



## REVITALISER SA PRATIQUE D'ACCOMPAGNEMENT PAR LA DANSE

Du 1<sup>er</sup> au 5 mai 2023 de 9h30 à 17h30

*Durée : 30 heures*

**Prérequis :** Mener des ateliers de danse à visée d'accompagnement, de médiation ou de thérapie auprès de personnes ou de groupes de personnes, en difficulté ou vulnérables.

**Public :** Danse-thérapeutes, art-thérapeutes, psychomotriciens, éducateurs, infirmières, psychologues, professeurs de danse, animateurs, bénévoles.

**Objectifs :**

- Développer sa propre conscience corporelle du mouvement dansé pour s'y appuyer en situation d'accompagnement tant dans sa posture que dans ses propositions
- Questionner sa pratique dans un groupe de pairs à l'écoute, en développant une pensée créative et sensible, pour ajuster ses propositions et son dispositif

**Compétence visée :** Ajuster sa présence et ses propositions en atelier, en séance, en s'appuyant sur son écoute corporelle et les spécificités du mouvement dansé, pour accompagner avec justesse les processus émergents.

**Lieu des cours:** Espace Danse Gambetta: 64 rue Orfila - PARIS 75020 - M° GAMBETTA

**Modalités et délais d'accès :** Présentation de dossier (CV et Lettre de Motivation).

Inscription jusqu'à 15 jours avant le début de la session.

Confirmation de son inscription après versement de 30% du coût de la formation (selon convention).

**Évaluation de la formation :** Le centre de formation délivre une attestation de présence à cette formation pour le nombre d'heures effectuées.

**Tarifs :** Frais d'inscription = 60 € - Frais pédagogiques : 750€ (règlement possible en plusieurs versements).

### Programme :

#### **ATELIER D'INTRODUCTION À L'ENSEIGNEMENT DE KATHERINE DUNHAM (7H15)** avec Christiane DE ROUGEMONT

*Anthropologue, danseuse et chorégraphe afro-américaine, Katherine Dunham a consacré sa vie à une meilleure connaissance du phénomène humain et à la communication entre les cultures.* La technique qu'elle a élaboré pour l'entraînement de ses danseurs avait pour objectifs principaux de lutter contre l'aliénation et la perte de l'estime de soi en approfondissant le sens des danses rituelles issues de civilisations africaines. Cet enseignement, qui propose d'approcher les origines de la danse, constitue une expérience fédératrice d'équilibre physique et psychique, aussi bien que de cohésion sociale. A travers le corps en mouvement, nous aborderons la circulation de l'énergie, l'intériorisation et l'extériorisation, l'ancrage, la présence... Nous découvrirons « la fonction du geste » et « la socialisation par la danse » qui fondent l'œuvre de Katherine Dunham et lui confèrent une dimension universelle.

#### **ATELIER DE DANSE THÉRAPIE Une approche du « Mouvement authentique » 12h45** avec Carla FORIS

Le « mouvement authentique » est une pratique faisant partie de la danse-thérapie. Il s'agit ici de la méthode développée par Mary STARKS WHYTEHOUSE, danse-thérapeute américaine. Celle-ci s'appuie sur le désir de se synchroniser avec l'autre dès les premiers mouvements et développe notre capacité « d'accordage ». Nous proposons de pratiquer et d'approfondir les rôles de « témoin » et de « bougeur/danseur » dans leur interaction, sous forme de binôme et de façon plus élargie, en groupe. Les conditions de pratique de cette approche ainsi que les « mises en garde » seront abordées. Nous nous appuyerons sur diverses « techniques douces », telle la "Danse – Contact - Improvisation", la Kinésiologie appliquée à la danse, ainsi que sur des techniques énergétiques telles le Qi Gong et les principes de la danse thérapie.

#### **GROUPE D'ÉCHANGE ET DE REFLEXION SUR LA PRATIQUE PROFESSIONNELLE (10H)** avec Nicole ESTRABEAU

Espaces de parole où chacun.e peut exposer une ou des situations de travail afin de mieux comprendre ce qui se passe et d'ajuster son approche et ses propositions. Dans nos métiers les échanges entre professionnels sont peu nombreux, que la pratique se déroule en institution, en association, en libéral... Ces espaces strictement confidentiels, permettront de partager et mettre en réflexion les situations traversées en lien avec leur cadre de travail. Il s'agit de décrire sa pratique professionnelle (en individuel ou groupale), écouter celle des autres participer à la réflexion commune autour du sujet qui se dégage. Des situations d'accompagnement complexes (du point de vue du contexte, du public ou de la pratique de la danse) peuvent y être abordées ainsi que les questionnements qu'elles suscitent. La formatrice accompagne la réflexion du groupe, qui devient ressource, en questionnant la situation décrite du point de vue du dispositif de travail, elle peut réorienter les échanges si nécessaire et faire le lien avec des notions techniques et théorico-pratiques.

