Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 45 (1988)

Heft: 10

Artikel: Consignes structurées et non structurées dans le processus thérapeutique par la danse et autres formes d'expression

Autor: Weiss, Ursula

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-998499

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.09.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Consignes structurées et non structurées dans le processus thérapeutique par la danse et autres formes d'expression

Dr Ursula Weiss
Traduction: Yves Jeannotat

L'étude qui suit se propose d'exprimer en mots et en phrases le produit d'une expérience vécue, de consigner certaines données théoriques et de présenter les résultats du travail pratique effectué par un groupe de personnes. Elle s'est inspirée des «Bases didactiques de l'éducation physique», de Kurt Egger, parues dans «Education physique à l'école» (livre 1) et d'un exposé présenté par moi-même à Furth et intitulé «Réflexions didactiques et méthodologiques sur le traitement thérapeutique par le mouvement» (1985).

En pédagogie, une tâche ou consigne est dite «structurée» lorsqu'elle est accompagnée d'indications précises sur la façon de la mener à bien, sur la manière d'exécuter un mouvement avec tous ses éléments par exemple.

Par contre, une consigne «non structurée» n'est pas décrite dans les détails de son évolution, cette dernière étant laissée à l'expérience, à l'intuition et à l'imagination de celle ou de celui qui doit la résoudre. Ces deux méthodes présentent chacune un certain nombre d'avantages et de désavantages:

Méthode non structurée

- Pas de contraintes, l'exécution est librement choisie;
- Initiatives et responsabilités sont prises personnellement; imagination et courage sont souhaités;
- Pas de délimitations strictes, le manque de structures peut provoquer une insécurité grandissante.

Méthode structurée

- Donne confiance puisqu'elle permet une bonne vue d'ensemble et donne des possibilités de planification;
- Discipline obligatoire, peu d'indépendance.

Dans la pratique, ces notions sont toutefois beaucoup plus vagues. Dès que quelqu'un est présent pour poser un problème et pour discuter, il y a déjà action structurelle sur celui qui écoute. D'autre part un système, même s'il est structuré jusque dans ses moindres détails, n'empêchera pas l'exécutant de garder une certaine marge de liberté, celle qui correspond à sa personnalité. Dans la réalité des choses, l'enseignement est toujours, qu'on le veuille ou non, tantôt un peu plus, tantôt un peu moins structuré ce qui, graphiquement, peut être présenté de la façon suivante:

Enseignement structuré

Consigne non structurée ⟷ Consigne structurée

Enseignement non structuré

Mais au juste, de quoi les élèves ont-ils besoin?

Selon les symptômes: ils ont besoin qu'on leur donne des consignes «plus» ou «moins» structurées, telle est la réponse! Quant au choix, il dépend de plusieurs facteurs:

- Connaissance des éléments qui «favorisent» les symptômes décelés, ceux qui s'y «opposent» et ceux grâce auxquels il est possible de confronter les personnes concernées à de nouvelles formes d'expérience;
- Connaissance des objectifs à atteindre: redécouverte de son corps; prise de conscience de ses propres mouvements; mise au point de formes d'expression personnelles; confrontation avec les autres; amélioration de sa condition physique et de sa capacité de performance; etc.;
- Connaissance du degré d'homogénéité ou d'hétérogénéité du groupe au point de vue de l'âge, du sexe, de la capacité de performance, de la symptomatologie;
- Connaissance du mode d'enseignement qui convient le mieux au maître engagé et qui correspond le mieux à ses expériences.

Qu'est-ce qui pousse l'élève à exécuter certains mouvements bien précis?

Il appartient au maître ou au thérapeute de mettre ses élèves ou ses patients en mouvement. Pour ce faire, la communication emprunte en priorité les canaux sensoriels: ouïe, vue, toucher (tableau 1, page ci-contre), la plupart du temps les trois à la fois.

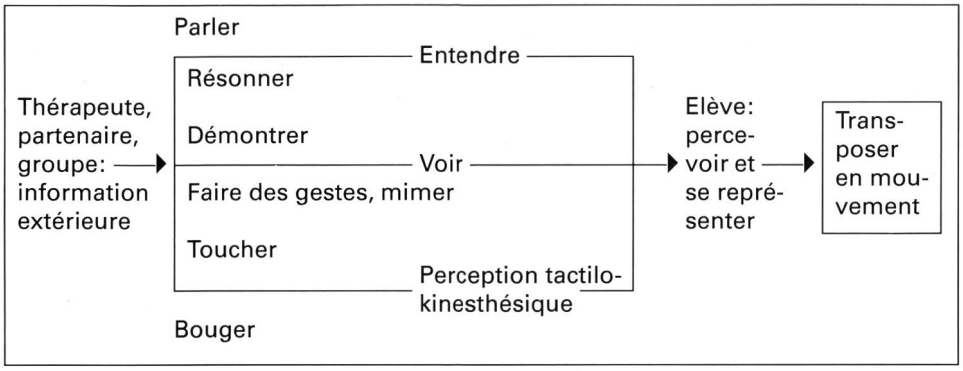

Tableau 1: Enregistrement de l'information.

Pour changer, on demande à l'élève de mettre un partenaire en mouvement en ne se servant que d'un seul canal d'information (par exemple: la parole seulement, la démonstration seulement, le toucher seulement).

L'information verbale peut concerner directement l'exécution du mouvement ou faire naître, intérieurement, une représentation visuelle, tactilo-kinesthésique et auditive avant d'être transposée en mouvement (imagination active plus ou moins dirigée).

Le travail basé sur la consigne non structurée peut donner lieu, par exemple, à un programme semblable à celui qui suit:

Consigne	*Information visuelle*	*Information tactilo-kinesthésique*	*Information auditive*
Structurée	(A) Démontrer (B) Imiter – en miroir – comme son ombre – en écho – en canon	(A) En étant actif (B) En étant plus ou moins passif – tirer, être tiré, être suspendu – pousser, être poussé, se pencher – porter, soutenir, s'appuyer, tomber	(A) Parler, résonner (B) Transposer en mouvement – déterminer le mouvement (temps, lieu, force, forme) – préciser la mesure, donner le rythme
Non structurée	Trouver une forme de mouvement de son cru – (A) Question/(B) Réponse – Oppositions (A/B)	(A) et (B) sont actifs à tour de rôle – déclencher le mouvement – guider, être guidé	(A) Parler, résonner (B) Transposer en mouvement – ne pas déterminer le mouvement (temps, lieu, force, forme) – activités, images, sentiments – musique, rythme

Tableau 2: Consigne, information et exécution du mouvement. (A) et (B) = partenaires en présence.

Toutes ces consignes peuvent être conçues, élargies et variées sur les plans de la forme, de la force, du temps et du lieu ou, aussi, contrastées par des mises en opposition. Ainsi, l'enseignement offre une multitude de possibilités qui, selon l'objectif poursuivi, peuvent être plus ou moins planifiées, structurées ou, ce qui est plus souvent le cas, développées progressivement pendant la leçon. Cet aspect très constructif de l'action thérapeutique fait partie, en somme, de l'art de donner une consigne! ■