religieux en éclairant les mécanismes symboliques de leur efficacité et en les transposant dans une pratique artistique<sup>8</sup> ».

Comme nous l'avons vérifié, les outils utilisés lors des ateliers d'Expression primitive (cadre ritualisé, répétitif et artistique, efficacité symbolique, etc.) sont similaires à ceux qui sont pratiqués dans les rituels thérapeutiques.

## Conclusion

Nous pouvons vérifier qu'une prise en charge groupale, plus proche de la conception de la maladie, du soin et de la famille de beaucoup de migrants serait complémentaire à une prise en charge individuelle, voire plus efficace. Le groupe « soigne » l'individu. Cet atelier permet également de réintroduire une logique collective dans leur monde empreint de deuils, de méfiance et de perte de repères.

De plus, des tensions existent dans les divers lieux d'accueil collectif, au sein des familles hébergeantes, lors des ateliers (malentendus, méfiance, frustrations, conflits interethniques...). Le jeu et le passage par la métaphore et le simulacre (agressivité, transgression, etc., jouées symboliquement) favorisent l'expression des tensions d'une manière détournée, socialement acceptable et sublimée, et aide donc à les réguler.

Nous pouvons observer des états de stress se manifestant de différentes façons et à des degrés divers, pouvant provoquer une sidération et une inhibi-

tion de la pensée, empêchant le sujet de mettre des mots sur les maux. La sublimation et la création, deux leviers artistiques et thérapeutiques utilisés en Expression primitive, permettent de témoigner de l'indicible et de réorienter les pulsions positivement.

Enfin, l'utilisation d'un langage universel faisant sens pour tous (gestuelle simple, épurée, symbolique et répétitive, soutenue par des rythmes organiques, faisant office d'enveloppe sonore et aussi de loi qui s'impose à tous) contribue à dépasser les différences et la barrière de la langue.

**Marlène Warck**

**Marlène Warck** est danse-thérapeute et praticienne en Expression primitive dans le Finistère.

1. France Schott-Billmann, *Quand la danse guérit, La recherche en danse*, 1994, p. 254.
2. Olivier Douville, « La Situation traumatisante des réfugiés », *Rhizome*, n° 68-69, décembre 2018, p. 21- 22.
3. « Enfants migrants », *Perspectives PSY*, vol. 57, n° 3, juillet-septembre 2018, dossier coordonné par Hervé Benhamou.
4. Marie-Caroline Saglio-Yatzimirsky, *La Voix de ceux qui crient*, Albin Michel, 2018, p. 133.
5. Marcel Mauss, « Les Techniques du corps », *Journal de psychologie*, n° 3-4, vol. 32, 1936.
6. France Schott-Billmann, *Possession, danse et thérapie*, Sand, 1985, p. 107, 108, 114.
7. Jean Maisonneuve, *Les Conduites rituelles*, PUF, coll. « Que sais-je ? », 1999, p. 7.
8. France Schott-Billmann, 1994, *op. cit.*

## BIBLIOGRAPHIE

- Nathalie M'Dela-Mounier et Tidiane Diakité, *L'immigration n'est pas une histoire sans paroles*, Collection l'Inacceptable, 2008
- *Perspectives PSY*, vol. 57, n° 3, « Enfants migrants », coordonné par Hervé Benhamou, juillet-septembre 2018
- Philippe Le Ferrand, « La santé mentale des migrants : le syndrome d'Ulysse », *Médecine*, novembre 2017
- *Confrontations psychiatriques* n° 21, « Psychiatrie et Cultures », 1982
- Zirignon Grobli, *L'Art thérapie et l'initiation africaine*, 2007
- Marcel Mauss, « Les Techniques du corps », *Journal de psychologie*, n° 3-4, vol. 32, 1936