**Planning :**

<b>LUNDI</b>	9h30-10h30	Groupe d'échange et de réflexion sur la pratique professionnelle – Nicole ESTRABEAU
	11h45-13h15	Introduction à l'enseignement de Katherine Dunham - Christiane DE ROUGEMONT
	14h15-17h30	Atelier de Danse Thérapie - Carla FORIS
<b>MARDI</b>	9h30-10h30	Introduction à l'enseignement de Katherine Dunham - Christiane DE ROUGEMONT
	10h45-13h15	Atelier de Danse Thérapie - Carla FORIS
	14h15-17h15	Groupe d'échange et de réflexion sur la pratique professionnelle - Nicole ESTRABEAU
<b>MERCREDI</b>	9h30-11h30	Introduction à l'enseignement de Katherine Dunham - Christiane DE ROUGEMONT
	11h45-13h15	Groupe d'échange et de réflexion sur la pratique professionnelle - Nicole ESTRABEAU
	14h30-17h30	Atelier de Danse Thérapie - Carla FORIS
<b>JEUDI</b>	9h30-12h	Groupe d'échange et de réflexion sur la pratique professionnelle - Nicole ESTRABEAU
	12h-13h15	Introduction à l'enseignement de Katherine Dunham - Christiane DE ROUGEMONT
	14h30-17h30	Atelier de Danse Thérapie - Carla FORIS
<b>VENDREDI</b>	9h30-11h	Introduction à l'enseignement de Katherine Dunham - Christiane DE ROUGEMONT
	11h15-13h15	Atelier de Danse Thérapie - Carla FORIS
	14h30-16h	Groupe d'échange et de réflexion sur la pratique professionnelle - Nicole ESTRABEAU
	16h15-17h30	BILAN

**Moyens pédagogiques :** Le centre de formation fournit la salle et le matériel pédagogique si nécessaire ainsi que, le cas échéant, des documents pédagogiques en lien avec le contenu des cours. Les participants sont amenés à prendre des notes, venir avec un cahier, carnet ... et de quoi écrire.

Pédagogie active centrée sur le participant. A partir des outils proposés, chaque participant est amené et soutenu à rechercher ses propres ressources, évolution, solution, en lien avec sa démarche et son contexte professionnel.

**L'équipe de formateurs** est constituée de professionnels des métiers de la danse et de la danse-thérapie, toujours en activité :

**Christiane de ROUGEMONT**

Fondatrice et directrice de Free Dance Song depuis 1975, elle fait partie des 4 fondateurs de la Société Française de Danse Thérapie. Danseuse contemporaine et chorégraphe, tourne dans les Cies de F. LANCELOT, F. et D. DUPUY, K. WAEHNER, M. MISKOWITCH, J. LAZZINI. Assistante de KATHERINE DUNHAM pendant quatre ans, elle enseigne sa technique aux U.S.A. en Afrique et Europe. Anime pendant 30 ans des ateliers de danse en hôpital de jour et fonde le centre de formation FREE DANCE SONG où elle fait évoluer les formations depuis 1975 avec toujours ce fil directeur, « la danse est un acte social ».

**Carla FORIS**

Intervient dans les formations de danse-thérapie de Free Dance Song depuis 1992. Elle est diplômée en danse (mention danse-thérapie, Paris IV) et en Psychologie clinique (Paris VII) et est Co-fondatrice de la Société Française de Danse Thérapie (SFDT). Elle a initié sa pratique de la danse-thérapie dans le cadre de la psychiatrie institutionnelle. Elle est aussi Danseuse contemporaine et chorégraphe, formée à la kinésiologie appliquée à la danse et à la Danse-Contact-Improvisation ; Elle dirige la Cie du 8 renversé (danse contemporaine) à Lille.

**Nicole ESTRABEAU**

Coordnatrice pédagogique à Free Dance Song depuis 2022, elle y intervient dans le cadre des formations depuis 2021. Art-thérapeute, spécialité danse, principalement dans le secteur du polyhandicap et de l'autisme, elle travaille actuellement auprès de jeunes adolescents en sérieuses difficultés. Formée et diplômée de l'INECAT, elle y a été formatrice de 2008 à 2019. Artiste de la danse de formation initiale (CID), elle a travaillé dans plusieurs compagnies de danse contemporaine entre 1986 et 2013. Elle est superviseure en art-thérapie.