TAMALPA FRANCE

TAMALPA LIFE ART PROCESS
UNE FORMATION EN ARTS EXPRESSIFS ET MOUVEMENT

LE TAMALPA LIFE ART PROCESS®

Le Life Art Process® (Processus Art & Vie) est une pratique qui a l'originalité d'intégrer le mouvement, la danse, les arts visuels, des techniques de performance, des outils de communication, et des outils pédagogiques pour soutenir la création artistique et encourager la créativité dans les domaines personnel, professionnel et social.

En s'appuyant sur le mouvement, la danse, le dessin, l'écriture et la voix, cette pratique invite à explorer les relations qui existent entre le corps physique, les émotions, et l'imagination/les pensées. Elle propose aussi de s'intéresser au rapport que nous entretenons avec nous-même, avec l'autre et avec le groupe.

Ces explorations ont pour but de générer des processus créatifs individuels et collectifs qui permettent à chacun de rechercher et définir son identité artistique.

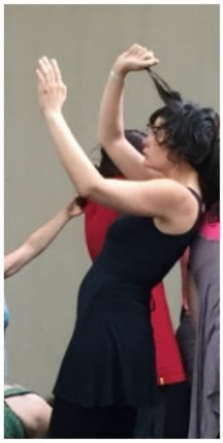
Le Life Art Process® peut s'appliquer dans un grand nombre d'activités professionnelles, notamment dans les domaines de l'art, du social, de la santé, de la communication et de la psychologie.

Cette formation s'adresse aussi bien à des danseurs confirmés qu'amateurs, artistes en tout genre, body workers, thérapeutes, qu'à des travailleurs sociaux, travailleurs du domaine de la santé ou de la psychologie, ou même des entreprises. Le Life Art Process® est une pratique très créative et ouverte dans ses possibles applications et partages hors du cadre propre du domaine artistique. Ainsi pour donner une idée, cette pratique est utilisée aussi bien par des artistes pour créer, que par des personnes en entreprises pour développer le leadership et travailler sur la créativité collective autour de projets propres à l'entreprises.

ORIGINES
Le Tamalpa France a été créé en 2013 par Marie Motais, Chloé Noble et Stéphane Vernier. C'est la branche française du Tamalpa Institute fondé en 1978 en Californie par Anna Halprin et sa fille Daria Halprin. Il fut le premier dans le monde à dispenser une formation en Movement Based Expressive Arts Therapy & Education. Fort de son succès et solide de son expérience dans ce domaine, le Tamalpa Institute a choisi de développer des branches internationales en Amérique Latine, en Corée du Sud, en Allemagne, au Royaume-Uni et en France.

Le contenu de cette formation a été imaginé, créé et développé par Anna Halprin, chorégraphe et danseuse américaine de renommé internationale, et sa fille Daria Halprin, performeuse, actrice, poète, auteure, qui a longtemps fait partie de la compagnie de sa mère. Ces deux femmes ont contribué au développement artistique du milieu de la danse (mouvement post-modern) et ont développé des passerelles entre les différentes formes d'arts.
Anna Halprin a enseigné et/ou travaillé avec des générations de chorégraphes éminemment connus en France et en Europe tels que Merce Cunningham, Simone Forti, Trisha Brown, Yvonne Rainer et les a inspirés à ouvrir la danse moderne à de nouvelles dimensions, notamment en intégrant à la danse l'utilisation de supports artistiques variées tels que la voix, le dessin, la poésie,… pour développer une approche artistique dite intermodale, et ce afin de stimuler la créativité chez l'individu.
Daria Halprin a, quant à elle, développé durant plus de trente ans un travail nourri par son intérêt pour les relations qui existent entre le processus créatif, l'expression artistique et la psychologie. Elle a travaillé de manière expérimentale la danse et le théâtre avec des artistes du monde entier.

