

# EXPRESSION PRIMITIVE

## Possibili applicazioni dell'Expression Primitive con soggetti non vedenti ed ipo-vedenti

L'Expression Primitive è una tecnica di Danza-Terapia che nasce in Francia all'inizio degli anni '70 in seguito all'incontro tra France Schott Bilmann, psicoanalista, e HERNS Duplan, danzatore haitiano della compagnia di K. Duman.

L'Expression Primitive è una pratica, che, per le sue caratteristiche peculiari, è utilizzata sia nell'ambito della prevenzione che in quello della terapia e della riabilitazione, con una grande varietà di popolazioni differenti: ragazzi o adulti sia normodotati che portatori di handicap fisici e psichici, soggetti che presentano problematiche dell'apprendimento e dello sviluppo psicofisico in relazione alle loro difficoltà personali.

È una pratica di gruppo ispirata alle danze primitive e accompagnata dal ritmo delle percussioni che prevede l'associazione del movimento e della voce. Essa recupera, infatti, gli elementi che caratterizzano le danze rituali delle società tradizionali per il loro valore universale e transculturale con l'intento di sfruttarne le potenzialità terapeutiche:

- 1) il gruppo come luogo capace di mobilitare e contenere emozioni molto arcaiche, e di sostenere e stimolare all'azione ed all'autonomia i suoi membri;
- 2) il ritmo, elemento transculturale in grado di rievocare in tutti i soggetti

l'esperienza arcaica del battito del cuore materno. Esso fornisce ai membri del gruppo una struttura di contenimento psicologico di natura materna e regressiva, ed allo stesso tempo una funzione energizzante e paterna che stimola all'azione;

- 3) la pulsazione, ovvero l'alternarsi ritmico del movimento dei piedi nella marcia che accompagna ogni gesto proposto dal conduttore e che rimanda sia ai ritmi biologici (battito cardiaco, respirazione, sonno-veglia, ecc.) che ai ritmi della natura (giorno-notte, alternarsi delle stagioni, cicli lunari, ecc.);

- 4) lo sdoppiamento e la ripetizione di movimenti e gesti stilizzati ed essenziali, semplici da eseguire, strutturati in coppie di opposti (chiusura-apertura, alto-basso, ecc.);

- 5) le vocalizzazioni, ispirate anch'esse ai canti tradizionali, che accompagnano i movimenti e permettono ai partecipanti di sperimentare, grazie all'associazione di modalità espressive diverse (corpo e voce), un gioioso senso di integrazione personale e di coesione con i membri del gruppo;

- 6) la valorizzazione del rapporto con la terra, simbolo ed archetipo materno, con gli elementi naturali (acqua, aria, fuoco), e con le attività tradizionali (caccia, semina, pesca, accudimento), per riscoprire l'importanza della relazione con il mondo esterno

inteso sia come mondo naturale che come mondo sociale e culturale;  
7) la dimensione rituale, che slegata da misticismi e significati religiosi, caratterizza sia l'andamento e l'evoluzione di ogni singola seduta, che le specifiche attività, i gesti ed i movimenti che vengono proposti.

Lungi dall'essere una sterile trasposizione di rituali tradizionali "preconfezionati" legati a un contesto socio-culturale molto lontano dalla sensibilità degli uomini del XX secolo, l'Expression

Primitive recupera gli elementi del *pensiero primitivo*, ovvero sollecita una modalità arcaica di pensiero che è connessa ai primi momenti della vita, che è sempre viva in ognuno anche in presenza di handicaps molto seri, e si estrinseca nella relazione ludica col mondo, nel piacere che deriva dalla poesia, dalla musica, dal ritmo, dalla ripetizione del movimento, ecc.

Il gruppo di Expression Primitive, spazio di incontro e condivisione, grazie al clima ludico che lo caratterizza, permette ai partecipanti di esporsi superando il senso del ridicolo, di giocare con la trasgressione e di sperimentare un piacevole senso di integrazione rispetto sia a se stessi che agli altri.

Inoltre, il lavoro simbolico con le potenzialità espressive del corpo, la ricerca e la sperimentazione dei gesti lineari e semplici, contribuisce a rafforzare l'identità e permette di esprimere in modo strutturato tutta la gamma delle emozioni (aggressività, rabbia, seduzione, paura, amore, ecc.) superando la vergogna ed il senso di colpa.

All'interno del gruppo, inoltre, ogni partecipante ha l'occasione di sperimentare in modo alternato e comple-

mentare, sia la fusione con gli altri [identità gruppale, senso di appartenenza al gruppo) che la separazione e la valorizzazione di sé, della propria unicità, contribuendo, come ho già detto, all'elaborazione del processo di individuazione.

Alla luce di queste considerazioni, riteniamo che questo tipo di lavoro possa rappresentare anche per le persone non vedenti e ipovedenti l'opportunità di ampliare la sfera spaziale del movimento personale, di acquisire sicurezza, di sperimentare il piacere derivante dal movimento, e l'energia (fisica, emotiva) mobilitata dal lavoro di gruppo, in un contesto ludico in cui il movimento e le sensazioni fisiche, emotivo-affettive e, quindi, psichiche connesse ad esso, sono utilizzati come canali privilegiati per la conoscenza di se stessi e degli altri, per la crescita personale e per l'esplorazione del mondo.

Riteniamo che ciò sia particolarmente importante nel caso di soggetti non vedenti e ipovedenti, i quali intrattengono nel loro quotidiano un rapporto con lo spazio esterno che è caratterizzato da un atteggiamento di naturale "prudenza" che rende i loro movimenti spesso poco estesi nello spazio e a volte poco fluidi sul piano della sincronia delle varie parti del corpo.

Un gruppo di Expression Primitive rivolto alle persone affette da retinopatia può inoltre configurarsi come spazio privilegiato per il contenimento dei vissuti di disagio affettivo e per l'elaborazione del cambiamento dell'immagine di sé e della relazione con il mondo che la patologia comporta.

Daniela Di Mauro  
Angela Moscato