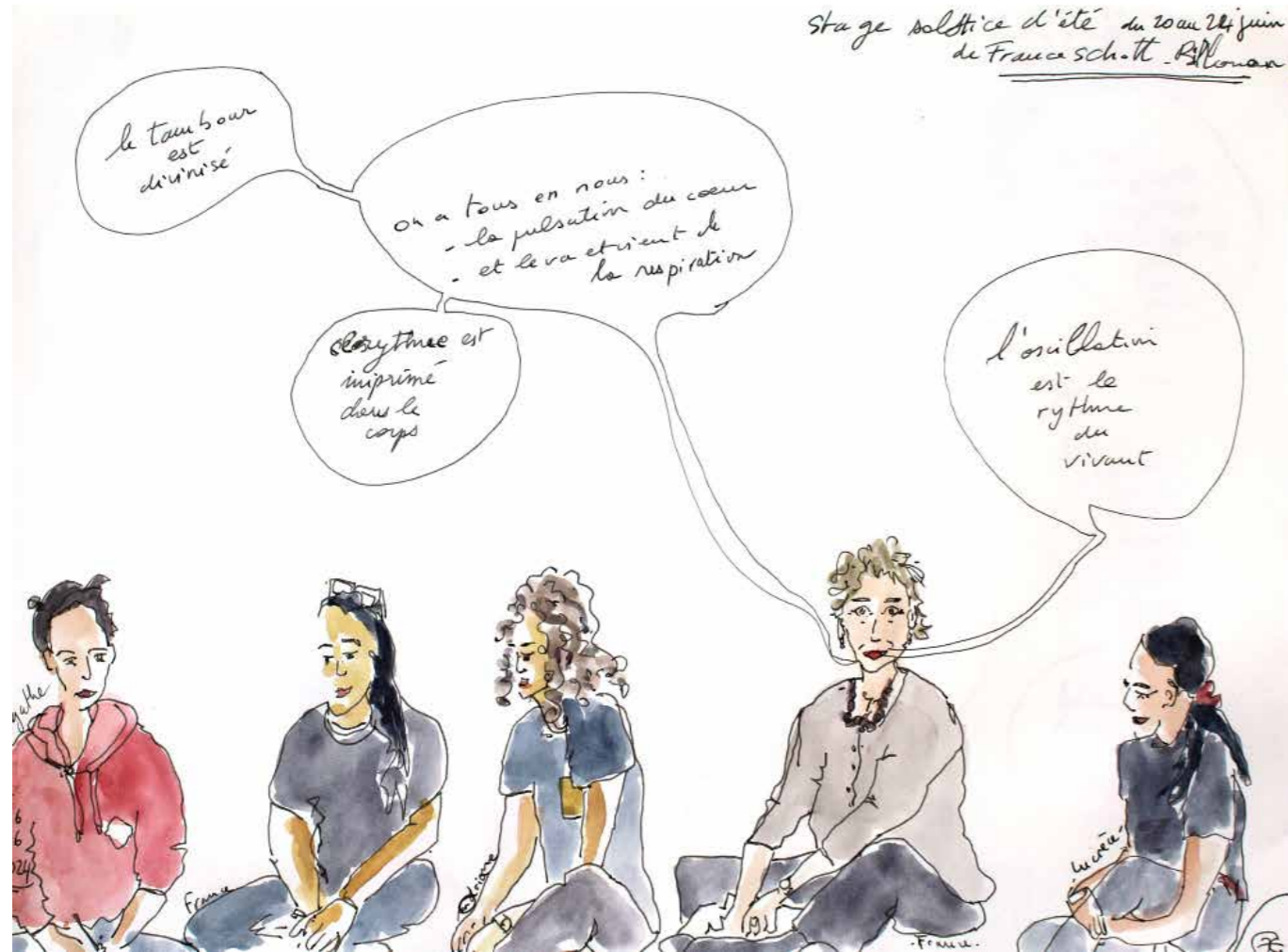
## Rendez-vous aux solstices (aquareportage)

Frédérique Fleisch est un des piliers des ateliers d'Expression primitive que propose France Schott-Billmann dans le 14<sup>e</sup> arrondissement de Paris. Outre les séances hebdomadaires, Frédérique fréquente les journées d'enseignement qui ponctuent l'année de l'Atelier du geste rythmé selon un calendrier qui correspond aux solstices et équinoxes. France Schott-Billmann, en reliant ces événements aux mythes qui les célèbrent, met en correspondance rythme cosmique et expérience humaine.

DESSINS DE FRÉDÉRIQUE FLEISCH



Frédérique pratique également l'aquarelle. Lors des journées thématiques organisées aux jonctions de l'année, elle apporte toujours ses couleurs. Entre les séquences dansées, quand les autres participants prennent des notes, Frédérique dessine, capturant à la fois le moment présent, l'imaginaire sur lequel il ouvre et les mots qui l'appellent.



De même que l'engagement physique, la transmission orale est un élément clé de ces rencontres. Et, à l'instar de certains jeux dansés, elle se fait souvent en cercle. Cercle, figure de l'égalité entre ses membres... Cercle, symbole de l'éternel retour des saisons...

« Dessiner lors des ateliers me permet de laisser une trace de l'enseignement de France Schott-Billmann. Une trace visuelle qui archive les messages clés de son enseignement dans mes bulles. Danser, dessiner me relie à moi-même, mais aussi aux autres et, comme je l'ai ressenti, à l'Autre avec un grand A, ainsi que nous l'enseigne France. Danser, dessiner, c'est instantanément retrouver la joie. Alors, ma respiration, mon corps et mon esprit s'alignent. À partir de là, le présent se dévoile et on peut le vivre en toute sincérité. J'aime relier les lignes et les mots les uns aux autres dans l'"un-divisible". C'est pourquoi je dessine pendant les stages France Schott-Billmann. »  
Frédérique Fleisch