Daria et Anna Halprin ont élaboré ensemble une pratique où le matériel artistique développé trouve sa source dans quelque chose qui fait sens pour soi dans sa vie. D'où le nom de cette pratique : le Life Art Process®, qui se traduit en français par Processus Art et Vie.
Le travail de ces femmes est décrit en français dans deux livres :
Mouvements de Vie, Anna Halprin, ed Contredanse
La Force Expressive du Corps, Daria Halprin, ed Le Souffle d'Or



LA FORMATION
La formation en Life Art Process® se fait sur 3 niveaux :

Dans le niveau 1 de la formation, l'intention est d'emmener les participants dans un processus d'investigation créative personnelle pour révéler, rencontrer, confronter et transformer leur "mythologie". C'est à travers ce processus que les étudiants sont tout d'abord sensibilisés aux outils et à la pratique du Life Art Process® en en faisant l'expérience pour eux-mêmes. Ce niveau 1 met donc l'accent sur l'appropriation personnelle de la pratique du Life Art Process®.

C'est le niveau 2 qui permet de découvrir les tenants et les aboutissants de chaque outils, et de former les participants à la transmission de cette pratique, de sa philosophie et de sa pédagogie. Chaque

participant est invité à investiguer ses domaines d'intérêt et comment il imagine transmettre et appliquer le Life Art Process® dans un contexte professionnel.

Le niveau 3, lui, est un temps de supervision de l'étudiant dans l'application de cette pratique avec un projet concret de son choix.

Les niveaux 2 et 3 sont gérés par le Tamalpa Californie, donnant ainsi à la formation un caractère international. Le niveau 2 au format spécial pour les participants venant des branches européennes (UK - Allemagne - France) se compose d'un mois et demi intensif en Californie (Kentfield, proche San Francisco) avec une traduction française intégrée, puis de 4 modules de formation en Europe (un via internet et trois en présentiel en Europe).

L'action de formation du niveau 1 se déroule sur 43 jours répartis en huit sessions de formation. Elle comprend 258 heures d'enseignement pratique et théorique, et 42 heures de formation à distance en intersession. Les horaires des journées de formation sont : 9h30 - 18h.
Avec un apprentissage basé sur la méthode découverte, ce premier niveau fournit aux stagiaires une première expérience des outils et de la méthode du Life Art Process® à partir d'une expérience pratique, accompagnée de temps de lectures théoriques.
Les heures de formation à distance en intersession visent à poursuivre les explorations artistiques et thématiques de vie grâce à des propositions qui s'appuient sur les outils de cette pratique, et qui permettent une meilleure intégration de leur utilisation dans le quotidien, hors cadre du studio de danse.
Le système de notation par lequel le stagiaire est évalué et comparé avec ses pairs est Réussite/ Echec. À l'issue de la formation, une Attestation de Participation au Life Art Process® Niveau 1 est délivrée au stagiaire. Il permet l'entrée au niveau 2 de la Formation en Life Art Process®.

LE CONTENU DE LA FORMATION

Dans ce niveau 1, nous développons un travail que nous appelons « Autoportrait et Explorations des parties du corps » pour développer le lien entre notre corps physique et ses aspects métaphoriques.
Partie du corps après partie du corps, nous enseignons l'anatomie et les fonctions physiologiques de chacune d'entre elles. Nous intéressant aux mouvements d'une partie du corps, nous explorons la structure corporelle, ce qui est en jeu lorsque celle-ci se met en mouvement ainsi que les principes du mouvement dansé. L'apprentissage se base sur l'exploration personnelle, sur l'acceptation de soi et sur la non-compétitivité; nous abolissons par exemple les stratégies d'autocorrection comme de vouloir corriger musculairement les mouvements qui semblent faux. Au lieu de s'efforcer de réaliser le «bon» mouvement ou le geste «correct», nous apprenons à développer une écoute réceptive et sensible du mouvement. Ce type de formation est envisagé de manière à nous libérer de modèles posturaux rigides ou d'autres contraintes qui entravent l'acte créatif.

Puis nous explorons les gestes propres au répertoire de mouvement chaque partie du corps. Nous nous penchons sur la façon dont les fonctions corporelles et certains mouvements et gestes suscitent certaines émotions, images et associations qui les accompagnent. Cela produit une interaction métaphorique puissante entre le monde réel (tel que nous le connaissons) et le monde imaginaire.
Nous proposons de développer créativement à travers la danse, les arts plastiques et l'écriture ces découvertes. Dans cette phase du travail, les parties du corps, les mouvements et gestes qui leur

correspondent et leurs associations thématiques, servent de clés pour rencontrer des aspects de notre identité.
Les différentes parties du corps sont donc étudiées et explorées en profondeur, avant de composer ce que nous nommons l'autoportrait, c'est-à-dire l'intégration physique et artistique de toutes les parties de notre corps, ce qui nous permet d'acquérir un ressenti et une perception nouvelle.
Puis nous travaillons sur la création d'une pièce de danse mêlant danse, voix, texte, sons,… avec pour thème l'auto-portrait qui est performé par la suite en public, permettant un dialogue plus direct spectateur-artiste.

Les outils et méthodes spécifiques à la pratique du Life Art Process® qui sont transmises aux participants sont :

LES 3 NIVEAUX D'ATTENTION ET DE RÉPONSE :

- Le niveau physique est appréhendé à travers l'étude et la pratique des principes de bases du mouvement et de la danse.
- Le niveau émotionnel est appréhendé à travers l'examen de notre matériel autobiographique et exploré à partir du mouvement, du dessin, de l'écriture, de l'improvisation et de la performance.
- Le niveau mental est appréhendé à partir de l'étude et de la pratique des éléments qui constituent le processus créatif (RSVP Cycles), d'aptitudes de communication et la présentation des principes et concepts théoriques de cette pratique. L'imagination est stimulée grâce à chacun des supports artistiques de cette pratique.

LE « MOVEMENT RITUAL » :

est une séquence structurée de mouvements créée par Anna Halprin pour augmenter la conscience du corps en mouvement, des structures mobilisées et des liens dans le corps par un travail sur la physicalité et les sens kinesthésiques.
Ce travail permet également d'augmenter l'amplitude possible des mouvements, la flexibilité et sert par la suite de fondation pour des explorations créatives en mouvement.

LES ÉTUDES DE MOUVEMENT :

Elles permettent d'explorer les éléments et les principes d'espace, de temps, de rythme, de force, d'inertie, du momentum, d'articulation des parties du corps, la gamme de mouvements possibles,… appliqués à l'expression créative en mouvement.

L'EXPLORATION DES PARTIES DU CORPS :

pour développer la conscience de son anatomie, de ses postures, de la relation entre une partie du corps avec les autres parties du corps et avec le corps entier. Un moment où le processus artistique et le processus de vie s'entremêlent afin d'explorer les thèmes personnels et les métaphores associées

à chaque partie du corps, et la relation de ces parties du corps aux émotions, sensations et à l'imagination.

L'ÉCRITURE CRÉATIVE OU RÉFLEXIVE :

est un moyen de laisser une trace écrite de l'expérience, d'explorer et de nommer à travers les mots ce qui a été appréhendé : les challenges rencontrés, les ressources découvertes, les thèmes de vie et artistiques identifiés…que ce soit à travers un poème, un dialogue écrit, une histoire romancée ou des réponses à des questions Art/Vie (questions qui abordent les liens entre l'expression artistique en studio et la réalité quotidienne de la personne).

LE PROCESSUS D'IMAGERIE PSYCHO-CINÉTIQUE :

est un modèle artistique intermodal pour explorer la relation entre le corps, les émotions, et les images/imagination en changeant régulièrement de support artistique en passant du mouvement au dessin, à l'écriture…

LE PROCESSUS EN 5 PHASES :

est un modèle pour appréhender et faciliter l'exploration des thèmes de vie afin de générer des ressources pour la créativité et la création artistique.

LE « RSVP CYCLES » :

est un modèle développé par Lawrence et Anna Halprin, utilisé pour créer des partitions avec un thème, des intentions, des ressources et des activités pour générer de la créativité individuelle et collective, et dépasser des challenges rencontrés dans des projets artistiques. (R= resources, S = score, V = valuaction, P = performance)

LA PERFORMANCE :

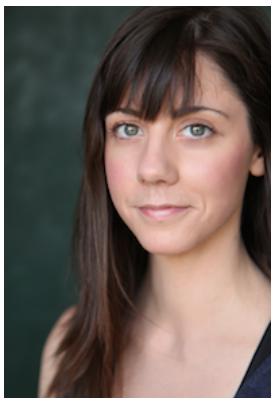
pour identifier et donner forme aux découvertes (thèmes et matériel) et les articuler pour les offrir au regard d'autres personnes.

ÊTRE TÉMOIN ET ÉCOUTE ACTIVE :

Théorie et pratique d'un modèle de communication spécifique pour donner et recevoir des retours non critiques et non analytiques.

LES CO-DIRECTEURS ET FORMATEURS

MARIE MOTAIS - Co-directrice de l'Institut Tamalpa France, danseuse, chorégraphe, DE de danse contemporaine, Praticienne certifiée en Life Art Process (Institut Tamalpa), SomatoPsychopédagogue (Danis Bois), Sophrologue (Caceydo), Enseignante certifiée 5 Rythmes (Gabrielle Roth). Je suis avant tout une « artiste chercheur » passionnée de l'humain et du vivant, de notre lien à la terre et d'intelligence collective. Mes propositions sont issues de l'alchimie singulière et originale de ces recherches nourries au quotidien des traditions Chamaniques Celte et Amérindienne avec lesquelles je vis depuis plus de 30 ans. J'aime inviter chacun à éveiller profondément sa créativité au-delà des conventions habituelles de ce que l'on nomme « danse » et à l'amener dans tous les aspects de sa vie. Je m'engage aussi fortement dans la mise en place de projets individuels ou collectifs en « art social » entre autre auprès de femmes ayant le cancer du sein.



CHLOÉ NOBLE - Co-directrice de l'Institut Tamalpa France, praticienne certifiée en Life Art Process, art-thérapeute et artiste, je suis une passionnée de l'expression humaine à travers les arts.
Je suis diplômée en théâtre (Université de la Sorbonne Nouvelle et Atelier international Blanche Salant), en danse (Master Art, Philosophie et Esthétique mention Danse de l'Université Paris 8), en art thérapie (DU de la Faculté de Médecine de Tours) et praticienne certifiée par l'Institut Tamalpa. J'enseigne au sein des programmes de formations Tamalpa en langue française (niveaux 1, 2 et 3), je travaille auprès de structures hospitalières pour des prises en soin incluant la pratique artistique et je participe en tant que danseuse et actrice à des projets artistiques.

STÉPHANE VERNIER - Co-directeur de l'Institut Tamalpa France, ostéopathe DO diplômé en psycho-somatique de l'université Paris 5, praticien certifié en Life Art Process, éducateur et thérapeute somatique enregistré auprès de ISMETA, j'ai à coeur de mettre les individus en mouvement, de les (re)connecter à eux-même et à leur potentiel créatif pour développer leurs possibilités d'être et d'agir.
Artiste pluridisciplinaire (danse, voix, comédie), je travaille sur la création et la présentation de pièces avec des collectifs de danse-théâtre et je mets en scène d'autres artistes.
J'interviens en entreprise avec des coachs en intelligence collective grâce au collectif Format Libre.

Tamalpa France, 9 rue Parco - 56400 AURAY
tamalpafrance@gmail.com - www.tamalpafrance.org
SIRET 793 532 714 00011 - CODE APE : 8559A
N° de déclaration d'activité 53 56 08903 56
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat